

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 10.07.2025 12:21:05  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559f6c68e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»  
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра спортивных дисциплин

Согласовано  
деканом факультета физической культуры и  
спорта

«19» марта 2025 г.

  
/Кулищенко И.В./

### Рабочая программа дисциплины

Мониторинг физического состояния человека

**Направление подготовки**

49.03.01 Физическая культура

**Профиль:**

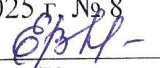
Физкультурно-оздоровительные технологии

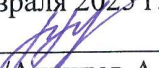
**Квалификация**

Бакалавр

**Форма обучения**

Очная

Согласовано учебно-методической комиссией  
Факультет физической культуры и спорта  
Протокол «19» марта 2025 г. № 8  
Председатель УМКом   
/Крякина Е.В./

Рекомендовано кафедрой спортивных  
дисциплин  
Протокол от «24» февраля 2025 г. № 7  
Зав. кафедрой   
/Антипов А.В./

Москва  
2025

Авторы-составители:

Кулишенко И.В.

к.п.н., доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спорта

Фандеева А. С.

доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спорта

Рабочая программа дисциплины «Мониторинг физического состояния человека» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 19.09.2017 г. № 970.

Дисциплина «Мониторинг физического состояния человека» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной дисциплиной.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2025

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Планируемые результаты обучения.....                                                        | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....                                 | 4  |
| 3. Объем и содержание дисциплины.....                                                          | 5  |
| 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....                     | 6  |
| 5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине..... | 8  |
| 6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....                                 | 24 |
| 7. Методические указания по освоению дисциплины.....                                           | 25 |
| 8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....    | 25 |
| 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....                                         | 26 |

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

### **1.1. Цель и задачи дисциплины**

#### **Цель освоения дисциплины**

Цель дисциплины - формирование углубленных знаний в области физического состояния и здоровья человека, овладение широким спектром концептуальных и методических подходов для оценки различных параметров физического развития и физической подготовленности различных групп населения (занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом) на разных этапах онтогенеза.

#### **Задачи дисциплины:**

1. Понимание законов формирования, сохранения высокого уровня физического статуса человека на разных этапах онтогенеза;
2. Получение знаний о возможностях и особенностях осуществления мониторинга физического развития, двигательных способностей человека в разнообразных формах физической культуры (спорт, физическое воспитание, профессионально-прикладная и лечебная физическая культура, двигательная рекреация);
3. Приобретение навыков проведения научных исследований, помогающих оценить уровень физического развития, физической подготовленности, психомоторных параметров, а также уровня здоровья человека с учетом пола, возраста, характера двигательной активности;
4. Приобретение умений обрабатывать, анализировать, обобщать и интерпретировать материалы научной информации, полученной в результате осуществления мониторинга физического развития, физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом.

### **1.2. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ДПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.

ДПК-5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся

ДПК-8. Способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Дисциплина «Мониторинг физического состояния человека» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной дисциплиной.

Для освоения дисциплины «Мониторинг физического состояния человека» используются знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Теория и методика физической культуры», «Основы научно-методической деятельности», «Информационные технологии в физической культуре», «Анатомия человека», «Физиология человека».

Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения «Лечебная физическая культура», Производственная практика (профессионально-ориентированная практика), подготовки к государственной итоговой аттестации.

### 3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объем дисциплины

| Показатель объема дисциплины                 | Форма обучения |
|----------------------------------------------|----------------|
|                                              | Очная          |
| Объем дисциплины в зачетных единицах         | 5              |
| Объем дисциплины в часах                     | 180            |
| <b>Контактная работа:</b>                    | <b>92,4</b>    |
| Лекции                                       | 20             |
| Практические занятия                         | 72             |
| Контактные часы на промежуточную аттестацию: | 0,4            |
| Зачет                                        | 0,4            |
| Самостоятельная работа                       | 72             |
| Контроль                                     | 15,6           |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет в 7, 8 семестрах.

#### 3.2. Содержание дисциплины

##### По очной форме обучения

| Наименование разделов (тем)<br>Дисциплины с кратким содержанием                                                                                                   | Кол-во часов |                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|
|                                                                                                                                                                   | Лекции       | Практические занятия |
| <b>Тема 1.</b> Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.                           | 4            | 2                    |
| <b>Тема 2.</b> Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.                                                                  | 4            | 10                   |
| <b>Тема 3.</b> Физическое развитие и методы его оценки                                                                                                            | 4            | 20                   |
| <b>Тема 4.</b> Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом. Комплекс ГТО. | 4            | 20                   |
| <b>Тема 5.</b> Информационные технологии при проведении мониторинга физического состояния учащихся                                                                | 4            | 20                   |
| <b>Итого</b>                                                                                                                                                      | 20           | 72                   |

### 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

| <b>Темы для самостоятельного изучения</b>                                                                               | <b>Изучаемые вопросы</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Кол-во часов</b> | <b>Формы самостоятельной работы</b>                                                                                                        | <b>Методическое обеспечение</b>            | <b>Формы отчетности</b>                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом | 1. Анализ мониторинговых систем в различных сферах деятельности.<br>2. Теоретические основы проектирования общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья детей, подростков, молодежи.<br>3. Принципы организации и проведения исследований состояния физического здоровья подрастающего поколения<br>Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом. | 14                  | Подготовка к устному опросу, подготовка реферата, подготовка к письменному опросу, подготовка к контрольной работе, подготовка презентаций | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация |
| Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.                                       | 1. Характеристика понятия «здоровье».<br>2. Принципы формирования критериев уровня здоровья.<br>3. Практические подходы к оценке уровня здоровья.<br>4. Современные технологии в оценке уровня здоровья.<br>5. Индивидуальная карта здоровья.<br>Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.                                                                                                     | 14                  | Подготовка к устному опросу, подготовка реферата, подготовка к письменному опросу, подготовка к контрольной работе, подготовка презентаций | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация |
| Физическое развитие и методы его оценки                                                                                 | 1. Методика оценки уровня физического развития.<br>Возможности применения метода индексов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 14                  | Подготовка к устному опросу, подготовка реферата, подготовка к письменному                                                                 | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная                     |

|                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |    |                                                                                                                                            |                                            |                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |    | опросу,<br>подготовка к<br>контрольной ра-<br>боте,<br>подготовка пре-<br>зентаций                                                         |                                            | работа,<br>презентация                                                   |
| Физиче-<br>ская под-<br>готовлен-<br>ность и<br>методы ее<br>оценки в<br>различ-<br>ных по-<br>ловоз-<br>растных<br>группах в<br>процессе<br>занятий<br>физиче-<br>ской<br>культурой<br>и спортом<br>Комплекс<br>ГТО | <p>1. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом.</p> <p>2. Координационные способности и методика их оценки в процессе спортивного отбора и занятий физической культурой и спортом. Осуществление мониторинга общих и специфических координационных способностей у спортсменов различных видов спорта с учетом этапа многолетней тренировочной подготовки.</p> <p>3. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.</p> <p>4. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.</p> <p>5. Оценка уровня</p> | 14 | Подготовка к устному опросу, подготовка реферата, подготовка к письменному опросу, подготовка к контрольной работе, подготовка презентаций | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация |

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |    |                                                                                                                                            |                                            |                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                     | <p>развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.</p> <p>6. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.</p> <p>7. Методика проведения тестирования в соответствии с требованиями комплекса ГТО.</p> |    |                                                                                                                                            |                                            |                                                                          |
| Информационные технологии при проведении мониторинга физического состояния учащихся | <p>1. Компьютерные программы, обеспечивающие проведение мониторинга.</p> <p>2. Характеристики компьютерных программ.</p> <p>3. Программа «Физкультурный паспорт».</p> <p>4. Тесты и аналитические таблицы компьютерных программ.</p>                                                                                                                                                                                                     | 16 | Подготовка к устному опросу, подготовка реферата, подготовка к письменному опросу, подготовка к контрольной работе, подготовка презентаций | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация |
| Итого:                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 72 |                                                                                                                                            |                                            |                                                                          |

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Код и наименование компетенции                                                        | Этапы формирования                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| ДПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки. | <p>1. Работа на учебных занятиях.</p> <p>2. Самостоятельные работы.</p> |



|                                                                                                                                                                               |                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| ДПК-5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся                      | 1.Работа на учебных занятиях.<br>2.Самостоятельные работы. |
| ДПК-8. Способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы. | 1.Работа на учебных занятиях.<br>2.Самостоятельные работы. |

## 5.2.Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

| Оцени-<br>ваемые<br>компе-<br>тенции | Уровень<br>сформиро-<br>ванности | Этап<br>формирова-<br>ния                                  | Описание<br>показателей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Критерии<br>оценивания                                                   | Шкала оценива-<br>ния                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                    | 2                                | 3                                                          | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5                                                                        | 6                                                                                                                                                                          |
| ДПК-2                                | Пороговый                        | 1.Работа на учебных занятиях.<br>2.Самостоятельные работы. | Знать:<br>- Знания анатомии<br>- Знания физиологии<br>- Знания гигиены<br>- Знания биохимии<br>- Режимы тренировочной работы<br>Уметь:<br>-Проводит антропометрическую, физическую, психологическую диагностику индивида<br>- Определять наиболее эффективные методики проведения мероприятий спортивного отбора.<br>- Применяет методики мероприятий спортивного отбора на практике.<br>- Планировать долгосрочное развитие способностей спортсмена.<br>Владеть:<br>- Определять физические и функциональные способности, адекватно выбирает средства и методы занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов;<br>- Описывать, объяснять и делать соответствующие выводы, применительно к планированию УТП в избранном виде спорте.<br>- методиками диагностики физического и психологического развития индивида. | Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания реферата<br>Шкала оценивания письменного опроса<br>Шкала оценивания контрольной работы<br>Шкала оценивания презентация |
|                                      | Продвинутый                      | . 1.Работа на учебных занятиях.<br>2.Самостоятель          | Знать:<br>-Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Устный опрос, реферат, письменный опрос,                                 | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания реферата                                                                                                               |

|  |  |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                 |                                                                                                                           |
|--|--|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | ные работы. | <p>подготовку в группах на этапах подготовки по виду спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи</li> <li>-Санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам</li> <li>-Санитарно-гигиенические и медицинские требования к участию спортсменов в соревнованиях</li> <li>- Методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся</li> <li>- Перечисляет основные признаки этапов</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проводит комплексную диагностику.</li> <li>- оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной при составлении перспективных и оперативных планов.</li> <li>- основные термины спортивной тренировки.</li> <li>- использует методы контроля и навыки проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта.</li> <li>- Определяет эффективность различных методик физкультурно-спортивной направленности и способен создавать авторские технологические подходы к построению спортивной тренировки.- основные этапы спортивного отбора.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Классифицировать, описывать, разрабатывать перспективные и оперативные</li> </ul> | контрольная работа, презентация | <p>Шкала оценивания письменного опроса</p> <p>Шкала оценивания контрольной работы</p> <p>Шкала оценивания презентация</p> |
|--|--|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|       |             |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                   |
|-------|-------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |             |                                                                       | <p>планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средств и методов спортивной тренировки.</li> <li>- Опиериует методиками проведения спортивной ориентации</li> <li>- Осуществляет разработку траекторий развития спортивных способностей индивида.</li> <li>- Видеть ближайшие перспективы развития спортсмена.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                   |
| ДПК-5 | Пороговый   | <p>1.Работа на учебных занятиях.</p> <p>2.Самостоятельные работы.</p> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания.</li> <li>- положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания,</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описывает варианты применения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания в практической деятельности</li> <li>- составлять на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания.</li> <li>- Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно требованиям к проведению современного урока (занятия) по физической культуре.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.</li> </ul> | <p>Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация</p> | <p>Шкала оценивания устного опроса</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания письменного опроса</p> <p>Шкала оценивания контрольной работы</p> <p>Шкала оценивания презентация</p> |
|       | Продвинутый | <p>1.Работа на учебных занятиях.</p> <p>2.Самостоятельные работы.</p> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- примеры наиболее эффективных способов решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составляет на основе программы все виды планов для</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация</p> | <p>Шкала оценивания устного опроса</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания письменного опроса</p> <p>Шкала оценивания контрольной рабо-</p>                                      |

|       |             |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                   |
|-------|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |             |                                                                       | <p>всех форм физического воспитания с учетом, индивидуальных и групповых особенностей занимающихся.</p> <p>- Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно современным требованиям к проведению уроков (занятий) по физической культуре.</p> <p>Владеть:</p> <p>- Использует в ходе урока (занятия) оригинальные методики обучения, развития и воспитания.</p>                                              |                                                                                 | <p>ты</p> <p>Шкала оценивания презентация</p>                                                                                                                                                     |
| ДПК-8 | Пороговый   | <p>1.Работа на учебных занятиях.</p> <p>2.Самостоятельные работы.</p> | <p>Знать:</p> <p>- основы педагогического контроля в физкультурном образовании.</p> <p>- методику применения видов контроля в физическом воспитании и спорте.</p> <p>Уметь:</p> <p>- определять виды контроля для решения задач обучения.</p> <p>- интерпретировать результаты контроля для внесения корректив в занятия.</p> <p>Владеть:</p> <p>- методами контроля на уроках физической культуры, тренировочных занятиях.</p> <p>- технологией педагогического контроля в физкультурном образовании</p> | <p>Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация</p> | <p>Шкала оценивания устного опроса</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания письменного опроса</p> <p>Шкала оценивания контрольной работы</p> <p>Шкала оценивания презентация</p> |
|       | Продвинутый | <p>1.Работа на учебных занятиях.</p> <p>2.Самостоятельные работы.</p> | <p>Знать:</p> <p>- основы педагогического контроля в физкультурном образовании.</p> <p>- методику применения видов контроля в физическом воспитании и спорте.</p> <p>Уметь:</p> <p>- определять виды контроля для решения задач обучения.</p> <p>- интерпретировать результаты контроля для внесения корректив в занятия.</p> <p>Владеть:</p> <p>- методами контроля на уроках физической культуры, тренировочных занятиях.</p> <p>- технологией педагогического контроля в физкультурном образовании</p> | <p>Устный опрос, реферат, письменный опрос, контрольная работа, презентация</p> | <p>Шкала оценивания устного опроса</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания письменного опроса</p> <p>Шкала оценивания контрольной работы</p> <p>Шкала оценивания презентация</p> |

|  |  |  |                    |  |  |
|--|--|--|--------------------|--|--|
|  |  |  | турном образовании |  |  |
|--|--|--|--------------------|--|--|

### Описание шкал оценивания

#### Шкала оценивания реферата

| Баллы       | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9-10 баллов | Содержание соответствует поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.                                                                                                                                                                   |
| 6-8 баллов  | Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения. |
| 3-5 баллов  | Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.                                       |

#### Шкала оценивания контрольной работы

| Баллы | Требования к критерию                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Глубоко, осмысленно, в полном объёме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций;</li> <li>2. Усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами;</li> <li>3. Умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами;</li> <li>4. Умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций;</li> <li>5. Показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности</li> </ol> |
| 10    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу;</li> <li>2. Владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств;</li> <li>3. Умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний;</li> <li>4. Применяет теоретические знания на практике;</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | 5. Допускает незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.                                                                                                                                                        |
| 8 | 1. Владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения;<br>2. Обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности;<br>3. Способен разобраться в конкретной практической ситуации.                       |
| 5 | 1. Показывает проблемы в знании основного учебного материала;<br>2. Не может дать чётких определений, понятий;<br>3. Не может разобраться в конкретной практической ситуации;<br>4. Не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний. |

### Шкала оценивания устного опроса

| Баллы | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10    | - полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;<br>- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;<br>- излагает материал последовательно и правильно |
| 8     | дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для 10 баллов, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.                                                                                                                                                        |
| 4     | обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:<br>- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;<br>- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;<br>- излагает материал непоследовательно              |
| 2     | обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.                                                                                                                       |

### Шкала оценивания презентации

| Баллы | Критерии                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5     | 1. Цвет фона соответствует цвету текста<br>2. Использовано более 5 цветов шрифта<br>3. Каждая страница имеет свой стиль оформления<br>4. Гиперссылки выделены<br>5. Присутствует анимация<br>6. Звуковой фон соответствует единой концепции, не носит отвлекающий характер<br>7. Отдельные ссылки работают |
| 4     | 1. Цвет фона соответствует цвету текста<br>2. Использовано менее 5 цветов шрифта                                                                                                                                                                                                                           |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | 3. Не каждая страница имеет свой стиль оформления<br>4. Гиперссылки выделены<br>5. Присутствует анимация<br>6. Звуковой фон соответствует единой концепции, не носит отвлекающий характер<br>7. Отдельные ссылки работают                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>3</b> | 1. Цвет фона не соответствует цвету текста<br>2. Использовано менее 5 цветов шрифта<br>3. Не каждая страница имеет свой стиль оформления<br>4. Гиперссылки не выделены<br>5. Присутствует анимация<br>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер<br>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен)<br>8. Не работают отдельные ссылки                                           |
| <b>2</b> | 1. Цвет фона не соответствует цвету текста<br>2. Использовано менее 5 цветов шрифта<br>3. Каждая страница не имеет свой стиль оформления<br>4. Гиперссылки не выделены<br>5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией)<br>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер<br>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен)<br>8. Не работают отдельные ссылки |

### Шкала оценивания письменного опроса

| Баллы | Критерии оценивания                                                                                                                                                           |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10    | Содержание работы полностью соответствует теме; фактические ошибки отсутствуют; содержание излагается последовательно                                                         |
| 8     | Содержание работы в основном соответствует теме; имеются единичные фактические неточности; имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.            |
| 4     | В работе допущены существенные отклонения от темы; работа достоверна в главном, но имеются фактические неточности; допущены отдельные нарушения последовательности изложения. |
| 2     | не раскрыта тема, не соответствует плану, свидетельствует о поверхностном знании материала, без выводов и обобщений                                                           |

**5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **Примерные вопросы для устного опроса**

1. Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Виды мониторинга и структура его проведения в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой.
4. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.
5. Взаимосвязь уровня здоровья и качества жизни.
6. Виды педагогического контроля в практике физической культуры и спорта
7. Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза.
8. Оценка основных антропометрических данных параметрическим методом (сигмальный метод).
9. Методика оценки уровня биологической зрелости.
10. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.
11. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой.
12. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом.
13. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
14. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
15. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
16. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
17. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности.
18. Методы обработки данных.
19. Графическое отображение полученных результатов.
20. Интерпретация полученных результатов.
21. Технология определения уровня физической подготовленности населения в соответствии с требованиями комплекса ГТО.

### **Примерные вопросы для письменного опроса**

1. Дайте характеристику морфофункциональным характеристикам возрастных особенностей школьников
2. Определите морфофункциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Дайте обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки



4. Раскройте содержание мониторинга параметров, отражающих биологический возраст зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой
5. Ознакомление с методикой составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания
6. Определите методику проведения массового тестирования различных групп населения в лабораторных и естественных условиях
7. Раскройте содержание самостоятельного тестирования и самоконтроля уровня физического развития в процессе занятий физической культурой и спортом.
8. Раскройте содержание методики оценки уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
9. Раскройте содержание методики оценки уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
10. Раскройте содержание методики оценки уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
11. Раскройте содержание методики оценки уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
12. Раскройте содержание методики оценки уровня развития координационных способностей (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
13. Методика оценки психомоторных параметров в процессе занятий физической культурой и спортом (скорость реакции, точность, различительная чувствительность по параметрам движения, двигательная память)
14. Методика определения психомоторных способностей в естественных и лабораторных условиях
15. Мониторинг показателей физического и психологического состояния в течение соревновательного периода в различных видах спорта

#### **Примерная тематика рефератов**

1. Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей школьников
2. Морфофункциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом
3. Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки
4. Мониторинг параметров, отражающих биологический возраст зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой
5. Ознакомление с методикой составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания
6. Методика проведения массового тестирования различных групп населения в лабораторных и естественных условиях
7. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня физического развития в процессе занятий физической культурой и спортом
8. Методика проведения лонгитюдных исследований различных параметров физического состояния в процессе занятий физической культурой и спортом
9. Методика оценки психомоторных параметров в процессе занятий физической культурой и спортом (скорость реакции, точность, различительная чувствительность по параметрам движения, двигательная память)

10. Методика определения психомоторных способностей в естественных и лабораторных условиях
11. Мониторинг показателей физического и психологического состояния в течение соревновательного периода в различных видах спорта.
12. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
13. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
14. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования и функциональные пробы) в различных возрастных группах
15. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
16. Оценка уровня развития координационных способностей (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
17. ГТО – как основа мониторинга уровня физического развития и физической подготовленности населения.

### **Примерный перечень вопросов к зачету (7 семестр)**

1. Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Виды мониторинга и структура проведения исследований в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой.
4. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий спортом.
5. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.
6. Взаимосвязь уровня здоровья и качества жизни. Методики оценки качества жизни.
7. Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта.
8. Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза.
9. Методика оценки уровня физического развития. Возможности применения метода индексов.
10. Индексы, позволяющие оценить уровень пропорциональности телосложения.
11. Индексы, позволяющие оценить весо-ростовые параметры человека.
12. Оценка основных антропометрических данных параметрическим методом (сигмальный метод).
13. Оценка основных антропометрических данных непараметрическим методом (центильный метод).
14. Морфогенетические основы индивидуальных различий. Понятие об общей и частных конституциях (тип телосложения, классификации морфотипов).
15. Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки.
16. Методика оценки уровня биологической зрелости и скорости протекания процессов биологического созревания в процессе занятий физической культурой и спортом.
17. Мониторинг параметров, отражающих биологический возраст зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой

### **Примерный перечень вопросов к зачету (8 семестр)**

1. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.
2. Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в процессе отбора и спортивной ориентации.
3. Типологические особенности в различных видах спортивной специализации (морфотип, тип нервной системы, тип межполушарной асимметрии, тип мышечных волокон)
4. Методика оценки мышечной композиции в практике физической культуры и спорта.
5. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта.
6. Осуществление спортивной ориентации и отбора по результатам проведения мониторинга физического развития и индивидуально-типологических свойств организма (на модели одного вида спорта).
7. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой.
8. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом.
9. Координационные способности и методика их оценки в процессе спортивного отбора и занятий физической культурой и спортом.
10. Осуществление мониторинга общих и специфических координационных способностей у спортсменов различных видов спорта с учетом этапа многолетней тренировочной подготовки.
11. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
12. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
13. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
14. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
15. Обзор существующих методик оценки психологического состояния при занятиях физической культурой и спортом.
16. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности. Методы обработки данных. Графическое отображение полученных результатов. Интерпретация полученных результатов.
17. Обзор существующих методик оценки психомоторных параметров при занятиях физической культурой и спортом.
18. Комплекс ГТО – как вид мониторинга уровня физического развития и физической подготовленности населения.

### **Примерные задания для выполнения контрольных работ**

#### **Задание 1.**

Выполните тестирование показателей здоровья населения двух групп, используя основные тесты физического развития, физической и функциональной подготовленности. Данные тестирования занесите в таблицы. По результатам тестирования сформулируйте выводы, сравнив показатели здоровья населения одной возрастной группы (разных возрастных групп).

#### **Задание 2.**

Составьте план проведения педагогических измерений показателей здоровья населения. В плане должны быть представлены: цель и задачи, описание методики организации и проведения измерений, методы обработки полученных результатов.

При составлении плана необходимо учитывать следующие параметры:

- 1) периодичность измерений (2-3 раза в год);
- 2) объём выборки (не менее 10-15 человек);
- 3) контингент населения (возраст, стаж занятий физическими упражнениями, специализация в различных видах спорта и т.д.).

#### **Задание 3.**

Разработайте программу организации системы мониторинга физического развития и физической подготовленности населения.

В программе укажите:

- нормативно-правовую базу проведения мониторинга,
- цели и задачи.
- область внедрения,
- ожидаемые результаты,
- формы обобщения информации,
- основные этапы мониторинга,
- методические указания проведения мониторинга

#### **Примерные темы для подготовки презентаций**

1. Мониторинг здоровья как оценка эффективности образовательного процесса.
2. Организации системы мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся образовательных учреждений.
3. Сбор, обработка и представление результатов мониторинга по физическому развитию и физической подготовленности.
4. Программа мониторинга уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся.
5. Этапы мониторинга.
6. Правила и методика антропометрических измерений.
7. Организация и методика оценки физической подготовленности.
8. Стандарты для оценивания мониторинга физической подготовленности.
9. Мониторинг уровня физического развития как одна из форм систем оценки и прогнозирования физической подготовленности обучающихся с учетом их индивидуальных возможностей.
10. Показатели физической подготовленности.
11. Оценка и уровень физической подготовленности

#### **5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

Формами текущего контроля реферат, письменный опрос, устный опрос, контрольная работа, презентация

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение 6 семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете, равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам

#### **Шкала оценивания зачета**

| Баллы | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 20    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;</li> <li>- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>- излагает материал последовательно и правильно</li> </ul> |
| 15    | дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в 20 баллов, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.                                                                                                                                                                                                             |
| 10    | <p>обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;</li> <li>- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</li> <li>- излагает материал непоследовательно</li> </ul>          |
| 5     | обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Отмечаются такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.                                            |

#### **Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины**

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение всего срока освоения дисциплины, а также баллы на промежуточной аттестации.

| Баллы, полученные обучающимися в течение освоения дисциплины | Оценка по дисциплине |
|--------------------------------------------------------------|----------------------|
| 41 – 100                                                     | Зачтено              |
| 0 - 40                                                       | Не зачтено           |

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1.Основная литература**

1. Горская, И. Ю. Мониторинг физического развития и физической подготовленности спортсменов : учебно-методическое пособие / И. Ю. Горская, Л. Г. Баймакова, О. В. Кайгородцева. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. — 120 с. — ISBN 978-5-91930-180-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/121200.html>
2. Голощапов, Б.Р. Физическая работоспособность [Текст]: методика определения и развития : учеб.-метод. пособие для вузов / Б. Р. Голощапов, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина. - М. : МГОУ, 2015. - 62с.
3. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов : монография / В. П. Губа, Г. И. Попов, В. В. Пресняков, М. С. Леонтьева. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 324 с. — ISBN 978-5-907225-47-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101290.html>
4. Иорданская, Ф. А. Компьютерные тесты в мониторинге функциональной подготовленности высококвалифицированных спортсменов в процессе тренировочных мероприятий / Ф. А. Иорданская. — Москва : Издательство «Спорт», 2019. — 69 с. — ISBN 978-5-9500184-4-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88476.html>
5. Иорданская, Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности спортсменов - диагностические и прогностические возможности с использованием мобильных технологий в процессе тренировочных мероприятий : монография / Ф. А. Иорданская. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 284 с. — ISBN 978-5-907601-04-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/125860.html>
6. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 5-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 200 с. — ISBN 978-5-906132-49-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98647.html>
7. Ланда, Б.Х. Диагностика физического состояния. Обучающие методика и технология [Электронный ресурс] : учеб. пособие. — М. : Спорт, 2017. — 128 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74293.html>

## 6.2.Дополнительная литература

1. Вериго, Л.И. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Вериго Л.И., Вышедко А.М. - Красноярск : СФУ, 2016. — 224с. — Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763835601.html>
2. Виноградов, П.А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, А.В. Царик, Ю.В. Окуньков - М. : Спорт, 2016. — 234с. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839794.html>
3. Комплекс ГТО как основа физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе : учебно-методическое пособие / С. А. Давыдова, А. Р. Галеев, Н. И. Синявский, А. В. Фурсов. — Нижневартовск : Нижневартовский государственный университет, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-00047-612-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/118981.html>
4. Магомедов, Р. Р. Мониторинг физического состояния занимающихся физической культурой : монография / Р. Р. Магомедов, О. В. Адамова ; под редакцией Н. Б. Ромаевой. — Ставрополь : Ставрополит, 2017. — 171 с. — ISBN 978-5-903998-78-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/117387.html>

5. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов [Электронный ресурс] / Е.Д. Грязева, М.В. Жукова, О.Ю. Кузнецов, Г.С. Петрова. - 2-е изд. - М.: ФЛИНТА, 2013. - 168 с. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976516878.html>
6. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В. Н. Платонов. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 656 с. — ISBN 978-5-907225-93-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119191.html>
7. Сырвачева, И.С. Квалиметрия самоподготовки и самоконтроля студентов при занятиях физической культурой [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И.С. Сырвачева, С.Н. Зуев, В.А. Сырвачев. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 103 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73331.html>
8. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 106 с. — ISBN 978-5-4497-0494-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/93804.html>
9. Шумилов, О. Г. Содержание и методики оценки физического развития : методические рекомендации для студентов лечебного, педиатрического и медико-профилактического факультетов медицинской академии / О. Г. Шумилов, Т. М. Казачек. — Кемерово : Кемеровская государственная медицинская академия, 2008. — 24 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/6224.html>

### 6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. [www.rian.ru](http://www.rian.ru)
  2. [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru)
  3. [www.sport28.ru](http://www.sport28.ru).
- Электронно-библиотечная система Лань <https://e.lanbook.com>  
 ООО «Электронное издательство Юрайт» <https://urait.ru>

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплинам
2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

## 8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ЦЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows  
 Microsoft Office  
 Kaspersky Endpoint Security

### Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ  
 Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

[fgosvo.ru](http://fgosvo.ru) – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

[pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru) - Официальный интернет-портал правовой информации

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Федеральный портал Российское образование

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием, персональными компьютерами, проектором;

- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.