

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Наумова Наталия Александровна

Должность: Ректор

Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41

Уникальный программный ключ:

6b5279da4e034bff679172803da5b7b5599e69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»

(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры современных
оздоровительных технологий и адаптивной

физической культуры

Протокол от «15» 04 2023г.

Зав. кафедрой Семенова С.А.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

Физиология физического воспитания и спорта

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование

Профиль:

«Физическая культура и дополнительное образование»

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Мытищи

2023

Содержание

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....
3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы¹

| Код и наименование компетенции | Этапы формирования |
|--|--|
| <i>ОПК-1</i> Способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста | 1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа |

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания²

| Оцениваемые компетенции | Уровень сформированности | Этапы формирования | Описание показателей | Критерии оценивания | Шкала оценивания |
|-------------------------|--------------------------|--|---|---------------------------------|---|
| ОПК-1 | Пороговый | 1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа | Знать: - анатомо-морфологическую, физиологическую, медико-психологическую, биохимическую характеристику физкультурно-спортивной деятельности, характер её влияния на организм человека. - Классификацию анатомо-морфологические, физиологические, медико-психологические, биохимические влияния на физкультурно-спортивную деятельность занимающихся. - основные понятия и | Практическое занятие Реферат | Шкала оценивания практического занятия Шкала оценивания реферата |

¹ Указывается информация в соответствии с утвержденной РПД

² Указывается информация в соответствии с утвержденной РПД

| | | | | | |
|-----------------|--|---|--|--|--|
| | | | <p>критерии оценки основных механизмов энергообеспечения и даёт их обоснование.</p> <ul style="list-style-type: none"> - перечень показателей от которых зависит то или иное качество спортивно-физкультурной деятельности. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Описывает зависимость развития физических качеств с анатомо-морфологических, биохимических, биомеханических и психофизиологических позиций - Применяет достижения в области анатомо-морфологического, медико-биологического (физиологического, и биохимического биомеханического) контроля в спорте. | | |
| Продви нутый | 1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - представлять общую картину анатомо-морфологических, биохимических, физиологических, психологических изменений организма при занятии отдельными видами спорта - определять основной механизм энергообеспечения в отдельных видах спорта; - использовать различные методы контроля за состоянием организма. - объяснять зависимость применительно к своей профессиональной деятельности. | Практическое занятие Реферат Дискуссия | Шкала оценивания практического занятия Шкала оценивания реферата Шкала оценивания дискуссии | |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| | | | <p>- Описывать, объяснять и делать выводы применительно к объекту (субъекту) своей деятельности об изменениях функциональных показателей организма.</p> <p>Владеть:</p> <p>- основными понятиями и приёмами оценки анатомо-морфологического, физиологического и биомеханического контроля за состоянием занимающихся.</p> | | |
|--|--|--|---|--|--|

Описание шкал оценивания

Распределение баллов по видам работ:

| Название компонента | Распределение баллов |
|-------------------------------------|----------------------|
| Практические задания / Устный опрос | до 40 |
| Реферат | до 10 |
| Дискуссия | До 10 |
| Экзамен | до 40 |

Шкала оценки устного опроса студента на практических занятиях:

| Критерии | Количество баллов |
|--|-------------------|
| высокая активность на практических занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения. | 40 баллов |
| участие в работе на практических занятиях, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и | 30 баллов |

| | |
|---|------------------|
| корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения. | |
| низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы. | 10 баллов |
| отсутствие активности на практических занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины. | 0 балла |

Шкала оценки практических заданий студента:

| Критерии | Количество баллов |
|---|--------------------------|
| выполнено без ошибок. | 40 баллов |
| выполнено с одной ошибкой. | 30 баллов |
| выполнено с двумя существенными ошибками. | 20 баллов |
| выполнено с двумя и более существенными ошибками. | 10 баллов |
| не выполнено практическое задание. | 0 баллов |

Шкала оценки написания реферата:

| Критерии | Количество 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. | 10 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. | 5 баллов |
| Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников | 0 баллов |

| | |
|---|--|
| 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. | |
|---|--|

Критерии оценки участника групповой дискуссии

| баллы | Содержание, убедительность высказывания |
|-------|--|
| 10 | Высказывание соответствует заданной теме, характеризуется высокой информативностью и оригинальностью, аргументы подкреплены убедительными примерами. |
| 5 | Допускается незначительное отклонение от темы дискуссии. Высказывание носит отчасти тривиальный, поверхностный характер. Не все аргументы подкреплены примерами. |
| 2 | Высказывание характеризуется низкой информативностью, стереотипностью, не отражает полного понимания темы дискуссии. Аргументы сформулированы абстрактно. Примеры отсутствуют. |
| 0 | Высказывание не соответствует заданной теме, отсутствуют аргументы в пользу какой-либо точки зрения. |

Шкала оценки результатов экзамена за каждый вопрос билета (всего три вопроса в билете):

| Критерии | Количество баллов |
|--|-------------------|
| Ответ правильный, полный, допускаются мелкие неточности, не влияющие на существо ответа. | 40 баллов |
| Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно. | 20 баллов |
| Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов. | 10 баллов |
| Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано. | 0 балла |

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

Текущий контроль

ОПК-1 Способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста

-на пороговом уровне студент должен знать:

- анатомо-морфологическую, физиологическую, медико-психологическую, биохимическую характеристику физкультурно-спортивной деятельности, характер её влияния на организм человека.

-Классификацию анатомо-морфологические, физиологические, медико-психологические, биохимические влияния на физкультурно-спортивную деятельность занимающихся.

- основные понятия и критерии оценки основных механизмов энергообеспечения и даёт их обоснование.

- перечень показателей, от которых зависит то или иное качество спортивно-физкультурной деятельности.

Задания, необходимые для оценивания сформированности ОПК-1 на пороговом уровне

Пример требований к практическому заданию по теме «Физиология нервно-мышечного аппарата».

Практическая работа «Физиология нервно-мышечного аппарата».

Вопросы для обсуждения

1. Дайте анатомо-морфологическую характеристику мышечного волокна
2. Дайте анатомо-морфологическую характеристику нервного волокна
3. Какие физиологические особенности характерны для мышечного волокна
4. Какие физиологические особенности характерны для нервного волокна
5. В чем заключается химизм и энергетика мышечного сокращения
6. Механизмы мышечного сокращения.
7. Тетанус, его виды. Тонус мышц.
8. Что такое изометрический тип сокращения
9. Приведите перечень показателей, от которых зависит то или иное качество спортивно-физкультурной деятельности
10. Каким образом психо-эмоциональное состояние оказывает влияния на физкультурно-спортивную деятельность занимающихся.

на пороговом уровне по этой теме студент должен уметь:

- Описывает зависимость развития физических качеств с анатомо-морфологических, биохимических, биомеханических и психофизиологических позиций

- Применяет достижения в области анатомо-морфологического, медико-биологического (физиологического, и биохимического биомеханического) контроля в спорте.

Примерные темы докладов по теме «Физиология нервно-мышечного аппарата».

1. Эффекторный отдел нейромоторного аппарата.
2. Структурная организация мышц. Сократительные белки мышц.
3. Биохимия сократительных белков и энергетика мышечного сокращения.
4. Расслабление мышцы, роль саркоплазматического ретикулума в процессах сокращения и расслабления.
5. Реакция мышцы на ритмическое раздражение.
6. Статическая и динамическая работа мышц.
7. Центральный отдел нейромоторного аппарата.
8. Иерархический принцип регуляции работы мышц.

Задания, необходимые для оценивания сформированности ОПК-1 на продвинутом уровне³

на продвинутом уровне по этой теме студент должен уметь:

- представлять общую картину анатомо-морфологических, биохимических, физиологических, психологических изменений организма при занятии отдельными видами спорта
- определять основной механизм энергообеспечения в отдельных видах спорта;
- использовать различные методы контроля за состоянием организма.
- объяснять зависимость применительно к своей профессиональной деятельности.
- Описывать, объяснять и делать выводы применительно к объекту (субъекту) своей деятельности об изменениях функциональных показателей организма.

Пример требований к практическому заданию по теме «Физиология нервно-мышечного аппарата».

Вопросы для обсуждения

³ Указываются отдельно по уровням, в случае если формулировки ЗУВ различаются в зависимости от уровней сформированности компетенций.

1. Опишите и графически изобразите различные режимы работы двигательных единиц мышцы
2. определите основной механизм энергообеспечения в отдельных видах спорта
3. В чем суть закона средних нагрузок
4. Какие физиологические методы контроля за состоянием организма используются
5. Опишите возможные сдвиги физиологических процессов в организме при различных видах нагрузок

Перечень тем для докладов

1. Динамический стереотип как основа двигательного процесса.
2. Стадии формирования двигательного акта.
3. Вегетативные компоненты произвольных движений.
4. Физическая работоспособность. Факторы ее обуславливающие.
5. Структура гладкой мышцы. Автоматия гладкой мышцы.
6. Нервные и гуморальные влияния на тонус гладкой мускулатуры.
7. Функциональные особенности гладкой мышц.

на продвинутом уровне по этой теме студент должен владеть:

- основными понятиями и приёмами оценки анатомо-морфологического, физиологического и биомеханического контроля за состоянием занимающихся.

Перечень вопросов для дискуссий

1. Суть, возможности, преимущества и недостатки использования различных показателей комплексного метода исследования физиологических функций под влиянием динамической работы.
2. Суть, возможности, преимущества и недостатки использования различных показателей комплексного метода исследования физиологических функций под влиянием статической работы.

Промежуточная аттестация

ОПК-1 Способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста

Знать:

- анатомо-морфологическую, физиологическую, медико-психологическую, биохимическую характеристику физкультурно-спортивной деятельности, характер её влияния на организм человека.

-Классификацию анатомо-морфологические, физиологические, медико-психологические, биохимические влияния на физкультурно-спортивную деятельность занимающихся.

- основные понятия и критерии оценки основных механизмов энергообеспечения и даёт их обоснование.

- перечень показателей от которых зависит то или иное качество спортивно-физкультурной деятельности.

Уметь:

- Описывает зависимость развития физических качеств с анатомо-морфологических, биохимических, биомеханических и психофизиологических позиций

- Применяет достижения в области анатомо-морфологического, медико-биологического (физиологического, и биохимического биомеханического) контроля в спорте.

- представлять общую картину анатомо-морфологических, биохимических, физиологических, психологических изменений организма при занятии отдельными видами спорта

- определять основной механизм энергообеспечения в отдельных видах спорта;

- использовать различные методы контроля за состоянием организма.

- объяснять зависимость применительно к своей профессиональной деятельности.

- Описывать, объяснять и делать выводы применительно к объекту (субъекту) своей деятельности об изменениях функциональных показателей организма.

Владеть:

- основными понятиями и приёмами оценки анатомо-морфологического, физиологического и биомеханического контроля за состоянием занимающихся.

Перечень вопросов для экзамена

1. Что такое «Срочная адаптация»

2. Дайте физиологическую характеристику процессу адаптации

3. Дайте медико-психологическую характеристику процессу адаптации

4. Дайте биохимическую характеристику процессу адаптации

5. Виды адаптации

6. Критерии оценки основных механизмов энергообеспечения адаптации

перечень показателей адаптации от которых зависит то или иное качество спортивно-физкультурной деятельности

7. Опишите зависимость развития физических качеств на фоне формирования долгосрочной адаптации.
8. Объясните с позиций достижений в области анатомо-морфологического, медико-биологического (физиологического, и биохимического биомеханического) этапы перехода срочной адаптации к долговременной как результат синтеза нуклеиновых кислот (ДНК и РНК)
9. В условиях физического напряжения под влиянием глюкокортикоидов энергетический обмен переключается с углеводного на жировой, ускоряется распад белков, активизируется превращение аминокислот в глюкозу. Объясните, почему этот процесс требует особого контроля в спорте
10. Представьте общую картину анатомо-морфологических, биохимических, физиологических, психологических изменений организма при занятии отдельными видами спорта в резко отличимых условиях (в жарких, холодных условиях, условиях высокогорья)
11. Определите основной механизм энергообеспечения в отдельных видах спорта с учетом специфического и неспецифического компонентов адаптации
12. Каким образом учение об общем адаптационном синдроме (Селье 1936) для контроля за состоянием организма?
13. Объясните и сделайте выводы какие стадии стресса проходит организм применительно к различным видам спорта
14. Что называется ценой адаптации
15. Какие используют приемы оценки уровня адаптации состояния занимающихся

4 Итоговая шкала по дисциплине.

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную пятибалльную систему

| 100-балльная система оценки | Традиционная четырех балльная система оценки |
|--|---|
| 81 – 100 баллов | отлично/зачтено |
| 61 – 80 баллов | хорошо/зачтено |
| 41 – 60 баллов | удовлетворительно/зачтено |
| 0- 40 баллов | неудовлетворительно/не зачтено |