

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:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Факультет физической культуры
Кафедра теоретико-практических основ физического воспитания и спорта

Согласовано управлением организации и
контроля качества образовательной
деятельности

« 24 » марта 2022 г.

Начальник управления

/Р.В. Самолетов/

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол « 24 » марта 2022 г. № 0.3

Председатель

М.А. Миненкова



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
факультета физической культуры

Протокол «21» марта 2022 г. № 7

Председатель УМКом

/Е.В. Крякина/

Рекомендовано кафедрой теоретико-
практических основ физического
воспитания и спорта

Протокол от «16» марта 2022 г. № 12

Зав. кафедрой

/А.П. Матвеев/

Мытищи
2022

Автор-составитель:

Кулишенко И.В.

К.п.н., доцент кафедры Теории и методики физического воспитания и спорта МГОУ

Фандеева А. С. старший преподаватель кафедры Теории и методики физического воспитания и спорта МГОУ

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. № 940.

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

Год начала подготовки (по учебному плану) 2022

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.....	9
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	24
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	24
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	25
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	25

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 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», «Информационные технологии в физической культуре», «Анатомия человека», «Физиология человека».

Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения «Технология оздоровительной тренировки», педагогической практики, 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
Контактная работа:	92,4
Лекции	20
Практические занятия	72 (40) ¹
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0,4
Зачет	0,4
Самостоятельная работа	72
Контроль	15,6

Форма промежуточной аттестации: зачет 7, 8 семестр

3.2. Содержание дисциплины

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов	
	Лекции	Практические занятия
Тема 1. Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.	4	2
Тема 2. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.	4	10
Тема 3. Физическое развитие и методы его оценки	4	20
Тема 4. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом. Комплекс ГТО.	4	20 ²
Тема 5. Информационные технологии при проведении мониторинга физического состояния учащихся	4	20 ³
Итого	20	72 (40) ⁴

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

¹ Часы в форме практической подготовки

² Часы в форме практической подготовки

³ Часы в форме практической подготовки

⁴ Часы в форме практической подготовки

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Формы отчетности
Мониторинг как вид научно-практической деятельности и. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом	1. Анализ мониторинговых систем в различных сферах деятельности. 2. Теоретические основы проектирования общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья детей, подростков, молодежи. 3. Принципы организации и проведения исследований состояния физического здоровья подрастающего поколения Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.	16	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Подготовка к письменному опросу Подготовка к контрольной работе Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа Презентация
Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.	1. Характеристика понятия «здоровье». 2. Принципы формирования критериев уровня здоровья. 3. Практические подходы к оценке уровня здоровья. 4. Современные технологии в оценке уровня здоровья. 5. Индивидуальная карта здоровья. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.	14	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Подготовка к письменному опросу Подготовка к контрольной работе Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа Презентация
Физическое развитие и методы его оценки	1. Методика оценки уровня физического развития. Возможности применения метода индексов.	14	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Подготовка к письменному опросу Подготовка к контрольной работе Подготовка презентаций	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа Презентация
Физическая подготовленность и методы ее оценки в	1. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и	14	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Подготовка к	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Письменный

различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом Комплекс ГТО	спортом. 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. 3. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 4. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 5. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 6. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 7. Методика проведения тестирования в соответствии с требованиями комплекса ГТО.		письменному опросу Подготовка к контрольной работе Подготовка презентаций		опрос Контрольная работа Презентация
Информационные технологии при проведении мониторинга физического состояния	1. Компьютерные программы, обеспечивающие проведение мониторинга. 2. Характеристики компьютерных программ. 3. Программа «Физкультурный паспорт». 4. Тесты и аналитические таблицы	14	Подготовка к устному опросу Подготовка реферата Подготовка к письменному опросу Подготовка к контрольной	Рекомендованная литература	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа

учащихся	компьютерных программ.		работе Подготовка презентаций		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	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельные работы.
ДПК-5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся	1. Работа на учебных занятиях. 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. 2. Самостоятельные работы.

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ДПК-2	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельные работы.	Знать: - Знания анатомии - Знания физиологии - Знания гигиены - Знания биохимии - Режимы тренировочной работы Уметь: - Проводит антропометрическую, физическую, психологическую диагностику индивида - Определять наиболее эффективные методики проведения мероприятий спортивного отбора. - Применяет методики мероприятий спортивного отбора на практике. - Планировать долгосрочное развитие способностей спортсмена. Владеть: - Определять физические и функциональные способности, адекватно выбирает средства и методы занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов; - Описывать, объяснять и делать	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа Презентация	Шкала оценки написания реферата Критерии оценивания контрольных работ Критерий оценивания устных опросов Шкала оценивания презентации и Шкала и критерии оценивания письменного опроса.

			соответствующие выводы, применительно к планированию УТП в избранном виде спорта. - методиками диагностики физического и психологического развития индивида.		
	Продвину тый	1.Работа на учебных занятиях. 2.Самостоятельны е работы.	Знать: -Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапах подготовки по виду спорта - Основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи -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 -Санитарно-гигиенические и медицинские требования к участию спортсменов в соревнованиях - Методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся Уметь: - Перечисляет основные признаки этапов - Проводит комплексную диагностику. - оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной при составлении перспективных и оперативных планов. - основные термины спортивной тренировки. - использует методы контроля и навыки проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта. - Определяет эффективность различных методик физкультурно-спортивной направленности и способен создавать авторские технологические подходы к построению спортивной тренировки.- основные этапы спортивного отбора. Владеть: - Классифицировать, описывать, разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов». - средств и методов спортивной тренировки. - Опирает методиками проведения	Устный опрос Реферат Письменны й опрос Контрольн а работа Презентаци я	Шкала оценки написания реферата: Критерии оценивания контрольных работ Критерий оценивания устных опросов Шкала оценивания презентации и Шкала и критерии оценивания письменного опроса.

			спортивной ориентации - Осуществляет разработку траекторий развития спортивных способностей индивида. - Видеть ближайшие перспективы развития спортсмена.		
ДПК-5	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания, Уметь: - описывает варианты применения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания в практической деятельности - составлять на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания. - 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. Владеть: - высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа Презентация	Шкала оценки написания реферата: Критерии оценивания контрольных работ Критерий оценивания устных опросов Шкала оценивания презентации и Шкала и критерии оценивания письменного опроса.
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: - примеры наиболее эффективных способов решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся. Уметь: - составляет на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания с учетом, индивидуальных и групповых особенностей занимающихся. - 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. Владеть: - Использует в ходе урока (занятия) оригинальные методики обучения, развития и воспитания.	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа Презентация	Шкала оценки написания реферата: Критерии оценивания контрольных работ Критерий оценивания устных опросов Шкала оценивания презентации и Шкала и критерии оценивания письменного опроса.
ДПК-8	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: - основы педагогического контроля в физкультурном образовании. - методику применения видов контроля в физическом воспитании и спорте. Уметь: - определять виды контроля для решения	Устный опрос Реферат Письменный опрос Контрольная работа	Шкала оценки написания реферата: Критерии оценивания контрольных

			задач обучения. - интерпретировать результаты контроля для внесения корректив в занятия. Владеть: - методами контроля на уроках физической культуры, тренировочных занятиях. - технологией педагогического контроля в физкультурном образовании	Презентаци я	х работ Критерий оценивания устных опросов Шкала оценивания презентаци и Шкала и критерии оценивания письменног о опроса.
	Продвину тый	1.Работа на учебных занятиях. 2.Самостоятельны е работы.	Знать: - основы педагогического контроля в физкультурном образовании. - методику применения видов контроля в физическом воспитании и спорте. Уметь: - определять виды контроля для решения задач обучения. - интерпретировать результаты контроля для внесения корректив в занятия. Владеть: - методами контроля на уроках физической культуры, тренировочных занятиях. - технологией педагогического контроля в физкультурном образовании	Устный опрос Реферат Письменны й опрос Контрольна я работа Презентаци я	Шкала оценки написания реферата: Критерии оценивания контрольны х работ Критерий оценивания устных опросов Шкала оценивания презентаци и Шкала и критерии оценивания письменног о опроса.

Шкала оценки написания реферата

Критерии оценивания	Баллы
Содержание соответствуют 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.	9-10 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.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует	3-5 баллов

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.	
---	--

Критерии оценивания контрольных работ

Баллы	Критерии оценивания
15	1. глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; 2. усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами; 3. умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами; 4. умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций; 5. показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности
10	1. полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу; 2. владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств; 3. умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний; 4. применяет теоретические знания на практике; 5. допустил 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; 2. обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности; 3. способен разобраться в конкретной практической ситуации.
5	1. показал проблемы в знании основного учебного материала; 2. не может дать чётких определений, понятий; 3. не может разобраться в конкретной практической ситуации; 4. не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объемом знаний.

Критерий оценивания устных опросов

Баллы	Критерии оценивания
40	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;

	- излагает материал последовательно и правильно
30	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
20	обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
10	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Шкала оценивания презентации

Баллы	Критерии оценивания
20	1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки
10	1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки
5	1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции,

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

Шкала и критерии оценивания письменного опроса.

Баллы	Критерии оценивания
1 балл	Содержание работы полностью соответствует теме; фактические ошибки отсутствуют; содержание излагается последовательно
0,5 балла	Содержание работы в основном соответствует теме; имеются единичные фактические неточности; имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.
0,25 балла	В работе допущены существенные отклонения от темы; работа достоверна в главном, но имеются фактические неточности; допущены отдельные нарушения последовательности изложения.
0 баллов	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 текущего контроля (устный опрос)

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 текущего контроля (письменный опрос)

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

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
18. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.
19. Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в процессе отбора и спортивной ориентации.
20. Типологические особенности в различных видах спортивной специализации (морфотип, тип нервной системы, тип межполушарной асимметрии, тип мышечных волокон)
21. Методика оценки мышечной композиции в практике физической культуры и спорта.
22. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта.
23. Осуществление спортивной ориентации и отбора по результатам проведения мониторинга физического развития и индивидуально-типологических свойств организма (на модели одного вида спорта).

24. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой.
25. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом.
26. Координационные способности и методика их оценки в процессе спортивного отбора и занятий физической культурой и спортом.
27. Осуществление мониторинга общих и специфических координационных способностей у спортсменов различных видов спорта с учетом этапа многолетней тренировочной подготовки.
28. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
29. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
30. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
31. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
32. Обзор существующих методик оценки психологического состояния при занятиях физической культурой и спортом.
33. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности. Методы обработки данных. Графическое отображение полученных результатов. Интерпретация полученных результатов.
34. Обзор существующих методик оценки психомоторных параметров при занятиях физической культурой и спортом.
35. 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 являются реферат, письменный опрос, устный опрос, контрольная работа, презентация

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение 7 семестр за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение 8 семестр 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	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;

	- излагает материал последовательно и правильно
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	обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
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. 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.
2. Голощапов, Б.Р. Учебно-исследовательская работа студентов на факультете физической культуры [Текст] : учеб. пособие / Б. Р. Голощапов, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина. - М. : МГОУ, 2012. - 106с.
3. 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. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С. - М.:ИЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=883774>
2. 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>

3. 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>

4. 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>

5. 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>

6.3.Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.rian.ru
2. www.school.edu.ru
3. www.sport28.ru.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

- 1) Методические рекомендации по практическим занятиям.
- 2) Методические рекомендации самостоятельная работа студентов.

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО 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 – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

pravo.gov.ru - Официальный интернет-портал правовой информации

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 занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием;
- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями.