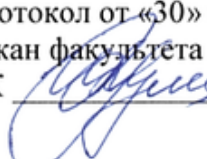


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff6701728036a01b554c819e1

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

Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
Протокол от «30» июня 2020 г., №12
Декан факультета
ФК  Кулишенко И.В.

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

Динамическая анатомия

Направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура

Профиль (программа подготовки) " Спортивная тренировка "

Мытищи
2020

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 программы

Код и наименование компетенций	Этапы формирования
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	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа
ПК-8 способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этапы сформированности	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания (баллы)
ОПК -1	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - анатомо-морфологическую, физиологическую, медико-психологическую, биохимическую характеристику физкультурно-спортивной	Текущий контроль: Устный опрос, реферат, практические задания (для заочной формы обучения), конспект, тестировани	41-60 баллов

			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-	е, лабораторные работы. Промежуточная аттестация: Экзамен.	
--	--	--	---	--	--

			биологического (физиологического, и биохимического биомеханического) контроля в спорте.		
	Продви нутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	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. Владеть: - основными понятиями и приёмами оценки анатомо-морфологического, физиологического и	Текущий контроль: Устный опрос, реферат, практические задания (для заочной формы обучения), конспект, тестирование, лабораторные работы. Промежуточная аттестация: Экзамен.	61-100 баллов

			биомеханического контроля за состоянием занимающихся.		
ПК -8	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - основные термины спортивной тренировки. - средств и методов спортивной тренировки. Уметь: - использует методы контроля и навыки проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта.	Текущий контроль: Устный опрос, реферат, практические задания (для заочной формы обучения), конспект, тестирование, лабораторные работы. Промежуточная аттестация: Экзамен.	41-60 баллов
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - суть и содержание терминологического аппарата. Уметь: - Представляет методические приёмы реализации технологии и способы её внедрения с учётом санитарно-гигиенических норм. - Определяет эффективность различных методик физкультурно-спортивной направленности и способен создавать авторские технологические подходы к построению	Текущий контроль: Устный опрос, реферат, практические задания (для заочной формы обучения), конспект, тестирование, лабораторные работы. Промежуточная аттестация: Экзамен.	61-100 баллов

			спортивной тренировки.		
--	--	--	---------------------------	--	--

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

ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ (Устный опрос)

- 1) Что означает термин «динамическая анатомия»?
- 2) Какие силы действуют на тело спортсмена при статических положениях и при движениях?
- 3) Что такое общий центр тяжести тела человека и для чего его определяют?
- 4) Какие виды равновесия тела вы знаете?
- 5) От чего зависит степень устойчивости тела?
- 6) Дайте классификацию основных движений спортсмена.
- 7) Проанализируйте положение и работу различных частей тела спортсмена при проксимальной опоре.
- 8) Проанализируйте положение и работу различных частей тела спортсмена при дистальной опоре.
- 9) Какие движения называются циклическими?
- 10) Какие фазы движений выделяют в ходьбе? Какие мышцы работают в каждой фазе и какую работу они совершают?
- 11) Какие фазы выделяют при плавании кролем на груди? Дайте анатомическую характеристику каждой фазы.
- 12) Какие движения называются ациклическими?
- 13) Проведите анатомический анализ прыжка в длину с места.
- 14) Какие движения называются вращательными?

ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Особенности строения костей в детском, юношеском, зрелом, пожилом и старческом возрастах.
2. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и подростков. Основные заболевания костей.
3. Двигательная активность и гигиена физического воспитания.
4. Определение процесса движения.
5. Структуру организма, осуществляющие процесс движения.
6. Принцип рычага в работе суставов.
7. Общая анатомия скелета, его определение, функции, химический состав костей, костная ткань.
8. Строение кости как органа
9. Отдельные части кости (эпифиз, диафиз, метафиз). Надкостница (периост). Компактное, губчатое вещество, костно- мозговая жидкость.

Костный мозг (красный, жёлтый). Проведение диагностики неотложных состояний и диагностических исследований.

10. Классификация костей.
11. Виды соединения костей. Подвижные. Сустав, строение, виды суставов, объём движений. Неподвижные и полуподвижные соединения.
12. Рост кости в длину и толщину.
13. Особенности строения костей в детском, юношеском, зрелом, пожилом и старческом возрастах.

ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

Позы спортсменов, рекомендуемые для анатомического анализа

1. Стойка ноги врозь, руки в стороны
2. Стойка на руках, ноги врозь
3. Присед, колени вместе
4. Упор присев на правой, левая сзади на носке
5. Упор, стоя на коленях
6. Упор лежа сзади
7. Полушпагат
8. Стойка на лопатках
9. Сед
10. Мост

Анатомический анализ положения

Ф.И.О. студента (ки) _____

№ группы _____

Курс _____

Факультет _____

Преподаватель _____

1. Описание позы (указать положение туловища с учетом всех отделов позвоночного столба, головы, верхних конечностей, нижних конечностей)
2. Схематическое изображение положения (позы) в двух проекциях
3. Действующие силы (описание направления действующих сил)
Обозначить на схемах векторы действующих сил
4. Положение ОЦТ. Обозначить на схемах положение ОЦТ
5. Площадь опоры

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ

1. Медиальный мениск чаще всего повреждается при травме ... сустава
 - а) тазобедренного,
 - б) коленного,

- в) локтевого,
- г) голеностопного.

2. Кости мозгового отдела черепа

- а) подъязычная, нижняя челюсть, затылочная, теменные;
- б) верхнечелюстные, сошник, височные, нижние носовые раковины, лобная;
- в) лобная, затылочная, решетчатая, клиновидная, теменные, височные;
- г) скуловые, носовые, слезные, решетчатая, клиновидная.

3. Кости лицевого отдела черепа

- а) верхнечелюстные, небные, скуловые, носовые, слезные, нижние носовые раковины, сошник, подъязычная, нижняя челюсть;
- б) лобная, решетчатая, клиновидная, височные, подъязычная, сошник, нижняя челюсть;
- в) затылочная, небные, скуловые, носовые, слезные, клиновидная, нижние носовые раковины, сошник;
- г) теменные, верхнечелюстные, небные, скуловые, носовые, слезные, сошник.

4. По направлению мышечных волокон различают мышцы

- а) веретенообразные, косые, широкие;
- б) сердечные, гладкие, поперечно-полосатые;
- в) двубрюшные, двуглавые, сфинктеры;
- г) двуперистые, одноперистые, сфинктеры.

5. Основные части мышцы

- а) брюшко, сухожилия;
- б) фасции, влагалища сухожилий;
- в) синовиальные сумки, блоки мышц;
- г) волокна, апоневрозы.

6. Соединительно-тканными чехлами мышц, названными Н.И. Пироговым «мягким скелетом тела», являются

- а) мембраны,
- б) апоневрозы,
- в) фасции,
- г) синовии.

7. Мышечная ткань, сокращающаяся под действием воли человека

- а) скелетная поперечно-полосатая,
- б) гладкая,
- в) сердечная поперечно-полосатая,
- г) висцеральная.

8. Состав медленных («красных») мышечных волокон отличается

- а) большим количеством миофибрилл и малым саркоплазмы,
- б) равным сочетанием миофибрилл и саркоплазмы,
- в) наличием клеток-сателлитов (источников новых волокон),
- г) малым количеством миофибрилл и большим - саркоплазмы.

9. Мимические мышцы прикрепляются к

- а) лобной кости и костям лицевого черепа,
- б) височной кости и костям лицевого черепа,
- в) коже и костям лицевого черепа,
- г) коже.

10. Скелетные мышцы построены из

- а) гладкой мышечной ткани,
- б) соединительной ткани,
- в) поперечно-полосатой мышечной ткани,
- г) эпителиальной ткани.

11. Структурно-функциональная единица гладкой мышечной ткани

- а) веретенообразная клетка,
- б) многоядерное волокно,
- в) кардиомиоцит,
- г) фиброцит.

12. Мышцы, работающие в суставе в одном направлении, являются

- а) антогонистами,
- б) двуглавыми,
- в) синергистами,
- г) гладкими.

13. Мышца, лежащая под широчайшей мышцей спины

- а) большая ромбовидная,
- б) мышца, поднимающая лопатку,
- в) трапецевидная,
- г) нижняя задняя зубчатая.

14. Щель в нижнем отделе передней брюшной стенки, через которую проходит у мужчин семенной канатик, у женщин - круглая связка матки, образует

- а) паховый канал,
- б) паховое кольцо,
- в) пупочное кольцо,
- г) лобковый симфиз.

15. Мышца, начинающаяся на отростке лопатки и лежащая на передней поверхности плеча, называется

- а) дельтовидной,
- б) подлопаточной,
- в) клювовидно-плечевой,
- г) двуглавой мышцей плеча.

16. Квадратный пронатор начинается от

- а) медиального края локтевой кости,
- б) поперечных отростков шейных позвонков,
- в) медиального края лопатки,
- г) большого вертела бедренной кости.

17. В отведении плеча участвуют

- а) дельтовидная, надостная;
- б) подлопаточная, подостная;
- в) клювовидно-плечевая, широчайшая;
- г) двуглавая мышца плеча, дельтовидная.

18. В сгибании бедра участвуют

- а) медиальная, промежуточная и латеральная широкие мышцы бедра, прямая мышца бедра;
- б) близнецовые, грушевидная, квадратная мышца бедра, полуперепончатая;
- в) двуглавая мышца бедра, полуперепончатая, полусухожильная, большая приводящая;
- г) напрягатель широкой фасции бедра, прямая мышца бедра, подвздошно-поясничная, гребенчатая, портняжная.

19. Мышца, разгибающая бедро и отводящая его, а также фиксирующая таз и туловище при напряженном стоянии, называется

- а) малой ягодичной,
- б) средней ягодичной,
- в) большой ягодичной,
- г) напрягателем широкой фасции бедра.

20. В супинации голени участвуют

- а) портняжная, тонкая;
- б) медиальная головка икроножной, полусухожильная;
- в) латеральная головка икроножной, двуглавая мышца бедра;
- г) напрягатель широкой фасции бедра, портняжная.

21. Площадь поперечного сечения мышцы в ее наиболее широком участке, проведенного перпендикулярно длинной оси, называется

- а) анатомическим поперечником,
- б) общим объемом,
- в) физиологическим поперечником,
- г) абсолютным весом.

22. Мышца брюшного пресса, НЕ участвующая в сгибании позвоночного столба

- а) квадратная мышца поясницы,
- б) прямая мышца живота,
- в) внутренняя косая мышца живота,
- г) поперечная мышца живота.

23. Мышца, участвующая в приведении и супинации стопы

- а) короткая малоберцовая,
- б) передняя большеберцовая,
- в) длинная малоберцовая,
- г) третья малоберцовая.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Общие вопросы анатомического анализа положений и движений спортсмена
2. План анализа положений и движений тела
3. Работа двигательного аппарата
4. Особенности механизма внешнего дыхания
5. Особенности расположения и функции внутренних органов, состояние сердечно-сосудистой системы
6. Анатомический анализ положений тела
7. Классификация положений тела
8. Стойка
9. Мост
10. Вис на выпрямленных руках
11. Вис, прогнувшись (на кольцах)
12. Упор на параллельных брусьях
13. Анатомический анализ старта пловца с тумбочки
14. Анатомический анализ движений тела
15. Ходьба
16. Бег
17. Анатомический анализ плавания кролем на груди
18. Прыжок в длину с места
19. Метание копья
20. Сальто назад с места

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ

Дать анатомический анализ

Раздел: Гимнастика

1. Выход из строя и подход к учителю.
2. Размыкание приставным шагом влево.
3. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.
4. Переноска гимнастического мостика вдвоем.
5. Приседание – руки вперед.
6. Прыжок на месте со сменой ног (ножницы).
7. Прыжок на обеих (подскок), руки произвольно.
8. Перестроение из одной шеренги в две.
9. Перевод гимнастической палки из горизонтального положения в вертикальное и обратно (исходное положение – руки вытянуты, хват верхний).
10. Лазание по канату без помощи ног.
11. Из вися широком хватом переход в вис на согнутых руках (перекладина за головой).
12. Прыжки со скакалкой (на двух, на одной, со сменой ног).

13. Сгибание и выпрямление рук в упоре лежа сзади руки на стульях.
14. Из наклона, вперед нагнувшись, ноги врозь, руки в стороны, повороты туловища (мельница).
15. Передвижение в упоре сзади: а) ногами вперед; б) спиной вперед.
16. Подъем силой на перекладине (через одну руку).
17. Из упора на руках (брусья) подъем разгибом.

Раздел: Легкая атлетика

1. Низкий старт (исходное положение стоя).
2. Высокий старт (исходное положение стоя).
3. Толкание ядра с места.
4. Стартовый разгон и переход в бег по дистанции.
5. Передача эстафеты.
6. Старт из положения лежа (полоса препятствий).

Раздел: Спортивные игры

Баскетбол

1. Стойка игрока.
2. Передача мяча двумя руками от груди на месте.
3. Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с места.
4. Передача мяча одной рукой от плеча.
5. Передача мяча двумя руками от головы.
6. Броски мяча по кольцу двумя руками снизу (после перемещения вперед).
7. Передача мяча одной рукой снизу и сбоку.
8. Ведение мяча на месте.
9. Бросок двумя руками от головы в прыжке.

Волейбол

1. Верхняя передача мяча.
2. Перемещение приставными шагами.
3. Прием мяча двумя руками снизу (после перемещения вперед).
4. Нижняя прямая подача.
5. Верхняя прямая подача.
6. Блокирование нападающего удара.

Футбол

1. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.
3. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема.
4. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места.
5. Удар мяча головой.

Лыжная подготовка

1. Попеременный двухшажный ход: отталкивание ногами и скольжение.
2. Одновременный двухшажный ход.
3. Повороты на месте переступанием.
4. Попеременный двухшажный ход: движения руками.
5. Подъем «ёлочкой».
6. Спуск в высокой стойке.
7. Подъем в гору «лесенкой».
8. Подъем ступающим шагом.

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

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Посещение занятий	до 100
лабораторная работа	до 100
устный опрос	до 100
реферат	до 100
практическое задание	до 100
тест	до 100
конспект	до 100
экзамен	до 100

Шкала оценки посещаемости:

Посещение учебных занятий	Количество баллов
Регулярное посещение занятий	80-100 баллов
Систематическое посещение занятий, единичные пропуски по уважительной причине.	40-70 баллов
Нерегулярное посещение занятий	10-30 баллов
Регулярные пропуски	0 баллов

Шкала оценки качества конспекта:

Критерии	Количество баллов
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	90-100 баллов
Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	60-80 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. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	30-50 баллов

Шкала оценки устного опроса студента:

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.	80-100 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 корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	60-80 баллов
низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	30-50 баллов

отсутствие активности на практических занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.	0-10 балла
--	-------------------

Шкала оценки практических заданий студента:

Критерии	Количество баллов
выполнено без ошибок.	80-100 баллов
выполнено с одной ошибкой.	40-70 баллов
выполнено с двумя и более существенными ошибками.	10-30 балла
не выполнено практическое задание.	0 баллов

Шкала оценки результатов тестирования:

количество правильных ответов в %	количество баллов
1-10	100
11-20	20
21-30	30
31-40	40
41-50	50
51-60	60
61-70	70
71-80	80
81-90	90
91-100	100

Шкала оценки лабораторных работ студента:

Критерии	Количество баллов
выполнена без ошибок.	80-100 баллов
выполнена с одной ошибкой.	40-70 баллов
выполнена с двумя и более существенными ошибками.	10-30 балла
не выполнена лабораторная работа.	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.	8-100 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе	60-80 баллов

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.	
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.	30-50 баллов

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.	90-100 баллов
Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно.	70-80 баллов
Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов.	50-60 баллов
Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано.	10-30 баллов

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

