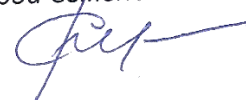


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b5594e69e2

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
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль:
Физическая культура

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>ДПК-1</i> Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа
<i>ДПК-8</i> Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка	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
ДПК–1	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта; - основы педагогики физической культуры; - основы теории и методики физического воспитания; - основы возрастной педагогики и психологии; - основы видов спорта,	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

			входящих в программу обучения различных категорий населения.		
	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 биомеханического контроля за состоянием занимающихся.	Практич еское занятие Реферат Дискусс ия	Шкала оценива ния практич еского занятия Шкала оценива ния реферат а Шкала оценива ния дискусс ии
ПДК-8	Порого вый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - возрастные особенности развития личности; - современные средства и методы обучения и воспитания; - современные виды спорта и	Практич еское занятие Реферат	Шкала оценива ния практич еского занятия Шкала

			особенности соревновательной деятельности; - особенности проведения творческих конкурсов и олимпиад по образовательным предметам; - особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся - современные оздоровительные технологии.		оценивания реферата
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Уметь: - планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися; - использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся; - использовать современные средства физической культуры и спорта, оздоровительные технологии, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся; Владеть: - способами индивидуального обучения; - навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения; - навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.	Практическое занятие Реферат Дискуссия	Шкала оценивания практического занятия Шкала оценивания реферата Шкала оценивания дискуссии

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 корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	30 баллов
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 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.	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 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.	0 баллов

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

ДПК-1 Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

-на пороговом уровне студент должен знать:

- законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта;
- основы педагогики физической культуры;
- основы теории и методики физического воспитания;
- основы возрастной педагогики и психологии;
- основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения.

Задания, необходимые для оценивания сформированности ДПК-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.

Примерные темы рефератов 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 ДПК-1 на продвинутом уровне³

на продвинутом уровне по этой теме студент должен уметь:

- разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов;
- использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоровительные технологии;
- реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся.

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

Вопросы для обсуждения

1. Опишите и графически изобразите различные режимы работы двигательных единиц мышцы

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

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

Примерный перечень тем рефератов

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:

- навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».

Примерный 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.
3. Основные этапы разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура» с учетом физиологических, возрастных и психологических особенностей занимающихся.

ПДК -8 Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка

-на пороговом уровне студент должен знать:

- возрастные особенности развития личности;
- современные средства и методы обучения и воспитания;
- современные виды спорта и особенности соревновательной деятельности;
- особенности проведения творческих конкурсов и олимпиад по образовательным предметам;
- особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся
- современные оздоровительные технологии.

Задания, необходимые для оценивания сформированности ДПК-8 на пороговом уровне

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

Практическая работа «Физиология нервно-мышечного аппарата».

Вопросы для обсуждения

1. Возрастные особенности развития нервно-мышечного аппарата
2. Развитие мышечных волокон в онтогенезе
3. Развитие нервных волокон в онтогенезе
4. Развитие синаптических структур в онтогенезе
5. Торможение и возбуждение, значение проявления этих физиологических процессов в развитии личности

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Современные средства и методы обучения и воспитания с учетом физиологических особенностей на разных онтогенетических этапах развития
2. Соревновательная деятельность в современных видах спорта
3. Стимулирование познавательной активности по образовательным предметам с помощью творческих конкурсов и олимпиад.
4. Индивидуальное обучение - потребность различных категорий обучающихся или модное течение.
5. Использование современных оздоровительных технологий среди различных категорий обучающихся.

Задания, необходимые для оценивания сформированности ДПК-8 на продвинутом уровне

Уметь:

- планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися;
- использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;
- использовать современные средства физической культуры и спорта, оздоровительные технологии, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Планирование и осуществление индивидуальной работы с обучающимися с учетом возрастных особенностей;
2. -Использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных анатомических особенностей обучающихся наследственного или средового характера;

3. Использование современных средства физической культуры и спорта, оздоровительных технологий, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;
4. Современные виды спорта и особенности соревновательной деятельности, как основа в развитии осевого скелета занимающихся
5. Особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся с использованием современных оздоровительных технологий, на основе знаний о возрастных особенностях скелета.

Задания, необходимые для оценивания сформированности ДПК-8 на продвинутом уровне

Владеть:

- способами индивидуального обучения;
- навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения;
- навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.

Перечень вопросов для дискуссий

1. Какими способами и подходами необходимо руководствоваться при составлении программы индивидуального обучения.
2. Какие анатомические особенности необходимо учитывать при реализации индивидуального обучения.
3. Какие анатомические особенности необходимо учитывать при реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.

Промежуточная аттестация

ДПК-1 Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

Знать:

- законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта;
- основы педагогики физической культуры;
- основы теории и методики физического воспитания;
- основы возрастной педагогики и психологии;
- основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения.

Уметь:

- разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов;
- использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоровительные технологии;
- реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся.

Владеть:

- навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».

ПДК -8 Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка

Знать:

- возрастные особенности развития личности;
- современные средства и методы обучения и воспитания;
- современные виды спорта и особенности соревновательной деятельности;
- особенности проведения творческих конкурсов и олимпиад по образовательным предметам;
- особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся
- современные оздоровительные технологии.

Уметь:

- планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися;
- использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;
- использовать современные средства физической культуры и спорта, оздоровительные технологии, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся;

Владеть:

- способами индивидуального обучения;
- навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения;
- навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся

Примерный 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, активируется 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