Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Кузбасский гуманитарно – педагогический институт
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

УТВЕРЖДАЮ
Декан
_В.А. Рябов_____ _____
« 15 » ___марта____ 2022г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.07 Мониторинг физического состояния обучающихся

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
заочная

Год набора 2019

Новокузнецк 2022

Лист внесения изменений

РПД Б1.В.07 Мониторинг физического состояния обучающихся
ко по учебному плану, название дисциплины

Сведения об утверждении:
утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 6а от 12.03.2020 г.)
на 2019 год набора
Одобрена на заседании методической комиссии факультета
протокол методической комиссии факультета № 5 от 27.02.2020г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № 5 от 28.01.2020 г. Артемьев А.А.*(Ф. И.О. зав. кафедрой)*

На 2021 – 2022 уч. год
утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 6а от 11.03.2021 г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета
протокол методической комиссии факультета № 3 от 25.02.2021 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № 5 от 26.01.2021 г. Артемьев А.А. *(Ф. И.О. зав. кафедрой)*

На 2022 / 2023 учебный год
утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 8 от 15.03.2022г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета ФКЕП
(протокол методической комиссии факультета № 3 от 28.02.2022 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры физической культуры и спорта (протокол № 4 от 27.01.2022 г.) зав. кафедрой А.А. Артемьев

Оглавление

1. Цель дисциплины 4
1.1 Формируемые компетенции 4
1.2 Индикаторы достижения компетенций 4
1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине 5
2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации. 7
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины. 7
3.1 Учебно-тематический план 7
3.2 Содержание занятий по видам учебной работы 9
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации. 10
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины. 11
5.1Учебная литература 11
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины. 12
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы. 13
6 Иные сведения и (или) материалы. 13
6.1 Индивидуальные задания для самостоятельной работы студентов 13
6.2 Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации 15

1. Цельдисциплины

Цель преподавания курса дисциплины Б1.В.07 «Мониторинг физического состояния обучающихся» в высших учебных заведениях физической культуры - получение знаний о физическом состоянии занимающихся и дальнейшем использовании этих знаний для адекватного выбора вида физической нагрузки или вида спорта (на этапе отбора); повышения уровня физической подготовленности и работоспособности; укрепления здоровья (или сохранения); правильного построения занятий; фиксирования изменений, происходящих в организме под влиянием нагрузки; своевременной коррекции процесса занятий.

Основные задачи освоения дисциплины:

1) регулярные наблюдения за здоровьем лиц, занимающихся физической культурой и спортом;
2) достижение оздоровительного эффекта физической культуры у лиц разного возраста, пола и состояния здоровья;
3) определение наиболее рациональных форм, методов, средств, объемов и интенсивности физической нагрузки;
4) использование знаний об индивидуальных особенностях человека при выборе вида физической нагрузки (ориентация и отбор);
5) контроль физического развития детей;
6) контроль уровня физической подготовленности обучающихся;
7) контроль функционального состояния занимающихся;
8) решение вопросов восстановления физической работоспособности после травм, заболеваний, длительных перерывов в занятиях;
9) коррекция уровня физического развития, подготовленности, а также коррекция недостатков телосложения;

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата: ПК-1, ПК-3.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 - Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции (универсальная, общепрофессиональная, профессиональная)	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
Профессиональная		ПК-1 Способен ориентироваться в дисциплинах, служащих основой физического воспитания и спортивной тренировки, для использования научных знаний в целях физического воспитания обучающихся ПК-3 Способен применять современные методики и технологии обучения и воспитания для преподавания физической культуры

1.2 Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2 – Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ПК-1 Способен ориентироваться в дисциплинах, служащих основой физического воспитания и спортивной тренировки, для использования научных знаний в целях физического воспитания обучающихся	ПК.1.1.Знает теоретические основы физической культуры. ПК.1.2.Способен ориентироваться в современных концепциях формирующих медико-биологическую и психолого-физиологическую основу физической культуры и спортивной тренировки. ПК.1.3.Владеет современными методиками диагностики состояния организма обучающихся. ПК.1.4.Способен применять полученные знания, служащие основой физического воспитания и спортивной тренировки для преподавания физической культуры.	Б1.В.02 Научно-исследовательская работа с обучающимися по физической культуре; Б1.В.03 Биомеханика и спортивная метрология; Б1.В.05 Гигиена физической культуры и спорта; Б1.В.06 Механизмы энергообеспечения мышечной деятельности; Б1.В.09 Психология физической культуры и спорта; Б2.В.01(П)Производственная практика. Преддипломная практика
ПК-3 Способен применять современные методики и технологии для преподавания физической культуры	ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в различных физкультурно-спортивных видах.	Б1.В.02 Научно-исследовательская работа с обучающимися по физической культуре; Б1.В.04 Профессионально-прикладная подготовка будущего учителя физической культуры; Б1.В.10 Двигательная активность и профилактика гиподинамии; Б1.В.ДВ.01.01 Фитнес; Б1.В.ДВ.01.02 Атлетизм; Б1.В.ДВ.02.01 Физкультурно-спортивные сооружения; Б1.В.ДВ.02.02 Единоборства; Б2.В.01(П)Производственная практика. Преддипломная практика ФТД.02 Туризм и спортивное ориентирование

1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ПК-1 Способен ориентироватьс я в дисциплинах, служащих основой физического воспитания и спортивной тренировки, для	ПК.1.1.Знает теоретические основы физической культуры. ПК.1.2.Способен ориентироваться в современных концепциях формирующих медико-биологическую и психолого-физиологическую основу физической культуры и спортивной тренировки. ПК.1.3.Владеет современными методиками диагностики состояния организма	Знает: -современные средства оценки образовательных результатов обучающихся; - медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности; -психолого-физиологические особенности обучающихся.; - современные методики диагностики; - особенности проведения диагностики психологического, анатомо-физиологического и функционального состояния организма обучающихся;

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
использования научных знаний в целях физического воспитания обучающихся	обучающихся. ПК.1.4.Способен применять полученные знания, служащие основой физического воспитания и спортивной тренировки для преподавания физической культуры.	- способы обработки и оценки результатов диагностики. Умеет: -использовать современные средства оценки образовательных результатов обучающихся в профессиональной деятельности. - ориентироваться в современных концепциях и последних достижениях наук, формирующих медико-биологическую и психолого-физиологическую основу физического воспитания и спортивной тренировки; - использовать достижения науки для обоснования рекомендуемых методов и режимов физического воспитания и спортивной тренировки. - выбирать методики диагностики; - создать оптимальные условия проведения диагностики психологического, анатомо-физиологического и функционального состояния организма обучающихся; - оценить и интерпретировать результаты диагностики. Владеет: -содержанием и требованиями для объективной оценки образовательных результатов обучающихся; - знаниями о методах исследования функционального состояния обучающихся; - способами анализа полученных результатов и их оценки; - навыками объективной комплексной характеристики и прогноза спортивных достижений обучающихся; - навыками проведения диагностики обучающихся; - умением разрабатывать коррекционные мероприятия на основе полученных результатов диагностики.
ПК-3 Способен применять современные методики и технологии для преподавания физической культуры	ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в	Знает: - технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии . Умеет: -рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе. Владеет: -методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
	различных физкультурно-спортивных видах.	способностей обучающихся .

2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоемкость дисциплины			72
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)			16
Аудиторная работа (всего):			16
в том числе:			
лекции			6
практические занятия, семинары			10
практикумы			
лабораторные работы			
в интерактивной форме			4
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):			
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем			
подготовка курсовой работы /контактная работа			
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем*)*			
творческая работа (эссе)			
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)			52
4 Промежуточная аттестация обучающегося Зачёт (5 курс, зимняя сессия)			4

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ.		лекц.	практ.		
5 курс Установочная сессия									

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ.		лекц.	практ.		
1.	**Раздел 1. Научно-теоретическое обоснование мониторинга физического состояния обучающихся**	**36**				**2**		**34**	
	1.1 Педагогический мониторинг. Мониторинг здоровья как оценка эффективности образовательного процесса					2		34	Результаты самостоятельной работы в виде записей в рабочей тетради. Презентация.
5курс Зимняя сессия									
	Раздел 1. Научно-теоретическое обоснование мониторинга физического состояния обучающихся	**2**					**2**		
	1.1 Оценка уровня здоровья						2		
2	**Раздел 2. Физическое развитие и физическая подготовленность обучающихся**	**14**				**4**	**4**	**4**	
	2.1 Физическое развитие и методы его оценки					1	4		Отчёт по практическим работам. Таблица группового мониторинга физического развития
	2.2 Типы телосложения человека					1			
	2.3Физическая подготовленность и методы её оценки в различных полововозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом					2		4	Таблица группового мониторинга физической подготовленности
3.	**Раздел 3. Физическое состояние обучающихся**	**16**				**2**	**4**	**10**	
	3.1.Исследование физического состояния					2	2	5	Отчёт по практическим работам. Групповой профиль физического состояния

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ.		лекц.	практ.		
	3.3Прогнозирование, спортивная ориентация и отбор при занятиях физической культурой и спортом						2	9	Результаты прогнозирования роста.
	Промежуточная аттестация	**4**							Зачёт
	Всего:	72				6	10	52	

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	5курс, установочная сессия	
Содержание лекционного курса		
1	Раздел 1. Научно-теоретическое обоснование мониторинга физического состояния обучающихся	
1.1	Теоретические основы физической культуры и её значение в комплексной оценке качества образования.Педагогический мониторинг. Мониторинг здоровья как оценка эффективности образовательного процесса	Определение понятия «здоровье». Система оценки состояния здоровья. Мониторинг изучения физического состояния, как оценки состояния здоровья. Цели, задачи и этапы проведения мониторинга. Современные методики диагностики физического состояния. Содержание, формы, методы и средства организации мониторинга физического состояния для решения задач учебного и тренировочного процесса.
	5 курс, зимняя сессия	
2	Раздел 2. Физическое развитие и физическая подготовленность обучающихся	
2.1	Физическое развитие и методы его оценки	Понятие «физическое развитие». Антропометрические и функциональные показатели физического развития. Методы оценки физического развития: метод стандартов, метод индексов.
2.2	Типы телосложения человека	Правило «золотого сечения». Характеристика типов телосложения и их определение. Осанка обучающихся. Учет типов телосложения при спортивной ориентации
2.3	Физическая подготовленность и методы её оценки в различных полововозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом	Понятие «физическая подготовленность». Проблема способностей. Формирование двигательных способностей. Возрастные особенности развития физических способностей обучающихся. Современные средства оценки физической подготовленности обучающихсяв профессиональной деятельности.
3	Раздел 3. Физическое состояние обучающихся	

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
3.1 Исследование физического состояния		Проблема диагностики физического состояния человека. Методы исследования функционального состояния обучающихся. Методы оценки физического состояния. Метод интегральной оценки. Метод самооценки физического состояния КОНТРЭКС-2
Содержание практических / семинарских занятий		
1	Раздел 1. Научно-теоретическое обоснование мониторинга физического состояния обучающихся	
1.1	Оценка уровня здоровья	Проведение сравнительного анализа биологического и хронологического возраста по результатам, полученным при их определении. «Батарея тестов» для определения биологического возраста. Анкета по самооценке здоровья. Расчёт биологического возраста и сравнение его с должным биологическим возрастом
2	Раздел 2. Физическое развитие и физическая подготовленность обучающихся	
2.1	Методика оценки уровня физического развития.	Проведение измерений антропометрических показателей (длина тела, масса тела, окружность грудной клетки, мышечная сила) и оценка их с помощью метода стандартов. Определение уровня развития показателей дыхательной системы (ЖЕЛ, МПК), сердечно-сосудистой системы (ЧСС, АД, СО, МОК) методом стандартов.
2.2	Исследование функциональных показателей дыхательной и сердечно-сосудистой систем.	Определение уровня развития показателей дыхательной системы (ЖЕЛ, МПК), сердечно-сосудистой системы (ЧСС, АД, СО, МОК) методом стандартов.
3	Раздел 3. Физическое состояние обучающихся	
3.1	Оценка психологического состояния обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом	Методика определения типов нервной системы.психологическая самооценка личности; определение типа темперамента
3.2	Прогнозирование физических способностей	Косвенная методика определения типов адаптации к мышечной деятельности, методика определения дерматоглифических признаков (типов пальцевых узоров). Прогнозирование спортивных возможностей испытуемого.

4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 7.

Таблица 7 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

№ п/п	Вид учебной деятельности	Стоимость в баллах	Количество работ	Количество баллов	
				минимальное	максимальное
5 курс установочная сессия					
1.	Лекции	1-3	1	1	3

2.	Самостоятельная работа				
	- презентация -оценка физического развития - мониторинг физического развития	10-14 2-6 3-8	1 2 1	10 4 3	14 9 8
Итого: зимняя сессия				**18**	**34**
5 курс зимняя сессия					
1	Лекции	1-3	2	2	6
2.	Практические работы	2-4	5	10	20
3	Самостоятельная работа			11	20
	- оценка уровня развития общей выносливости; - мониторинг физической подготовленности учебной группы; -групповой профиль физического состояния; -прогнозирование показателя физического развития	2-4 4-8 4-6 1-2	1 1 1 1	2 4 4 1	4 8 6 2
Итого: летняя сессия				**23**	**46**
6.	Промежуточная аттестация (зачёт)	10-20	1	10	20
Всего:				**51**	**100**

Таблица 8 - Критерии рейтинговой оценки к зачёту:

№ п/п	оценка	Количество баллов
1.	отлично	86-100
2.	хорошо	66 - 85
3.	удовлетворительно	51-65
4.	неудовлетворительно	менее 51

5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1 Учебная литература

Основнаяучебная литература

1. Макарова Л.Н. Мониторинг физического состояния обучающихся : учебное пособие : текстовое электронное издание / Л.Н. Иакарова, Н.И. Ромашевская, Л.В. Стройкина ; Министерство образования и науки РФ, Новокузнецкий институт (фил.) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования Кемеровского государственного университета. – Новокузнецк, 2019. – Загл. С титул. Диска. – ISBN 987-5-8353-1455-3. - Текст : электронный.

2. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). – Казань : Познание (Институт ЭУП), 2014. – 66 с. : табл., схем. – (Готов к труду и обороне). –

URL:http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174(дата обращения: 29.10.2020). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

Дополнительнаяучебная литература

1. Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии : учебное пособие / М.С. Рожков ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 136 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459429 (дата обращения: 29.10.2020). – Текст : электронный.

2. Психология здоровья : практикум / авт.-сост. Е.В. Титаренко ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 99 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494791 (дата обращения: 29.10.2020). – Текст : электронный.

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.

Таблица 9 - Учебные аудитории КГПИ КемГУ:

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
223 Учебная аудитория (мультимедийная)для проведения: - занятий лекционного типа; -занятийсеминарского (практического) типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионномудоговору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
225Учебная аудитория для проведения: - занятий лекционного типа; -занятийсеминарского (практического) типа;	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской

- текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - экран; переносное - ноутбук, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
114Учебная аудитория для проведения: - занятий семинарского (практического) типа; - индивидуальных консультаций. Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья. Лабораторное оборудование: компьютер, анализатор Аккутренд Плюс, устройство психофизического тестированияУПФТ-1/30 («Психофизиолог»), монитор сердечного ритма, весы медицинские , динамометры кистевые, спирометры, эргометры, тонометр, ростомер. Учебно-наглядные пособия: раздаточный материал по психофизиологии в здоровьесбережении, мониторингу физического состояния школьников и физиологии физического воспитания и спорта. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО); Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

1. Учительский портал https://www.uchportal.ru/
2. Педагогический сайт https://pedsite.ru/publications/69/

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1 Индивидуальные задания для самостоятельной работы студентов

Все задания 6.1 и 6.2 выполняются на основании учебного пособия - .Макарова Л.Н. Мониторинг физического состояния обучающихся : учебное пособие : текстовое электронное издание / Л.Н. Иакарова, Н.И. Ромашевская, Л.В. Стройкина ; Министерство образования и науки РФ, Новокузнецкий институт (фил.) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования Кемеровского государственного университета. – Новокузнецк, 2019. – Загл. С титул. Диска. – ISBN 987-5-8353-1455-3. - Текст : электронный.

1.Составить в электронном виде презентацию на тему «Виды контроля за физическим состоянием в практике занятий физической культурой и спортом». Форма контроля – электронная презентация.

2.Рассчитать индексы, отражающие уровень функционального развития своего организма (практическая работа № 4, задание 3, 4). Форма контроля - расчёты функциональных индексов.

3.Оцените функциональные резервы своей дыхательной и сердечно-сосудистой систем (практическая работа № 5, задания 1,2,3). Форма контроля - Знание основных показателей оценки функциональных резервов сердечно-сосудистой и респираторной систем.

4.Составить мониторинг результатов показателей физического развития своей учебной группы (Приложение 1, таблицы 2,3). Форма контроля - таблица с результатами мониторинга функциональных показателей.

5.Определить общую выносливость своего организма по тесту «6-минутный бег» (практическая работа 6, задания 2,3). Форма контроля - результат 6-минутного бега и оценка методом стандартов общей выносливости по данному тесту.

6.Составить мониторинг результатов уровня развития физической подготовленности своей учебной группы (приложение 1, таблица 4).. Форма контроля - таблица мониторинга результатов физической подготовленности.

7. Построить групповой профиль физического состояния учебной группы (практическая работа 8, задание 3).. Сделать сравнительный анализ своего индивидуального профиля физического состояния с групповым. Форма контроля - графическое изображение уровня развития индивидуального и группового физического состояния.

8.Спрогнозируйте свой рост и определите процент отклонения реального роста от «прогнозируемого» (практическая работа 10, задание 2). Форма контроля - расчёт прогнозируемого роста и отклонение его от реального

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Таблица 10 - Примерные теоретические вопросы и практические задания к зачету

5 курс, зимняя сессия

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания
1. **Раздел.Научно-теоретическое обоснование мониторинга физического состояния обучающихся**		
1.1Педагогический мониторинг. Мониторинг здоровья как оценка эффективности образовательного процесса	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.Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.	1. На основании экспресс - оценки своего здоровья внесите коррективы в свой образ жизни с целью его сохранения и укрепления (форма контроля - перечень необходимых коррективов в своём образе жизни, внесённых с целью сохранения и укрепления здоровья)
1.2 Виды контроля за физическим состоянием в практике занятий физической культурой и спортом	4.Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта. 5.Мониторинг параметров, отражающих биологический возраст людей в процессе занятий физической культурой.	2.Пользуясь литературными источниками, познакомиться с оценкой биологического возраста по методу Р. Г. Абрамовича и методу В.Н Сухова; (форма контроля - записи в рабочей тетради)
4 курс, летняя сессия		
2.Раздел. Физическое развитие и физическая подготовленность обучающихся		
2.1 Физическое развитие и методы его оценки.	6. Методика оценки уровня физического развития. 7.Оценка основных антропометрических данных методом стандартов и индексов. 9.Функциональное состояние и необходимость мониторинга показателей, отражающих функции различных систем организма в процессе занятий физической культурой и спортом.	3.Определите уровень пропорциональности телосложения и весоростовые параметры обучающегося методом индексов (практическое занятие 3, задание 2) . Форма контроля - Расчёты антропометрических индексов.
2.2 Физическая подготовленность и методы её оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом	10.Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой. 11.Методика оценки темпов прироста показателей физического развития, функционального состояния и	4.Определите сенситивные периоды в развитии скоростно-силовых способностей (тест – прыжок в длину с места, см) у школьников 1-10 –х классов на основании проведения ежегодного контроля их физической подготовленности, пользуясь методикой вычисления темпов прироста (практическая работа № 6, задания 4,5). Форма контроля –

	физической подготовленности (индивидуальная динамика и групповые изменения)	таблица сенситивных периодов. 5.Построить шкалу дифференцированной оценки общей выносливости (тест: 6 – минутный бег) своей учебной группы по 5-ти балльной системе. Форма контроля - шкалы оценки общей выносливости по тесту «6-минутный бег».
3 Раздел. Физическое состояние обучающихся		
3.1 Исследование физическое состояние	12.Что понимают под термином «физическое состояние»? 13.Взгляды учёных на диагностику физического состояния. 14.Методы оценки физического состояния человека. 15.Значение оценки физического состояния обучающихся в учебном процессе физического воспитания	6. Оценить уровень своего физического состояния по системе КОНТРЭКС-2 (форма контроля - результаты оценки уровня своего физического состояния по системе КОНТРЭКС-2 7.Определить силу нервных процессов своего организма, используя методику теппинг-теста (Е. П. Ильин, 1972).Форма контроля - Записи в рабочей тетради методики проведения теппинг-теста с результатами оценки силы нервных процессов
3.2 Прогнозирование, спортивная ориентация и отбор при занятиях физической культурой и спортом	16. Осуществление спортивной ориентации и отбора по результатам проведения мониторинга физического развития и индивидуально-типологических свойств организма (на модели одного вида спорта). 17. Генетические маркёры и их роль при спортивной ориентации и спортивном отборе	8.Освоить косвенную методику определения типов мышечных волокон, типов адаптации к мышечной деятельности. На основании полученных данных дайте рекомендации о выборе занятий определёнными видами спорта. Форма контроля – записи в рабочей тетради.

Составитель: Макарова Л.Н., доцент кафедры физической культуры и спорта

(*фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей)*)