

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Мухамбеталиева Алсу Сабировна
Должность: Ведущий специалист отдела МКО
Дата подписания: 20.03.2026 16:23:11
Уникальный программный ключ:
a704735d5ef2b8c074250c71fd1f1621051dd8e1

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И
ТУРИЗМА»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УРиЦТ
А.В. Павлова
29 мая 2025 г.

Рабочая программа дисциплины
Психофизиологическая диагностика в спорте высших достижений

Закреплена за кафедрой Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план Направление подготовки 49.04.03 Спорт
Направленность (профиль) Функциональная подготовка
квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных

Квалификация магистр

Форма обучения очная

Общая трудоемкость 2 ЗЕТ

Часов по учебному плану 72 Виды контроля в семестрах:
в том числе: зачеты 4
аудиторные занятия 22
самостоятельная работа 50

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестрна курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	4			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	6	6
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	22	22	22	22
Контактная работа	22	22	22	22
Сам. работа	50	50	50	50
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.псих.н., Доц., Сумина Наталья Евгеньевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	научиться применять методы оценки психофизиологического состояния спортсменов для оптимизации тренировочного процесса и повышения спортивных результатов
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Тренерская практика	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-6.: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

УК-6..1:Разрабатывает стратегию личностного и профессионального развития на основе соотнесения собственных целей и возможностей с развитием избранной сферы профессиональной деятельности

Знать:

особенности профессионального и личностного роста, типы личности;
понятия о личностном росте, мотивации и моделях развития
методы постановки целей
инструменты оценки своих возможностей (психодиагностические тесты на определение профессиональных интересов и способностей)

Уметь:

анализировать собственные цели и возможности (формулировать и корректировать личные и профессиональные цели)
соотносить личностные качества, интересы и ценности с требованиями выбранной сферы (строить планы развития с учётом своих сильных и слабых сторон)
разрабатывать стратегии личностного и профессионального роста (ставить краткосрочные и долгосрочные цели, разрабатывать шаги их достижения)
оценивать прогресс и корректировать план развития

Владеть:

навыками постановки целей и планирования
навыками самоанализа и саморефлексии
навыками коммуникаций и адаптации к изменениям
навыками использования информационных ресурсов в целях саморазвития

УК-6..2:Реализует и корректирует стратегию личностного и профессионального развития

Знать:

Основы теории развития личности и карьеры
Методы саморефлексии: техники оценки своих сильных и слабых сторон, ценностей, интересов и мотиваций
Психологические и коммуникативные основы: управление стрессом, мотивацией, навыки саморегуляции

Уметь:

Анализировать свои личностные качества и профессиональные навыки: выявлять сильные стороны и области для развития.
Разрабатывать и корректировать стратегии развития: создавать индивидуальные планы, учитывать новые обстоятельства и корректировать их
Систематически анализировать свой прогресс.

Владеть:

Практическими навыками стратегического мышления: формирование и корректировка планов развития

УК-6..3:Оценивает результаты реализации стратегии личностного и профессионального развития на основе анализа (рефлексии) своей деятельности и внешних суждений

Знать:

Основные принципы самоанализа и рефлексии, включая методы и инструменты, используемые для оценки собственной деятельности.
Профессиональные стандарты и компетенции, соответствующие выбранной области деятельности.

Уметь:

Осознанно анализировать свои достижения, слабые стороны и области для развития, систематизировать результаты анализа.
Использовать методы самопроверки (например, опросники, тесты, портфолио)

Владеть:

Навыками критического мышления и честной оценки своих действий.
Навыками постановки целей и планирования собственного развития.

ПК-3: Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов

ПК-3.1:Ставит задачи на этап спортивного соревнования

Знать:

Теоретические основы: правила выбранного вида спорта, история и основные положения, технику выполнения основных упражнений или движений, правила использования инвентаря, тренировочные принципы.

Уметь:

владеть навыками координации, балансом, силой и выносливостью.

адаптироваться к условиям: быстро реагировать на изменения ситуации.

самостоятельно оценивать свои силы и прогресс: корректировать действия на основе ситуации.

Владеть:

Навыками самоконтроля, командной работы, тактического мышления, оценки ситуации

ПК-3.2:Разрабатывает и оперативно корректирует индивидуальные, командные и групповые тактические системы, схемы и варианты при участии в соревнованиях

Знать:

Основы тактики и стратегии

Уметь:

Анализировать ситуации и ставить задачи

Разрабатывать тактические системы и схемы

Корректировать и оптимизировать решения

Владеть:

приемами анализа и коррекции индивидуальной и командной работы

ПК-3.3:Составляет отчетную документацию по управлению соревновательной деятельностью и организации контроля соревновательной деятельности сборной команды

Знать:

Основные виды соревнований и их особенности.

Правила и регламенты проведения соревнований.

Нормативно-правовую базу в сфере спорта и организации соревнований.

Процессы управления командой.

Уметь:

Составлять отчеты о подготовке, проведении и результатах соревнований.

Документировать организационные и управленческие мероприятия.

Организовывать контроль.

Владеть:

Оформлять документы согласно требованиям.

Собирает и систематизирует данные о соревновательной деятельности.

Анализирует полученную информацию для принятия управленческих решений.

Использовать информационные технологии

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. модуль 1						
1.1	Предмет, задачи, методы, функции психодиагностики в спорте. /Тема/	4	0				
1.2	Предмет, задачи, методы, функции психодиагностики в спорте. /Лек/	4	2	УК-6..1-31 УК-6..2-31 ПК-3.1-31	Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6		
1.3	Предмет, задачи, методы, функции психодиагностики в спорте. /Пр/	4	2	УК-6..1-В1 УК-6..3-31 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-В1	Л1.6Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6		

1.4	Предмет, задачи, методы, функции психодиагностики в спорте. /Ср/	4	10	УК-6..1-З1 УК-6..1-У1 УК-6..1-В1 УК-6..2-З1 УК-6..2-У1 УК-6..2-В1 УК-6..3-З1 УК-6..3-У1 УК-6..3-В1 ПК-3.1-З1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-З1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-З1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6		
1.5	Методы психодиагностики психических процессов и состояний в спорте /Лек/	4	2	УК-6..1-З1 УК-6..2-З1 УК-6..3-З1			
1.6	Инструментальные методы психодиагностики в спорте. /Пр/	4	2	УК-6..1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.3-З1 ПК-3.3-В1			
1.7	История психологической диагностики. Методология психодиагностики спорта /Тема/	4	0				
1.8	История психологической диагностики. Методология психодиагностики спорта /Лек/	4	2	УК-6..1-З1 УК-6..1-У1 УК-6..2-З1	Л1.5Л2.3 Э2 Э3 Э6		
1.9	История психологической диагностики. Методология психодиагностики спорта /Ср/	4	20	УК-6..2-У1 УК-6..2-В1 УК-6..3-З1 ПК-3.3-В1	Л1.6Л2.2 Л2.3 Э2 Э3 Э6		
1.10	Психодиагностика психических процессов и состояний в спорте /Тема/	4	0				
1.11	Психодиагностика восприятия в спорте /Пр/	4	2	УК-6..2-З1 УК-6..2-В1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1	Л2.3 Э1 Э3 Э5 Э6		
1.12	психодиагностика процессов внимания /Пр/	4	2	УК-6..1-В1 УК-6..2-З1 УК-6..2-В1 ПК-3.3-В1			
1.13	Психодиагностика процессов мышления /Пр/	4	2	УК-6..1-У1 УК-6..1-В1 УК-6..2-З1 ПК-3.1-В1			
1.14	Психодиагностика психических процессов и состояний в спорте /Ср/	4	10	ПК-3.1-З1 ПК-3.1-У1 ПК-3.2-З1 ПК-3.2-У1 ПК-3.3-З1 ПК-3.3-У1	Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э6		
	Раздел 2. модуль 2						
2.1	Психодиагностика личности в спорте /Тема/	4	0				

2.2	Психодиагностика личности в спорте /Пр/	4	2	УК-6..1-У1 УК-6..1-В1 УК-6..2-У1 УК-6..2-В1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.3-В1	Л2.2 Л2.4 Э2 Э3 Э6		
2.3	Психодиагностика эмоциональной сферы /Пр/	4	2	УК-6..1-В1 УК-6..2-В1 УК-6..3-У1 УК-6..3-В1			
2.4	Психодиагностика волевой сферы личности /Пр/	4	2	УК-6..1-В1 УК-6..2-У1 УК-6..2-В1 УК-6..3-У1 УК-6..3-В1			
2.5	Психодиагностика личности в спорте /Ср/	4	10	ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.6Л2.2 Л2.4 Э2 Э3 Э6		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Психодиагностика как область психологической науки, разрабатывающая принципы, пути и приемы распознавания, оценки и измерения.
2. Изначальное понимание психодиагностики как синоним психологического тестирования.
3. Прикладные задачи психодиагностики.
4. Этические аспекты психологической диагностики.
5. Понятие о психодиагностике. Предмет, объект психодиагностики. Задачи психологической диагностики. Основные сферы использования психодиагностических данных.
6. Профессиональные функции психолога – диагноста.
7. Понятие о тестовом и клиническом обследовании. Психологический диагноз. Объекты диагноза.
8. Планирование психодиагностической работы. Различия между «обследованием» и «исследованием».
9. Классификации психолога – диагностических методик. Типы диагностических методик.
10. Деление психолога - диагностических методов на формализованные и малоформализованные и их специфические особенности.
11. Характеристика основных формализованных методов (тесты, опросники, проективные техники, психофизиологические методики).
12. Понятие о проективной технике, виды проективных методик, их отличительные особенности.
13. Общая характеристика психофизиологических методов.
14. Характеристика основных методов малоформализованной диагностики: наблюдение, беседа, контент – анализ.
15. Психометрические критерии научности психодиагностических методик: валидность, надежность, дискриминативность, репрезентативность.
- Психодиагностика внимания и сенсомоторных реакций. Диагностика аттенционных свойств: устойчивость, концентрация, распределение, переключение, избирательность внимания.
17. Психодиагностика когнитивной сферы и интеллекта.
18. Психодиагностика эмоциональных и функциональных состояний в спорте

5.2. Темы письменных работ

- 1) Психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений.
- 2) Этические аспекты психологической диагностики.
- 3) Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда спортсмена-студента.
- 4) Степень влияния факторов физиологического, физического, психического характера на работоспособность спортсменов.
- 5) Динамика работоспособности спортсменов в тренировочном году и факторы, её определяющие.
- 6) Основные причины изменения состояния спортсменов в период нервно-эмоционального и психофизического утомления.
- 7) Основные средства для оптимизации работоспособности спортсменов, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления.
- 8) Изменение состояния организма спортсмена под влиянием различных режимов и условий тренировок.
- 9) Общие закономерности изменения работоспособности спортсменов в тренировочном дне, неделе, месяце, учебном году.
- 10) Комплексная психофизиологическая оценка важных качеств в избранном виде спорта.

5.3. Фонд оценочных средств

1. Вопрос:

Нервная система - это

Варианты ответа:

- 1) совокупность нервных образований в организме человека и позвоночных животных;
- 2) нервные волокна, проводящие импульсы;
- 3) нервные волокна, иннервирующие скелетную мускулатуру;
- 4) нервные волокна, заполняющие пространство в головном мозге;

Правильный ответ: 1

2. Вопрос:

Межполушарная асимметрия мозга – это

Варианты ответа:

- 1) не равноценность, качественное различие того вклада, которое делает левое и правое 2)
- 2) полушарие мозга в каждую психическую функцию;
- качественная характеристика ощущений;
- 3) доминирование правой руки как мощного средства адаптивного поведения человека;
- 4) ассимитричная локализация нервного аппарата второй сигнальной системы;

Правильный ответ: 1

3. Вопрос:

Места функциональных контактов, образуемых нейронами, называются

Варианты ответа:

- 1) синапсами;
- 2) медиаторами;
- 3) рецепторами;
- 4) нейронами;

Правильный ответ: 1

4. Вопрос:

Часть Н.С. контролирующая состояние сердца, внутренних органов, мускулатуры, желез и кожи называют:

Варианты ответа:

- 1) периферической;
- 2) соматической;
- 3) вегетативной;
- 4) центральной;

Правильный ответ: 3

5. Вопрос:

Психика – это

Варианты ответа:

- 1) отражение физиологических процессов в мозге;
- 2) самостоятельное, не зависимое от мозга явление;
- 3) продукт мозга, субъективный образ реального мира;
- 4) биотоки мозга;

Правильный ответ: 3

6. Вопрос:

По топографическому принципу Н.С. подразделяют на

Варианты ответа:

- 1) центральную и периферическую;
- 2) центральную и соматическую;
- 3) центральную и вегетативную;
- 4) вегетативную и соматическую

Правильный ответ: 1

7. Вопрос:

Часть головного мозга, состоящая из двух полушарий и включающая серое вещество коры, подкорковые ядра, нервные волокна, образующие серое вещество, называются _____ мозгом

Варианты ответа:

- 1) промежуточным;
- 2) средним;
- 3) передним;
- 4) задним;

Правильный ответ: 3

8. Вопрос:

Основные составляющие заднего мозга – это

Варианты ответа:

- 1) продолговатый и спинной мозг;
- 2) варолиев мост и мозжечок;
- 3) таламус и гипоталамус;
- 4) затылочная доля, височная доля;

Правильный ответ: 2

9. Вопрос:

ЦНС включает те части нервной системы, которые лежат внутри:

Варианты ответа:

мышц;

- 1) черепа и позвоночного столба;
- 2) кровеносной системы;
- 3) органов пищеварения;
- 4) позвоночного столба;

Правильный ответ: 2

10. Вопрос:

Нервные волокна, проводящие импульсы из ЦНС к мышцам и внутренним органам – это

Варианты ответа:

- 1) эфферентные волокна;
- 2) нервный импульс;
- 3) афферентные волокна;
- 4) головной мозг;

Правильный ответ: 1

11. Вопрос:

Нервные волокна, отростки нервных клеток, имеющие миелиновую оболочку, - это

Варианты ответа:

- 1) аксон;
- 2) серое вещество;
- 3) дендрит;
- 4) белое вещество мозга;

Правильный ответ: 1

12. Вопрос:

Отдел нервной системы, выполняющий функции связи организма с внешней средой при помощи кожной чувствительности и органов чувств, - это нервная система

Варианты ответа:

- 1) периферическая;
- 2) центральная;
- 3) соматическая;
- 4) вегетативная;

Правильный ответ: 3

13. Вопрос:

Промежуточный мозг – часть головного мозга, включающая

Варианты ответа:

- 1) миндалину;
- 2) затылочную долю;
- 3) гиппокамп и базальные ганглии;
- 4) таламус и гипоталамус;

Правильный ответ: 4

14. Вопрос:

Первая стадия сна характеризуется

Варианты ответа:

- 1) повышением порога восприятия сенсорных раздражителей;
- 2) интенсивностью деятельности в период бодрствования;
- 3) заменой альфа-ритма на низкоамплитудные колебания различной частоты;
- 4) регулярным появлением веретенообразного ритма;

Правильный ответ: 3

15. Вопрос:

Третья и четвертая стадия сна характеризуется

Варианты ответа:

- 1) появлением высокоамплитудных медленных волн;
- 2) регулярным появлением веретенообразного ритма;
- 3) заменой альфа ритма на низкоамплитудные колебания различной частоты;
- 4) увеличением тонуса симпатической нервной системы;

Правильный ответ: 1

16. Вопрос:

Появление отрицательных эмоций связано с:

Варианты ответа:

- 1) особенностями индивидуального поведения человека и животных;
- 2) дефицитом имеющейся информации о способах и средствах удовлетворения актуальной потребности;
- 3) избыточностью информации о возможности удовлетворения потребности;
- 4) характеристиками заданной ситуации;

Правильный ответ: 4

17. Вопрос:

Структура лежащая в основе лимбической системы, в которую входят: гиппокамп, свод, мамиллярные тела, переднее ядро таламуса и поясная извилина это:

Варианты ответа:

- 1) черная субстанция;
- 2) кольцо Папеца;
- 3) ретикулярная формация;
- 4) голубое пятно;

Правильный ответ: 2

18. Вопрос:

Метод изучения зрачковых реакций, используемый для субъективного отношения людей к тем или иным внешним раздражителям:

Варианты ответа:

- 1) окулография;
- 2) электромиография;
- 3) пупилометрия;
- 4) пневмография;

Правильный ответ: 3

19. Вопрос:

Стрессор это:

Варианты ответа:

- 1) стимул, вызывающий стрессовую реакцию;
- 2) реакция, различных мозговых структур на раздражение;
- 3) защитных механизмов организма;
- 4) соотношение отделов вегетативной нервной системы;

Правильный ответ: 1

20. Вопрос:

Кольцо Папеца лежит в основе

Варианты ответа:

- 1) продолговатого мозга;
- 2) лимбической системы;
- 3) фронтальных зон коры;
- 4) мозжечка;

Правильный ответ: 2

21. Вопрос:

Реакцию бегства у кошки вызывает раздражение

Варианты ответа:

- 1) гипофиза;
- 2) мозжечка;
- 3) гипоталамуса;
- 4) мозолистого тела;

Правильный ответ: 3

22. Вопрос:

Минутный объем крови применяют при исследовании:

Варианты ответа:

- 1) дыхательной системы;
- 2) вегетативной нервной системы;
- 3) эндокринной системы;
- 4) сердечно-сосудистой системы;

Правильный ответ: 4

23. Вопрос:

К патологическому сну не относят:

Варианты ответа:

- 1) летаргический;
- 2) наркотический;
- 3) сомнамбулизм;
- 4) монофазный;

Правильный ответ: 4

24. Вопрос:

Возникновение и протекание эмоций тесно связано с деятельностью:

Варианты ответа:

- 1) мозжечка;
- 2) мозолистого тела;
- 3) модулирующих систем мозга;
- 4) гипофиза;

Правильный ответ: 3

25. Вопрос:

Формируясь прижизненно под влиянием социальных воздействий ВПФ человека.

Варианты ответа:

- 1) не восстанавливаются после травматического воздействия;
- 2) остаются неизменными;
- 3) подвергаются незначительным изменениям;
- 4) меняют свою психологическую структуру;

Правильный ответ: 4

26. Вопрос:

Автор теории общего адаптационного синдрома:

Варианты ответа:

- 1) В. Геллер.
- 2) Г. Селье;
- 3) Д. Олдс;
- 4) Р. Девидсон;

Правильный ответ: 2

27. Вопрос:

Расположение частей или элементов целого во порядке от высшего к низшему, причём каждый из вышележащий уровень, наделён особыми полномочиями по отношению к нижележащим:

Варианты ответа:

- 1) адаптация;
- 2) иерархия;
- 3) гетерархия;
- 4) система;

Правильный ответ: 2

28. Вопрос:

Локализация бэта-ритма наиболее выражена:

Варианты ответа:

- 1) в теменной, височной зонах коры;
- 2) в прецентральной и фронтальной коре;
- 3) в гиппокампе;
- 4) в участках коры граничащих с поражённой опухолью областью;

Правильный ответ: 2

29. Вопрос:

Компьютерная томография может быть использована для изучения:

Варианты ответа:

- 1) обмена веществ и кровоснабжения головного мозга;
- 2) сердечно-сосудистой системы;
- 3) познавательной сферы человека;
- 4) эмоционально - потребностной сферы;

Правильный ответ: 1

30. Вопрос:

При решении задач, требующих максимального сосредоточения внимания на ЭЭГ регистрируется:

Варианты ответа:

- 1) дельта- ритм;
- 2) гамма-ритм;
- 3) альфа-ритм;
- 4) бета - ритм;

Правильный ответ: 2

31. Вопрос:

Структура головного мозга, расположенная под зрительными буграми и отвечающая за обмен веществ, координацию вегетативных функций с психическими и соматическими функциями, регуляцию сна и бодрствования, приспособления организма к окружающей среде:

Варианты ответа:

- 1) гипофиз;
- 2) эпифиз;
- 3) гипоталамус;
- 4) таламус;

Правильный ответ: 3

32. Вопрос:

Частичная или полная потеря памяти:

Варианты ответа:

- 1) гипоамнезия;
- 2) деменция;
- 3) делирий;
- 4) амнезия;

Правильный ответ: 4

33. Вопрос:

Первая стадия адаптационного синдрома (стресс-синдрома) человека связана с:

Вариант ответа:

- 1) перевозбуждением структур спинного мозга
- 2) перевозбуждением коры больших полушарий
- 3) перевозбуждением гипоталамико-адренкортикальной системы
- 4) перевозбуждением структур мозжечка

Правильный ответ: 3

34. Вопрос:

По длительности хранения информации кратковременная память хранит информацию около:

Вариант ответа:

- 1) 1 секунды
- 2) 10 секунд
- 3) 10-20 минут
- 4) 5 секунд

Правильный ответ: 3

5.4. Перечень видов оценочных средств

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

- 1.Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.
- 2.Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.
- 3.Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно- практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.
- 4.Ситуационная задача – проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы. Студентам излагается проблемная ситуация, связанная с их будущей профессиональной деятельностью и предлагается принять быстрое решение. Время решения задачи ограничено, при оценке учитывается не только правильность ответа, но и быстрота реакции, которая имеет важное значение в реальной ситуации.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Зачет может проводиться в форме тестирования или в форме ответа на вопросы.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10- 15 стр.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

приложение 1

Критерии оценивания

Критерии итогового оценивания сформированности компетенций

Форма промежуточной аттестации - зачет

- 50% и менее - не аттестован

- 51%-65% - низкий

- 66%-84% - средний

- 85%-100% высокий

При промежуточной аттестации по дисциплине для перевода оценки из 100-балльной в 5-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

- 50% и менее /Неудовлетворительно / Не аттестован /Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

- 51% – 65% /Удовлетворительно /Низкий / Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.

- 66% – 84% / Хорошо /Средний / Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.

- 85% – 100% /Отлично /Высокий / Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1.Апостолова, Т.М. Социальная политика Российской Федерации и правовой механизм её реализации : учебное пособие / Под общ. ред. Н.Р.Косевича. - М. : ВЛАДОС, 2008. - 478 с

2.Захарова, Н. А. Инвалидность: порядок признания, социальная защита и поддержка [Текст] / Н. А. Захарова, О. В. Шашкова. - Ростов н/Д : Феникс, 2015. - 189 с.

3.Тавокин, Е.П. Социальная политика [Текст] : учебное пособие / Е. П. Тавокин. - М. : ИНФРА-М, 2015. - 157

4.Сидоров, В.Е. Право социального обеспечения Российской Федерации [Текст] : учебное пособие / В. Е. Сидоров . - М : РИОР: ИНФРА-М, 2012. - 299 с. -

6.2. Дополнительная литература

1.Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований [Текст] : монография / В. П. Губа, В. В. Маринич. - М. : Спорт, 2016. - 232 с.: ил.

2.Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] : учебник / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М. : Академия, 2013 – 288 с.

3.Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры / В.Г. Никитушкин. – М.: Советский спорт, 2013. – 280 с.

4. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник для вузов / В.Г. Никитушкин [Электронный ресурс]. – М.: М.: Советский спорт, 2013. – 280 с. – Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/10846/page3/>

5. Попов, Г. И. Научно-методическая деятельность в спорте [Текст] : учебник / Г. И. Попов. - М. : ИЦ "Академия", 2015. - 192 с.

6. Спортсмен в междисциплинарном исследовании [Текст] : монография / Под ред. М.П. Шестакова. - М. : ТВТ Дивизион, 2009. - 384 с.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Бардышевская М. К.	Диагностика психического развития ребенка: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.2	Кошелева А. Н., Рохина Е. В., Королёва Н. Н., Луговая В. Ф., Хороших В. В.	Психодиагностика: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023

Л1.3	Карпов А. В.	Психология принятия решений в профессиональной деятельности: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.4	Духновский С. В.	Психодиагностика: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.5	Акимова М. К., Горбачева Е. И., Зархин В. Г., Козлова В. Т., Ярошевская С. В.	Психодиагностика. Теория и практика: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.6	Духновский С. В.	Психодиагностика: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Медников С. В., Хвацкая Е. Е.	Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для спо	Москва: Юрайт, 2024
Л2.2	Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Медников С. В., Хвацкая Е. Е.	Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л2.3	Ильина Н. А.	Психология	Кемерово: КемГИК, 2007
Л2.4	Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Медников С. В.	Психологическая диагностика в физической культуре и спорте: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л2.5	Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Медников С. В., Хвацкая Е. Е.	Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для спо	Москва: Юрайт, 2025
6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы			
Э1	сайт университета		
Э2	eLibrary.Ru : научная электронная библиотека		
Э3	Лань : электронно-библиотечная система		
Э4	Министерство спорта РФ		

Э5	Федеральная служба государственной статистики
Э6	Электронно-библиотечная система
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.1.6	Для 43.00.00
6.3.1.7	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.8	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Федеральные порталы, образовательные ресурсы
6.3.2.2	1.Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru .
6.3.2.3	2.Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма : официальный сайт. – Текст: электронный. – URL: https://unifirst.ru/
6.3.2.4	3.Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe . – Режим доступа для авторизованных пользователей ПГУФКСиТ.
6.3.2.5	4.Специальная Олимпиада России. – URL: https://specialolympics.ru/
6.3.2.6	5.Региональное отделение Общероссийской общественной организации «Всероссийская организация родителей детей-инвалидов и инвалидов старше 18 лет с ментальными и иными нарушениями, нуждающихся в представительстве своих интересов» в Республике Татарстан (РО ВОРДИ РТ). – URL: http://tatarstan.vordi.org/
6.3.2.7	6.Информационно-правовой портал Гарант : сайт. – Текст: электронный. – URL: http://www.garant.ru
6.3.2.8	Библиотеки
6.3.2.9	1.Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru . – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.10	2.eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru . – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.11	3.Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com . – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус) Е611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету Е711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. D217 - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, макеты, наглядные пособия лаборатория НИИ физической культуры и спорта
-----	---

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

приложение 2

Изучение теоретической части дисциплин призвано не только углубить и закрепить знания, полученные на аудиторных занятиях, но и способствовать

развитию у студентов творческих навыков, инициативы и организовать свое время.

Самостоятельная работа при изучении дисциплин включает:

- чтение студентами рекомендованной литературы и усвоение теоретического материала дисциплины;
- знакомство с Интернет-источниками;
- подготовку к различным формам контроля (тесты, контрольные работы);

-подготовку и написание рефератов;
 -выполнение контрольных работ;
 -подготовку ответов на вопросы по различным темам дисциплины в той последовательности, в какой они представлены. Планирование времени, необходимого на изучение дисциплин, студентам лучше всего осуществлять весь семестр, предусматривая при этом регулярное повторение материала.

Материал, законспектированный на лекциях, необходимо регулярно прорабатывать и дополнять сведениями из других источников литературы, представленных не только в программе дисциплины, но и в периодических изданиях.

При изучении дисциплины сначала необходимо по каждой теме прочитать рекомендованную литературу и составить краткий конспект основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими в этой теме для освоения последующих тем курса. Для расширения знания по дисциплине рекомендуется использовать Интернет- ресурсы; проводить поиски в различных системах и использовать материалы сайтов, рекомендованных преподавателем.

При подготовке к контрольной работе необходимо прочитать соответствующие страницы основного учебника. Желательно также чтение дополнительной литературы. При написании контрольной работы ответ следует иллюстрировать схемами.

При выполнении самостоятельной работы по написанию реферата студенту необходимо: прочитать теоретический материал в рекомендованной литературе, периодических изданиях, на Интернет-сайтах; творчески переработать изученный материал и представить его для отчета в форме реферата, проиллюстрировав схемами, диаграммами, фотографиями и рисунками. Тексты контрольных работ и рефератов должны быть изложены внятно, простым и ясным языком.

При ответе на экзамене необходимо: продумать и четко изложить материал; дать определение основных понятий; дать краткое описание явлений; привести примеры. Ответ следует иллюстрировать схемами, рисунками и графиками.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей.

Обучение самостоятельной работе с учебником предполагает выработку у студентов умения находить связи между отдельными частями, устанавливать ступени соподчиненности рассматриваемых в нем фактов и обобщений.

Самостоятельная работа при изучении дисциплин включает:

- чтение студентами рекомендованной литературы и усвоение теоретического материала дисциплины;
- знакомство с Интернет-источниками;
- подготовку к различным формам контроля (тесты, контрольные работы);
- подготовку и написание рефератов;
- выполнение контрольных работ;
- подготовку ответов на вопросы по различным темам дисциплины в той последовательности, в какой они представлены.

Планирование времени, необходимого на изучение дисциплин, студентам лучше всего осуществлять весь семестр, предусматривая при этом регулярное повторение материала.

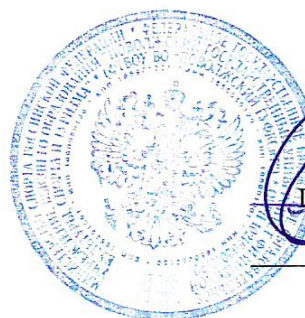
Материал, законспектированный на лекциях, необходимо регулярно прорабатывать и дополнять сведениями из других источников литературы, представленных не только в программе дисциплины, но и в периодических изданиях.

При изучении дисциплины сначала необходимо по каждой теме прочитать рекомендованную литературу и составить краткий конспект основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими в этой теме для освоения последующих тем курса. Для расширения знания по дисциплине рекомендуется использовать Интернетресурсы; проводить поиски в различных системах и использовать материалы сайтов, рекомендованных преподавателем.

При выполнении самостоятельной работы по написанию реферата студенту необходимо: прочитать теоретический материал в рекомендованной литературе, периодических изданиях, на Интернет-сайтах; творчески переработать изученный материал и представить его для отчета в форме реферата, проиллюстрировав схемами, диаграммами, фотографиями и рисунками. Тексты контрольных работ и рефератов должны быть изложены внятно, простым и ясным языком.

При ответе на экзамене необходимо: продумать и четко изложить материал; дать определение основных понятий; дать краткое описание явлений; привести примеры. Ответ следует иллюстрировать схемами, рисунками и графиками.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УРиЦТ

А.В. Павлова

29 мая 2025 г.

Рабочая программа дисциплины
Современные методы восстановительной медицины
в спорте

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт

Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 3

аудиторные занятия

22

самостоятельная работа

50

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
Неделя	13 5/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	14	14	14	14
Итого ауд.	22	22	22	22
Контактная работа	22	22	22	22
Сам. работа	50	50	50	50
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

Проф., д.м.н. Давлетова Наиля Ханифовна 

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т. 

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	изучение дисциплины направлено на формирование компетенций: УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий, ПК-1 Способен организовывать и проводить мониторинг подготовки резерва по виду спорта
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.02
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Функциональная диагностика спортивных возможностей организма	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-1.: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

УК-1..1:Анализирует комплексный план подготовки сборной команды и индивидуальных планов подготовки спортсменов сборной команды

Знать:

Нормативно-правовые основы и методические принципы разработки программ спортивной подготовки, а также современные научно-обоснованные подходы к периодизации тренировочного процесса, структуре комплексного контроля и планированию нагрузок в избранном виде спорта.

Уметь:

Проводить сравнительный анализ соответствия индивидуальных планов спортсменов общему комплексному плану команды, выявлять несоответствия в объемах и интенсивности нагрузок, оценивать сбалансированность средств подготовки и своевременность прохождения этапов контрольных испытаний.

Владеть:

Навыками экспертной оценки эффективности планирования тренировочного процесса, методами выявления диспропорций между командными целями и индивидуальными возможностями спортсменов, а также способами прогнозирования потенциальных рисков невыполнения запланированных показателей.

УК-1..2:Ведет систематический контроль состояния наилучшей индивидуальной и (или) командной готовности (физической, технической, тактической и психической) спортсменов к спортивным достижениям

Знать:

Теоретические основы и методики комплексного контроля в спорте, критерии оценки физической, технической, тактической и психической готовности спортсменов, а также современные подходы к диагностике состояния готовности к высшим достижениям.

Уметь:

Систематически отслеживать и анализировать динамику индивидуальной и командной готовности спортсменов, интерпретировать данные контроля и своевременно вносить коррективы в тренировочный процесс для оптимизации состояния спортсменов.

Владеть:

Навыками применения инструментальных и визуальных методов педагогического контроля, способностью оценивать уровень развития различных сторон подготовленности спортсменов и методами прогнозирования их готовности к демонстрации высоких спортивных результатов.

УК-1..3:Контролирует навыки выполнения спортсменами технических приемов в вариативных условиях, близких к соревновательным

Знать:

Методику организации и проведения контрольно-тренировочных занятий в условиях, моделирующих соревновательную нагрузку, а также технические параметры и биомеханику выполнения упражнений, подлежащих контролю.

Уметь:

Анализировать технику выполнения двигательных действий спортсменов в условиях сбивающих факторов (устомление, сопротивление соперника, лимит времени) и оперативно фиксировать отклонения от эталонной техники.

Владеть:

Навыками применения инструментальных и визуальных методов оценки качества исполнения технических приемов в условиях, приближенных к соревновательным, с последующей интерпретацией результатов для корректировки тренировочного процесса.

ПК-1 : Способен организовывать и проводить мониторинг подготовки резерва по виду спорта

ПК-1 .1:Разрабатывает программу и критерии оценки уровня подготовленности спортивного резерва на различных этапах многолетней подготовки

Знать: Содержание федеральных стандартов спортивной подготовки и методические основы построения многолетнего тренировочного процесса. Закономерности возрастного развития спортсменов и сенситивные периоды развития физических качеств для обоснованного распределения контрольных нормативов по этапам подготовки.
Уметь: Разрабатывать оценочные шкалы и контрольные упражнения (тесты), дифференцируя требования к общей и специальной физической подготовленности в зависимости от этапа многолетней подготовки. Анализировать динамику спортивных результатов и на основе этого корректировать критерии отбора и оценки перспективности спортивного резерва.
Владеть: Методикой проектирования «модельных характеристик» подготовленности спортсменов для каждого этапа тренировочного цикла. Навыками внедрения разработанных критериев в тренировочный процесс и их статистической обработки для объективной оценки уровня готовности спортсменов.

ПК-1 .2:Применяет современные методы сбора, обработки и анализа данных о динамике физического развития и функционального состояния резервистов
--

Знать: Современные методики сбора и критерии оценки антропометрических показателей, а также физиологические основы и нормативы, характеризующие функциональное состояние и физическое развитие лиц, находящихся в резерве.
Уметь: Организовывать и проводить процедуры тестирования (включая функциональные пробы и антропометрию), обрабатывать полученные массивы данных с использованием специализированного программного обеспечения и статистических методов.
Владеть: Навыками комплексного анализа динамики полученных показателей для своевременной коррекции тренировочного процесса и профессионального отбора резервистов, а также методами прогнозирования их дальнейшей работоспособности.

ПК-1 .3:Готовит аналитические отчеты и рекомендации для тренеров по результатам мониторинга с целью коррекции тренировочного процесса

Знать: Методологию анализа количественных и качественных показателей тренировочного процесса, а также современные методики спортивной подготовки для корректной интерпретации данных мониторинга.
Уметь: Систематизировать результаты наблюдений и измерений, выявлять причинно-следственные связи между нагрузкой и состоянием спортсмена, а также формулировать конкретные, обоснованные рекомендации по коррекции тренировочных планов.
Владеть: Навыками составления структурированных аналитических отчетов с использованием специализированного программного обеспечения и методами убедительной презентации своих выводов перед тренерским составом.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Модуль 1						
1.1	Диагностические технологии восстановительной медицины /Тема/	3	0				
1.2	Диагностические технологии восстановительной медицины /Лек/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..1-B1 УК-1..2-У1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.3	Диагностические технологии восстановительной медицины /Ср/	3	4	УК-1..1-У1 УК-1..1-B1 УК-1..2-31 УК-1..3-31	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.4	Диагностические технологии восстановительной медицины /Пр/	3	2	УК-1..1-B1	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.5	Основы восстановительной медицины /Тема/	3	0				
1.6	Основы восстановительной медицины /Лек/	3	2	УК-1..2-31	Э1 Э2 Э3 Э4		

1.7	Основы восстановительной медицины /Пр/	3	2	УК-1..2-В1 УК-1..3-В1 УК-1..3-У1	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.8	Основы восстановительной медицины /Ср/	3	10	УК-1..2-В1	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.9	Современные технологии восстановительной медицины /Тема/	3	0				
1.10	Современные технологии восстановительной медицины /Лек/	3	2	ПК-1 .1-У1 ПК-1 .1-31 ПК-1 .3-31 ПК-1 .3-У1	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.11	Современные технологии восстановительной медицины /Пр/	3	2	ПК-1 .1-В1 ПК-1 .1-У1 ПК-1 .3-В1	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.12	Современные технологии восстановительной медицины /Ср/	3	6	ПК-1 .1-В1 ПК-1 .1-У1	Э1 Э2 Э3 Э4		
	Раздел 2. Модуль 2.						
2.1	Комплексная реабилитация при заболеваниях органов дыхания /Тема/	3	0				
2.2	Комплексная реабилитация при заболеваниях органов дыхания /Лек/	3	2	ПК-1 .1-31	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.3	Комплексная реабилитация при заболеваниях органов дыхания /Пр/	3	2	ПК-1 .1-В1 ПК-1 .1-У1			
2.4	Комплексная реабилитация при заболеваниях органов дыхания /Ср/	3	6	УК-1..3-В1	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.5	Комплексная реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы /Тема/	3	0				
2.6	Комплексная реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы /Пр/	3	2	ПК-1 .2-31	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.7	Комплексная реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы /Ср/	3	6	ПК-1 .2-В1 ПК-1 .2-У1	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.8	Комплексная реабилитация при заболеваниях нервной системы /Тема/	3	0				
2.9	Комплексная реабилитация при заболеваниях нервной системы /Пр/	3	2	УК-1..3-В1	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.10	Комплексная реабилитация при заболеваниях нервной системы /Ср/	3	6	ПК-1 .1-В1 ПК-1 .1-У1	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.11	Комплексная реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата /Тема/	3	0				
2.12	Комплексная реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата /Пр/	3	2	ПК-1 .1-31	Э1 Э2 Э3 Э4		
2.13	Комплексная реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата /Ср/	3	12	ПК-1 .1-В1 ПК-1 .2-31	Э1 Э2 Э3 Э4		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Список вопросов для устного опроса:

1. Объясните, чем восстановительная медицина принципиально отличается от лечебной?
2. Что такое мультидисциплинарный подход и почему он является основой современной реабилитации? Назовите ключевых специалистов в команде.
3. Каковы основные задачи стационарного этапа реабилитации после инсульта или инфаркта миокарда?
4. Как вы понимаете принцип «реабилитация начинается с первого дня болезни»? Приведите пример.
5. Что такое «качество жизни, связанное со здоровьем» (HRQoL) и как оно оценивается в восстановительной медицине?
6. Для чего в диагностике используется стабилметрия? При заболеваниях каких систем она наиболее информативна?

7. Объясните, как данные электромиографии (ЭМГ) могут повлиять на составление плана лечебной физкультуры для пациента.
8. Чем отличается диагностическая и реабилитационная цели применения метода биологической обратной связи (БОС)?
9. Какую информацию для реабилитолога может дать тест с 6-минутной ходьбой у пациента с ХОБЛ или сердечной недостаточностью?
10. Почему оценка боли (например, по визуальной аналоговой шкале) считается важным диагностическим инструментом в реабилитации?
11. В чём преимущества роботизированной механотерапии по сравнению с классической ЛФК при восстановлении ходьбы?
12. Как технологии виртуальной реальности (VR) помогают преодолеть основные проблемы мотивации пациента во время длительных тренировок?
13. Объясните, на чём основан лечебный эффект метода экстракорпоральной ударно-волновой терапии (УВТ) при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
14. Каковы потенциальные преимущества и ограничения использования телемедицинских технологий в восстановительной медицине?
15. Что такое «большеберцовый нерв» в контексте нейрореабилитации и какую функцию он помогает восстановить?
16. Почему при заболеваниях органов дыхания так важно работать не только с лёгкими, но и тренировать периферические мышцы (рук, ног)?
17. Опишите последовательность действий при проведении постурального дренажа. Почему важен именно такой порядок?
18. Каковы основные цели и противопоказания к назначению лечебной физкультуры в кардиореабилитации?
19. Что подразумевается под «постинфарктной ремоделированием левого желудочка» и как реабилитация может на это повлиять?
20. Объясните термин «аэробный порог» и его практическое значение для подбора нагрузки кардиопациенту.
21. Дайте определение нейропластичности. Приведите пример, как методы реабилитации используют это свойство мозга.
22. В чём заключается основная идея метода PNF (проприоцептивной нервно-мышечной фасилитации)?
23. Почему борьба со спастичностью и профилактика контрактур начинается в первые дни и даже часы после инсульта или травмы спинного мозга?
24. Каковы основные цели эрготерапии для пациента с болезнью Паркинсона?
25. Что такое «кинезиофобия» и как она может мешать реабилитации пациента после эндопротезирования сустава?
26. Объясните, почему при остеоартрозе коленного сустава укрепление четырёхглавой мышцы бедра является первостепенной задачей.
27. Каковы современные взгляды на роль мануальной терапии и остеопатии в комплексной реабилитации заболеваний ОДА?
28. Назовите ключевые различия в подходах к реабилитации при переломе шейки бедра у молодого спортсмена и у пожилого пациента с остеопорозом.
29. Сравните основные цели и методы реабилитации в остром периоде (первые недели) и в отдалённом периоде (месяцы, годы) после тяжёлой черепно-мозговой травмы.
30. Как бы вы объяснили пациенту с хронической сердечной недостаточностью, почему ему нельзя отказываться от дозированной физической нагрузки, даже если иногда возникает одышка?

Перечень вопросов к промежуточному контролю (зачету):

1. Дайте определение восстановительной медицины в контексте спорта высших достижений. Чем ее цели отличаются от целей общей клинической реабилитации?
2. Опишите модель периодизации восстановления в годичном тренировочном цикле спортсмена. Как методы восстановления должны варьироваться в зависимости от макроцикла?
3. Назовите и охарактеризуйте не менее трех объективных инструментальных методов диагностики состояния нервно-мышечного аппарата спортсмена для оценки утомления или готовности к нагрузке.
4. Как данные анализа вариабельности сердечного ритма (ВСР) используются для управления тренировочным процессом и подбора методов восстановления?
5. Объясните, как функциональная диагностика (например, стабилметрия или биоимпедансный анализ) позволяет индивидуализировать программу восстановления спортсмена.
6. Раскройте современные принципы и протоколы применения криотерапии (локальной и общей) в спортивной практике. Когда показан холод, а когда — контраст?
7. Опишите механизм действия и протокол применения метода фонофореза или электрофореза с ферментными препаратами для ускорения рассасывания посттравматических гематом.
8. В чем заключаются ключевые отличия и преимущества ударно-волновой терапии (УВТ) от классического ультразвука при лечении хронических тендопатий у спортсменов?
9. Обоснуйте применение метода прессотерапии (пневмокомпрессии) в восстановительном микроцикле после соревнований. Какие физиологические эффекты лежат в основе?
10. Сравните эффективность и области применения восстановительного, лимфодренажного и миофасциального массажа с использованием роллов в спорте высших достижений.
11. Что такое эргогенический эффект технологии биологической обратной связи (БОС)? Приведите пример применения ЭМГ-БОС или БОС по ЭЭГ для повышения спортивного результата.
12. Опишите, как методы когнитивной реабилитации и тренировки внимания (например, на основе VR) могут

применяться в игровых видах спорта и единоборствах.

13. Как технология транскраниальной микрополяризации (ТКМП) может быть использована для коррекции психоэмоционального состояния спортсмена после соревновательного стресса?
14. Раскройте концепцию применения метода функционального биоуправления с обратной связью по опорной реакции для коррекции двигательного дисбаланса и профилактики травм.
15. Охарактеризуйте современные принципы нутритивной поддержки в «окне восстановления» (первые 30-90 минут после нагрузки). Какие нутрицевтики имеют доказанную эффективность?
16. В чем разница между применением антиоксидантов с профилактической целью и их потенциальным «эрголитическим» (снижающим результативность) эффектом при необоснованном приеме?
17. Обоснуйте необходимость мониторинга уровня ферритина и витамина D у спортсменов циклических видов спорта. Как их коррекция влияет на восстановление?
18. Опишите протокол применения фармакопунктуры (мезотерапии) в лечении хронических миофасциальных болевых синдромов у спортсменов.
19. Изложите поэтапный алгоритм (протокол) возврата к тренировочному процессу спортсмена после неосложненной контузии (сотрясения мозга) I степени.
20. Опишите современный комплексный подход к реабилитации спортсмена с пателлофemorальным болевым синдромом («колено бегуна»).
21. Что такое «концепция внутреннего и внешнего внимания» в восстановлении двигательного контроля после травмы? Приведите пример ее применения в упражнениях.
22. Раскройте роль и преимущество изометрических упражнений в ранней реабилитации после травм сухожилий (тендинопатий).
23. Опишите практические техники психофизиологического восстановления (дыхательные практики, прогрессивная мышечная релаксация) и их оптимальное место в дневном режиме спортсмена.
24. Каковы основные признаки синдрома перетренированности с точки зрения восстановительной медицины? Какие инструменты скрининга используются для его раннего выявления?
25. Как методы биохакинга (отслеживание сна, маркеров крови) интегрируются в систему управления восстановлением? Каковы их этические и практические ограничения?
26. Как должна быть организована работа мультидисциплинарной команды специалистов по восстановлению в условиях сборной команды?
27. Опишите модель и минимальное оснащение «восстановительного бокса» (recovery room) на спортивном объекте для работы с командой.
28. Какие критерии используются для оценки экономической эффективности внедрения дорогостоящего восстановительного оборудования (например, криосауны) в спортивной организации?
29. Ситуация: Спортсмен-единоборец после интенсивного сбора имеет высокие показатели креатинкиназы (КК), ощущение «забитости» мышц и снижение скорости реакции. Предложите план восстановительных мероприятий на ближайшие 72 часа.
30. Ситуация: Баскетболист на этапе возврата после травмы голеностопа демонстрирует нормальные клинические тесты, но инструментально выявлена асимметрия при прыжках. Ваши дальнейшие действия и выбор технологий для коррекции?

5.2. Темы письменных работ

Список тем для рефератов:

1. Роль стволовых клеток в регенерации хрящевой ткани у спортсменов с гонартрозом.
2. Криотерапия: механизмы действия и эффективность в восстановлении после интенсивных нагрузок.
3. Применение плазмы, обогащенной тромбоцитами (PRP), при лечении разрывов связок коленного сустава.
4. Биомеханика экзоскелетов в реабилитации после травм нижних конечностей у бегунов.
5. Гипербарическая оксигенация как метод ускорения заживления мышечных микротравм.
6. Нейромышечная электрическая стимуляция (NMES) в восстановлении силы после ACL-разрыва.
7. Персонализированная генная терапия для профилактики мышечных дистрофий у элитных атлетов.
8. Влияние виброплатформ на восстановление проприоцепции после анкле-спрейна.
9. Использование экзосом в регенеративной медицине для лечения тендинитов у теннисистов.
10. Лазерная терапия низкого уровня (LLLT) в борьбе с воспалением после марафонских нагрузок.
11. Роль микробиома кишечника в ускорении восстановления у выносливых спортсменов.
12. Нанобиотехнологии для локальной доставки факторов роста в поврежденные ткани.
13. Виртуальная реальность в нейрореабилитации после черепно-мозговых травм в единоборствах.
14. Пептидная терапия (BPC-157) в регенерации сухожилий у тяжелоатлетов.
15. Интеграция ИИ в мониторинг и прогнозирование рисков перетренированности.
16. Остеобластическая терапия с использованием 3D-биопечати для переломов у велосипедистов.
17. Эффекты красного и инфракрасного света (фотобиомодуляция) на митохондриальную функцию.
18. Акупунктура и ее комбинация с TENS в восстановлении после операций на плече.
19. Эпигенетическая модуляция для улучшения адаптации к гипоксии у горных спортсменов.
20. Биоактивные гидрогели в лечении хронических язв и ран у контактных спортсменов.
21. Телемедицина в удаленном контроле реабилитации травм опорно-двигательного аппарата.
22. Роль омега-3 и полифенолов в посттравматическом восстановлении эндотелия сосудов.
23. Кровяные биомаркеры (миРНК) для ранней диагностики и мониторинга микротравм.
24. Роботизированная кинезиотерапия в реабилитации после инсульта у параспортсменов.
25. Иммуномодуляторы в предотвращении синдрома перетренированности у триатлетов.
26. Тканевая инженерия с использованием scaffold'ов для регенерации мениска.

27. Психонейроиммунотерапия в комплексном восстановлении после burnout в спорте.
28. Ультразвуковая кавитация в разрушении фиброзных рубцов после миотравм.
29. Персонализированные ортезы с сенсорами для динамического контроля реабилитации.
30. Этические аспекты применения CRISPR в генной коррекции спортивных травм.

5.3. Фонд оценочных средств

Тестовые вопросы.

1. Основной целью восстановительной медицины является:
 - а) Полное излечение от хронического заболевания.
 - б) Устранение этиологического фактора болезни.
 - в) Максимально возможное восстановление функций, социальной и профессиональной адаптации пациента.
 - г) Оказание неотложной медицинской помощи.
2. Каким принципом восстановительной медицины является раннее начало реабилитационных мероприятий?
 - а) Принцип этапности.
 - б) Принцип индивидуальности.
 - в) Принцип непрерывности.
 - г) Принцип своевременности.
3. Кто является центральной фигурой в мультидисциплинарной команде восстановительной медицины?
 - а) Врач-реабилитолог.
 - б) Лечащий врач-специалист (невролог, травматолог и др.).
 - в) Сам пациент.
 - г) Медицинская сестра.
4. Что из перечисленного НЕ входит в основные виды реабилитации?
 - а) Медицинская.
 - б) Эстетическая.
 - в) Профессиональная.
 - г) Социальная.
5. Индивидуальная программа реабилитации (ИПР) – это:
 - а) Единый протокол лечения для всех пациентов с одним диагнозом.
 - б) Комплекс скоординированных мероприятий, подобранных для конкретного пациента с учётом его состояния и целей.
 - в) План санаторно-курортного лечения.
 - г) Заключение медико-социальной экспертизы.
6. Какой метод позволяет объективно оценить функциональное состояние мышц, их силу и биоэлектрическую активность?
 - а) УЗИ (ультразвуковое исследование).
 - б) Электромиография (ЭМГ).
 - в) Стабилометрия.
 - г) Спирометрия.
7. Стабилометрия (стабилография) используется для оценки:
 - а) Жизненной ёмкости лёгких.
 - б) Функции внешнего дыхания.
 - в) Функции равновесия и координации.
 - г) Мышечной силы рук.
8. Какой метод является «золотым стандартом» для оценки аэробных возможностей и толерантности к физической нагрузке?
 - а) Измерение артериального давления.
 - б) Эхокардиография (ЭхоКГ).
 - в) Велоэргометрия (ВЭМ) или тредмил-тест с газоанализом.
 - г) Электронейромиография (ЭНМГ).
9. Для динамической оценки эффективности реабилитации при заболеваниях опорно-двигательного аппарата наиболее информативен:
 - а) Общий анализ крови.
 - б) Рентгенологический метод.
 - в) Гониометрия (измерение объёма движений в суставах).
 - г) Измерение температуры тела.
10. Какая из перечисленных технологий относится к методам функциональной диагностики центральной нервной системы?
 - а) Спирометрия.
 - б) Электроэнцефалография (ЭЭГ).
 - в) Антропометрия.
 - г) Динамометрия.
11. Как называется технология, использующая специальные компьютерные игры и тренажёры для восстановления двигательных и когнитивных функций?
 - а) Кинезиотейпирование.
 - б) Виртуальная реальность (VR-реабилитация).
 - в) УВЧ-терапия.
 - г) Мануальная терапия.
12. Роботизированная механотерапия (например, экзоскелеты) применяется в первую очередь для:

- а) Обезболивания.
 - б) Формирования правильного двигательного стереотипа и восстановления ходьбы.
 - в) Лечения воспалительных заболеваний.
 - г) Увеличения мышечной массы у спортсменов.
13. Биологическая обратная связь (БОС) – это технология, которая:
- а) Заменяет работу врача.
 - б) Позволяет пациенту получать информацию о состоянии своей физиологической функции и учиться сознательно управлять ею.
 - в) Используется только для психологической коррекции.
 - г) Основана исключительно на приёме лекарств.
14. К современным методам физиотерапии, широко используемым в реабилитации, относится:
- а) Лечение пиявками.
 - б) Лазеротерапия, магнитотерапия, ультразвуковая терапия.
 - в) Кровопускание.
 - г) Применение горчичников.
15. Телемедицинские технологии в восстановительной медицине позволяют:
- а) Проводить хирургические операции дистанционно.
 - б) Консультировать пациентов удалённо, контролировать выполнение домашних упражнений.
 - в) Полностью заменить очный визит к врачу.
 - г) Ставить окончательный диагноз без осмотра.
16. Основная цель дыхательной гимнастики (например, по методу Стрельниковой) при ХОБЛ:
- а) Увеличение частоты дыхания.
 - б) Укрепление дыхательной мускулатуры и улучшение дренажной функции бронхов.
 - в) Повышение температуры тела.
 - г) Снижение артериального давления.
17. Постуральный дренаж – это:
- а) Метод измерения жизненной ёмкости лёгких.
 - б) Приём перкуссионного массажа.
 - в) Придание пациенту специальных дренажных положений для отхождения мокроты под действием силы тяжести.
 - г) Вид ингаляционной терапии.
18. Какой метод оценки эффективности реабилитации при болезнях лёгких является наиболее простым и объективным?
- а) Измерение роста.
 - б) Подсчёт частоты сердечных сокращений.
 - в) Проведение спирометрии (измерение ЖЁЛ, ОФВ1).
 - г) Измерение массы тела.
19. Ингаляционная терапия в реабилитации пульмонологических пациентов направлена на:
- а) Увлажнение слизистой, разжижение мокроты и доставку лекарственных средств.
 - б) Увеличение силы рук.
 - в) Лечение гастрита.
 - г) Улучшение сна.
20. Аэробные тренировки (ходьба, велотренажёр) для пациентов с заболеваниями лёгких необходимы для:
- а) Повышения толерантности к физической нагрузке и общей выносливости.
 - б) Наращивания мышечной массы.
 - в) Развития гибкости.
 - г) Коррекции осанки.
21. Основным инструментом дозирования физической нагрузки в кардиореабилитации является контроль:
- а) Цвета кожных покровов.
 - б) Частоты сердечных сокращений (ЧСС) и артериального давления (АД).
 - в) Остроты зрения.
 - г) Объёма талии.
22. Какой этап кардиореабилитации проходит непосредственно в стационаре после острого события (инфаркт, операция)?
- а) Поддерживающий (III этап).
 - б) Амбулаторно-поликлинический (II этап).
 - в) Стационарный (I этап).
 - г) Санаторный.
23. С какой целью применяется чрескожная электрическая стимуляция нервов (ЧЭНС) в ранней кардиореабилитации?
- а) Для лечения аритмии.
 - б) Для купирования болевого синдрома.
 - в) Для снижения уровня холестерина.
 - г) Для повышения аппетита.
24. Важнейшим немедикаментозным компонентом вторичной профилактики ИБС является:
- а) Соблюдение диеты с ограничением соли, животных жиров и контроль массы тела.
 - б) Употребление большого количества кофе.
 - в) Полный отказ от физической активности.
 - г) Частое посещение бани.

25. Тест 6-минутной ходьбы используется для оценки:

- а) Функционального класса стенокардии и толерантности к нагрузке.
- б) Силы мышц ног.
- в) Остроты слуха.
- г) Ёмкости лёгких.

26. После инсульта для восстановления двигательных функций и перестройки нейронных сетей наиболее эффективно применение принципа:

- а) Полного покоя.
- б) Нейропластичности через активную повторяющуюся тренировку.
- в) Только медикаментозного лечения.
- г) Изоляции от внешних раздражителей.

27. Метод PNF (проприоцептивная нервно-мышечная фасилитация) направлен на:

- а) Снижение мышечного тонуса с помощью лекарств.
- б) Активацию проприорецепторов для облегчения движения и восстановления двигательного контроля.
- в) Лечение только болевого синдрома.
- г) Развитие силы у спортсменов.

28. Что такое контрактура и как с ней борются в неврологической реабилитации?

- а) Это острое воспаление сустава, лечат антибиотиками.
- б) Это стойкое ограничение пассивных движений в суставе; применяют позиционирование, ЛФК, ортезирование.
- в) Это повышенный тонус мышц, который лечат только хирургически.
- г) Это вывих сустава.

29. Для реабилитации пациентов с болезнью Паркинсона ключевое значение имеет:

- а) Только фармакотерапия.
- б) Тренировка ритмичных, размашистых движений, равновесия и походки (например, метод с использованием метронома).
- в) Строгий постельный режим.
- г) Иглорефлексотерапия как основной метод.

30. Эрготерапия в неврологии – это:

- а) Лечение электрическим током.
- б) Лечебная физкультура.
- в) Терапия занятостью, направленная на восстановление навыков самообслуживания и бытовой деятельности.
- г) Форма психотерапии.

31. После эндопротезирования крупного сустава (тазобедренного, коленного) в раннем послеоперационном периоде важно:

- а) Соблюдать строгий постельный режим 2 недели.
- б) Ранняя активизация с соблюдением правил профилактики вывиха (ограничение сгибания, аддукции).
- в) Немедленно начать бегать.
- г) Не нагружать оперированную конечность 3 месяца.

32. При работе с пациентом после перелома и снятия гипса первоочередной задачей ЛФК является:

- а) Нарращивание максимальной мышечной массы.
- б) Борьба с атрофией мышц, восстановление подвижности суставов и нормализация кровообращения.
- в) Развитие выносливости для бега на длинные дистанции.
- г) Увеличение гибкости позвоночника.

33. Что такое кинезиотейпирование?

- а) Метод хирургического лечения.
- б) Наложение эластичных клейких лент (тейпов) для поддержки мышц и суставов, уменьшения отёка и боли.
- в) Вид гипсовой повязки.
- г) Способ измерения мышечной силы.

34. При реабилитации пациентов с остеоартрозом основное внимание уделяется:

- а) Полной иммобилизации сустава.
- б) Укреплению мышц вокруг сустава, разгрузке сустава и сохранению его подвижности.
- в) Назначению только обезболивающих препаратов.
- г) Частым внутрисуставным инъекциям.

35. Для оценки эффективности реабилитации при сколиозе у детей «золотым стандартом» является:

- а) Измерение роста.
- б) Оценка гибкости.
- в) Рентгенография позвоночника с измерением угла Кобба.
- г) Опрос пациента о самочувствии.

Практическая работа №1

Тема: «Оценка функционального состояния и утомления спортсмена с использованием методов аппаратной диагностики. Разработка индивидуального восстановительного протокола».

Цель: Научиться применять комплекс аппаратных методов для оценки текущего функционального состояния и степени утомления спортсмена; на основании полученных данных составить обоснованный индивидуальный план восстановительных мероприятий.

Задачи:

1. Провести обследование «спортсмена» (им может быть другой студент группы) с использованием не менее 3 диагностических методов:

о Кардиоинтервалография (анализ ВСР): Оценить уровень стресса и баланс вегетативной нервной системы в

покое.

о Миография (поверхностная ЭМГ): Оценить тонус и биоэлектрическую активность ключевых мышц (например, квадрицепса, икроножной) в состоянии покоя и при стандартной изометрической нагрузке. Выявить возможную асимметрию.

о Стабилометрия (постуральный тест): Оценить функцию равновесия и устойчивость, как маркер состояния ЦНС и мышечного утомления.

о Антропометрия/Капилляроскопия (по выбору): Оценить гидратацию или периферическое кровообращение.

2. Проанализировать и интерпретировать полученные данные в едином заключении.

3. На основе выявленных «проблемных зон» (например, симпатикотония по ВСР, гипертонус икроножной мышцы справа, снижение устойчивости) разработать индивидуальный 24-часовой восстановительный протокол. Протокол должен включать:

о Конкретные методы (прессотерапия, криотерапия, БОС, миофасциальный релиз и т.д.).

о Их обоснование (почему выбран именно этот метод для коррекции выявленного нарушения).

о Параметры воздействия (длительность, интенсивность, последовательность).

о Рекомендации по питанию и гидратации в окне восстановления.

Форма отчета: Письменное заключение с таблицами/графиками данных, их интерпретацией и подробным восстановительным протоколом. Устная защита работы перед группой с обоснованием своих решений.

Практическая работа №2

Тема: «Применение технологий биологической обратной связи (БОС) для коррекции психофизиологического состояния спортсмена в условиях имитации соревновательного стресса».

Цель: Освоить практические навыки работы с оборудованием БОС; научиться проводить сеанс БОС-тренинга, направленного на регуляцию психоэмоционального возбуждения и мышечного напряжения.

Задачи:

1. Моделирование стресса: «Спортсмен» выполняет серию когнитивных или координационных тестов (например, корректурная проба, сложные задачи на равновесие) на фоне отвлекающих факторов (шум, ограничение времени) для создания состояния умеренного стресса.

2. Диагностика: До и после стресс-теста провести:

о ЭКГ/БОС по ВСР: Зафиксировать сдвиг вегетативного баланса в сторону симпатикотонии (учащение пульса, снижение вариабельности).

о ЭМГ-БОС: Зафиксировать повышение тонуса в целевой мышце (например, трапециевидной – «мышца стресса»).

3. Проведение БОС-сеанса: Провести для «спортсмена» 10-15-минутный сеанс БОС-тренинга, направленного на:

о Дыхательную БОС: Достижение и удержание дыхания с заданным ритмом (например, 6 вдохов в минуту) для стимуляции парасимпатического отдела.

о ЭМГ-БОС: Сознательное снижение биоэлектрической активности «зажатой» мышцы до заданного низкого уровня.

4. Оценка эффективности: Повторить измерения (п.2) сразу после сеанса БОС. Проанализировать динамику показателей.

5. Сформулировать выводы о эффективности примененных БОС-протоколов для быстрого восстановления вегетативного баланса и мышечного расслабления.

Форма отчета: Протокол работы с приложением графиков и цифровых данных «до» и «после». Аналитическое описание процедуры, наблюдений за состоянием «спортсмена» и выводов о практической ценности метода в условиях тренировочного сбора или между стартами.

Практическая работа №3

Тема: «Разработка и моделирование комплексной программы физической реабилитации и возврата к нагрузкам после имитированной спортивной травмы (на примере растяжения связок голеностопного сустава)».

Цель: Сформировать навыки поэтапного планирования реабилитации с использованием современных методов, основанного на клинической логике и функциональных критериях перехода на следующий этап.

Задачи:

1. «Постановка диагноза»: Получить клинический случай – условное растяжение связок голеностопного сустава II степени у волейболиста. Изучить «историю болезни» (механизм травмы, данные УЗИ).

2. Разработка поэтапной программы: Составить детализированную программу реабилитации, разделенную на 4 этапа (Острый, Подострый, Функциональный, Возврат к спорту). Для каждого этапа указать:

о Клинические цели (купирование отека, восстановление подвижности и т.д.).

о Функциональные критерии для перехода на следующий этап (например, безболезненная полная амплитуда движений, отрицательный тест на нестабильность).

о Конкретные современные методы и техники:

☐ Физиотерапия: (например, в остром периоде – криотерапия + лазеротерапия; в подостром – ультразвук с гелем траумель).

☐ Кинезиотейпирование: Нарисовать и обосновать схему наложения тейпа для разных целей (лимфодренаж, стабилизация, проприоцепция).

☐ Лечебная физкультура: Конкретные упражнения (изометрия, работа с резиновыми лентами, закрытые/открытые кинетические цепи, проприоцептивные тренировки на босу).

☐ Аппаратная поддержка: Использование баланс-платформ с БОС, изокинетических тренажеров на поздних этапах.

3. Моделирование и демонстрация: Практически продемонстрировать на партнере:

о Технику наложения одной из схем кинезиотейпирования.

о Комплекс из 3-4 ключевых упражнений для подострого и функционального периода.

о Метод оценки результативности этапа (например, выполнение теста «звезды» на стабилметрической платформе). Форма отчета: Развернутый письменный реабилитационный протокол в виде таблицы с этапами, целями, критериями, методами и упражнениями. Фото- или видеоотчет о практической демонстрации техник с кратким пояснением.

Ситуационная задача №1: «Соревновательный марафон и проблема перегрева»

Ситуация:

Вы — врач сборной команды по триатлону. На важнейших соревнованиях в жарком влажном климате ваш ведущий спортсмен финишировал в полном изнеможении после этапа бега. Его состояние: гипертермия (температура тела 38.8°C), выраженная дегидратация, спутанность сознания, мышечная слабость, тошнота. Первая помощь (холод на магистральные сосуды, регидратация) оказана, острые угрозы миновали. Через 6 часов у него запланирован старт на ключевой дистанции (1500 м вольным стилем в бассейне). Спортсмен настаивает на старте, тренер требует вашего решения.

Ваши задачи:

1. Принятие решения: Разработайте и обоснуйте пошаговый протокол экстренного восстановления на следующие 6 часов. Можно ли допустить спортсмена к старту? Какие объективные критерии будут основанием для вашего решения «да» или «нет»?

2. План действий: Распишите последовательность применения методов восстановления с указанием временных интервалов (первые 60 мин, 1-3 час, 3-6 час). Какие конкретные методы вы будете использовать (криотерапия? нутритивная поддержка? БОС? медикаменты?) и почему именно они показаны в данной ситуации?

3. Командное взаимодействие: Как вы будете выстраивать коммуникацию со спортсменом (мотивация/объективная оценка) и тренером (давление результатом) для принятия взвешенного решения в интересах здоровья атлета?

Ключевые аспекты для решения: Патофизиология теплового удара, протоколы экстренного охлаждения, принципы регидратации и реминерализации, методы оценки нейромышечной готовности (например, контактная миография, прыжковые тесты), этика спортивной медицины.

Ситуационная задача №2: «Хроническая боль и поиск причины»

Ситуация:

К вам, как к специалисту восстановительного центра, направлен профессиональный теннисист 24 лет. Основная жалоба: хроническая, ноющая боль в области правого плечевого сустава, усиливающаяся после матчей и силовых тренировок. Боль длится 4 месяца, стандартное лечение (НПВП, покой, локальные инъекции кортикостероидов) давало лишь временный эффект. МРТ показывает минимальные признаки тендинопатии сухожилий вращательной манжеты, но ничего критичного. Спортсмен демонстрирует психологическую фрустрацию и страх перед ухудшением карьеры.

Ваши задачи:

1. Расширенная диагностика: Какие современные диагностические методы, выходящие за рамки стандартной визуализации, вы назначите для поиска глубинной причины? (Например, термография для оценки воспаления, поверхностная ЭМГ для анализа мышечного дисбаланса и паттернов движения, стабилметрия для оценки постурального контроля, психологическое тестирование).

2. Гипотеза и комплексный план: Предположите 2-3 возможные взаимосвязанные причины (например, дисфункция лопатки → компрессия нерва → мышечная асимметрия → нарушение биомеханики подачи). На основе этой гипотезы составьте междисциплинарный 4-недельный восстановительный план, который будет включать:

о Физические методы (например, ударно-волновая терапия для тендинопатии + тейпирование для коррекции положения лопатки).

о Кинезиотерапию (упражнения на стабилизацию лопатки, коррекцию двигательного стереотипа).

о Нейрореабилитационные подходы (БОС для снижения тонуса перегруженных мышц).

о Психологическую поддержку (работа с кинезиофобией).

3. Критерии эффективности: Как вы будете объективно оценивать успешность вашего плана каждую неделю? Какие функциональные тесты (например, тест на силу внешней ротации, анализ кинематики подачи с помощью видеомаркеров) вы будете использовать?

Ключевые аспекты для решения: Биопсихосоциальная модель хронической боли, дифференциальная диагностика в спорте, интеграция инструментальных методов, принципы составления комплексных реабилитационных программ.

Ситуационная задача №3: «Восстановление после тяжелой травмы и психологический барьер»

Ситуация:

Футболист, перенесший 9 месяцев назад тяжелую реконструктивную операцию на ПКС (передней крестообразной связке), прошел всю стандартную физическую реабилитацию. Все клинические и изокинетические тесты показывают, что мышечная сила, стабильность и объем движений в оперированном колене сопоставимы со здоровым. Однако на поле он не может выполнить привычные резкие повороты и единоборства. При попытке он «защищает» ногу, движения становятся скованными, возникает страх повторной травмы. Тренерский штаб начинает сомневаться в его профессиональных перспективах.

Ваши задачи:

1. Анализ проблемы: Определите, в чем заключается ключевая проблема на данном этапе. Какие современные методы диагностики помогут оценить не физическую, а функциональную и психологическую готовность? (Например, тесты с имитацией игровых ситуаций и измерением времени реакции, стабилметрия при выполнении когнитивных задач, психометрические шкалы оценки страха повторной травмы – TSK-11).

2. Инновационный план преодоления барьера: Разработайте двухнедельную интенсивную программу для преодоления психологического барьера («return to play»). Включите в нее:

о Методы, основанные на виртуальной реальности (VR) — какие сценарии вы разработаете?

о Применение непредсказуемых тренировочных сред (например, плиометрика на нестабильных поверхностях, реактивные упражнения с внезапными сигналами).

о Техники работы с психологом (метод «градуированной экспозиции», позитивный внутренний диалог).

3. Демонстрация готовности: Какой финальный функциональный тест или серию тестов в условиях, максимально приближенных к игре, вы предложите провести, чтобы убедить тренера и самого спортсмена в его полной готовности к возвращению в основной состав?

Ключевые аспекты для решения: Концепция «return to sport» vs «return to play», психология спортивной травмы, применение иммерсивных технологий (VR) в реабилитации, принципы нейромышечного переобучения в условиях стресса и неопределенности.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости — оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой — систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.
2. Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.
3. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.
4. Ситуационная задача — проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы. Студентам излагается проблемная ситуация, связанная с их будущей профессиональной деятельностью и предлагается принять быстрое решение. Время решения задачи ограничено, при оценке учитывается не только правильность ответа, но и быстрота реакции, которая имеет важное значение в реальной ситуации.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1. Епифанов, В. А. Восстановительная медицина: учебник / В. А. Епифанов. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 304 с.: ил. – ISBN 978-5-9704-1949-6. – Текст: непосредственный.
2. Епифанов, В.А. Реабилитация в травматологии и ортопедии / В. А. Епифанов, А. В. Епифанов.– М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 416 с.: ил. – ISBN 978-5-9704-3445-1. – Текст: непосредственный.
3. Касаткин, М. С. Основы кинезиотейпирования: учебное пособие / М. С. Касаткин, Е. Е. Ачкасов, О. Б. Добровольский.– М.: Спорт, 2015. – 76 с.: ил. – ISBN 978-5-9906734-5-8. – Текст: непосредственный.
4. Малявин, А. Г. Реабилитация при заболеваниях органов дыхания / А. Г. Малявин, А. В. Епифанов, И. И. Глазкова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. – 352 с. – ISBN 978-5-9704-1612-9. – Текст: непосредственный. АБ-15
5. Марченко, О. К. Основы физической реабилитации : учебник / О. К. Марченко. - Киев : Олимпийская литература, 2012. - 528 с. - ISBN 978-966-7808-49-7. - Текст : непосредственный.
6. Медицинская реабилитация: учебник / Под ред. А.В.Епифанова, Е.Е. Ачкасова, В.А. Епифанова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 672 с.: ил. – ISBN 978-5-9704-3248-8. – Текст: непосредственный.
7. Медицинская реабилитация Книга I / Под ред. акад. РАМН В.М. Боголюбова. – М.: Изд-во БИНОМ, 2010. – 416 с.: ил. – ISBN 978-5-9518-0408-2. – Текст: непосредственный.
8. Медицинская реабилитация Книга III / Под ред. акад. РАМН В.М. Боголюбова. – М.: Изд-во БИНОМ, 2010. – 368 с.– ISBN 978-5-9518-0410-5.– Текст: непосредственный.
9. Медицинская реабилитация. Руководство для врачей / Под ред. В. А. Епифанова. - М. : МЕДпресс-информ, 2008. - 352 с.: ил. - ISBN 9785983224179. - Текст : непосредственный.
10. Реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы / Под ред. проф. И.Н. Макаровой. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010.– 304 с.– ISBN 978-5-9704-1622-8. – Текст: непосредственный.
11. Хуснуллина, Р. И. Комплексная реабилитация больных и инвалидов: учебное пособие / Р. И. Хуснуллина. – Набережные Челны: РИО КамГИФК, 2004. – 208 с. – Текст: непосредственный .

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Андриянова Е. Ю.	Спортивная медицина: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.2	Ильина И. В.	Медицинская реабилитация: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.3	Ильина И. В.	Медицинская реабилитация. Практикум: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.4	Андриянова Е. Ю.	Спортивная медицина: учебное пособие для спо	Москва: Юрайт, 2023
Л1.5	Ильина И. В.	Медицинская реабилитация: учебник для спо	Москва: Юрайт, 2023
Л1.6	Ильина И. В.	Медицинская реабилитация. Практикум: учебное пособие для спо	Москва: Юрайт, 2023
Л1.7	Граевская Н. Д., Долматова Т. И.	Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия: учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2018

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
--	---------------------	----------	-------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Царик А. В.	Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации	Москва: Спорт-Человек, 2018
ЛЗ.2	Калинин С. Ю., Калинина И. Н.	Профилактика спортивного травматизма: учебное пособие	Омск: СиБГУФК, 2013
ЛЗ.3	Курч Н. М.	Физические средства восстановления	Омск: СиБГУФК, 2019
ЛЗ.4	Кулиненко О. С., Гречина Н. Е., Кулененков Д. О.	Физиотерапия в практике спорта	Москва: Спорт-Человек, 2020
ЛЗ.5	Лернер В. Л., Дерябина Г. И., Савельев А. В., Терентьева О. С.	Физическая реабилитация спортсменов игровых видов при травмах верхних конечностей: учебно-методическое пособие	Тамбов: ТГУ им. Г.Р.Державина, 2020

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	Научная электронная библиотека – Режим доступа: www.eLIBRARY.ru
Э2	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» – Режим доступа: http://www.infosport.ru
Э3	Российское образование. Федеральный портал – Режим доступа: http://www.edu.ru
Э4	Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту – Режим доступа:

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус) ауд. D112
6.3.1.2	Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету. "Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	ИС.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.6	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)"
6.3.1.7	
6.3.1.8	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус) ауд. E303 (потоквая)
6.3.1.9	Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету "Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.10	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.11	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.12	ИС.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.13	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)"

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

6.3.2.1	1. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru (дата обращения 01.02.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.2	2. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 01.02.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

6.3.2.3	3. Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 08.02.2019).
6.3.2.4	4. Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма : официальный сайт. – Казань, 2013. – Текст: электронный. – URL: https://www.sportacadem.ru (дата обращения 08.02.2019).
6.3.2.5	5. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 11.02.2019). – Режим доступа для авторизированных пользователей ПГУФКСиТ.
6.3.2.6	6. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. – Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения: 08.02.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.7	7. Российская государственная библиотека https://search.rsl.ru/ru/search#vc=13.00.00&t=%D0%A7%D0%A751&col=autoref&q=13.00.04
6.3.2.8	8. Научная электронная библиотека диссертаций и авторефератов https://www.dissercat.com/search?q=%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0
6.3.2.9	9. Высшая аттестационная комиссия https://vak.minobrnauki.gov.ru/adverts_list#tab=_tab:advert~ .
6.3.2.10	10. Англоязычные научные журналы по спортивной науке https://www.sportmedicine.ru/journals_eng.php .

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус) ауд. D112
7.2	Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшийся на занятии.

Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

Методические указания для подготовки к зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме зачета.

Зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения зачета является опрос по теоретическим вопросам методом тестирования.

Цели зачета решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической

деятельности;

- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка студентов к зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету;
- подготовка к ответу на вопросы из перечня вопросов к зачету.

Подготовку к зачету целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы.

Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к зачету, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени.

Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники.

Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого студент сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Зачет проводится строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному деканатом и утвержденному проректором по учебной работе.

Зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием. Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора варианта тестирования. Обучающийся выбирает вариант теста, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и выполняет задания.

Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Преподаватель оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Академии, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории. Обучающимся, получившим на зачете неудовлетворительную оценку, решением деканата устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) зачета.

Разъяснения по работе с рейтинговой системой

Рейтинговая система представляет собой один из эффективных методов организации учебного процесса, стимулирующего заинтересованную работу студентов, что происходит за счет организации перехода к саморазвитию обучающегося и самосовершенствованию как ведущей цели обучения, за счет предоставления возможности развивать в себе самооценку. В конечном итоге это повышает объективность в оценке знаний.

При использовании данной системы весь курс по предмету, в основном, разбивается на 2 модуля. По окончании изучения каждого модуля обязательно проводится контроль знаний студента с оценкой в баллах.

Каждый модуль оценивается в 25 баллов: 20 за успеваемость, 5 – за посещаемость. Максимально за два модуля можно получить 50 баллов.

По окончании изучения курса определяется сумма набранных за весь период баллов и выставляется общая оценка.

В семестре в качестве промежуточной аттестации по данной дисциплине предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре (текущего контроля успеваемости) и промежуточной аттестации студент может получить:

- зачтено – от 51 и выше баллов;
- не зачтено – 50 и менее баллов.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям.

Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление студентам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме. Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала приведены в Методических указаниях для организации самостоятельной работы студентов.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту нужно обязательно научиться работать с книгой.

Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам – справочникам, энциклопедиям, словарям.

Эти источники – важное подспорье в самостоятельной работе студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал – составить план или конспект. Конспект, план-конспект – это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия).

Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражение новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины
**Социальная адаптация в условиях образовательной и
 профессиональной деятельности**

Закреплена за кафедрой	Кафедра адаптивной физической культуры		
Учебный план	Направление подготовки 49.04.03 Спорт Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов		
Квалификация	магистр		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	1 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	36	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:		зачеты 4	
аудиторные занятия	18		
самостоятельная работа	18		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	4			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	6	6
Практические	12	12	12	12
Итого ауд.	18	18	18	18
Контактная работа	18	18	18	18
Сам. работа	18	18	18	18
Итого	36	36	36	36

Автор (ы) программы:

к.псх.н., Доц., Сумина Наталья Евгеньевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03 2025 г. № 9

Зав. кафедрой Парфенова Л.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать у студентов комплекс знаний, умений и навыков, необходимых для успешной социальной адаптации в образовательной, профессиональной и социальной среде, а также подготовить их к эффективной деятельности с различными группами людей, в том числе с особыми потребностями.
1.2	Развить понимание механизмов и факторов социальной адаптации в контексте профессиональной деятельности;
1.3	сформировать коммуникативные умения и навыки межличностного взаимодействия;
1.4	изучить стратегии преодоления профессиональных и социальных трудностей, стрессов и конфликтов;
1.5	подготовка к созданию инклюзивной среды и работы с различными категориями клиентов, в том числе с особыми потребностями;
1.6	развитие ответственности и профессиональной этики при работе в сфере сервиса, туризма и адаптивной физической культуры.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		ФТД
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Управление персоналом в спортивных и социальных проектах	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Социальное проектирование	
2.2.2	Волонтерский сервис в туристских и спортивных комплексах	
2.2.3	Финансовый анализ спортивных и социальных проектов	
2.2.4	Самоменеджмент	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-4: Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия

:

Знать:

Основы современных коммуникативных технологий (например, видео-конференции, онлайн-чат, платформы для совместной работы).
 Основы работы с программным обеспечением и платформами, используемыми для дистанционного обучения и профессионального взаимодействия.
 Правила этикета и культурные особенности коммуникации в различных языковых и культурных средах.
 Особенности коммуникации с лицами с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), их потребности и подходы к адаптации взаимодействия.
 Основы межкультурной коммуникации и межличностных взаимодействий.

Уметь:

Использовать современные коммуникативные технологии для обмена информацией и совместной работы.
 Вести деловую и академическую коммуникацию на иностранном языке(ях) в онлайн-среде.
 Адаптировать коммуникативные подходы под особенности собеседников, включая лиц с ОВЗ.
 Использовать различные платформы для обучения, презентаций и сотрудничества.
 Обеспечивать доступность и инклюзивность коммуникации в цифровой среде.

Владеть:

Свободное использование технологий видео- и аудиосвязи на иностранном языке(ях).
 Подготовка и проведение онлайн-презентаций, дискуссий, совещаний с учетом особенностей участников.
 Адаптация коммуникационных материалов для лиц с ОВЗ (например, использование субтитров, переводчиков жестового языка, специальных интерфейсов).
 Самостоятельное освоение новых коммуникационных платформ и программ.
 Эффективное разрешение конфликтных ситуаций и поддержание позитивного взаимодействия в цифровых коммуникациях.

УК-6: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

:

Знать:

Теоретические основы самооценки и саморазвития: понятия, принципы и методы её проведения.
 Методы определения приоритетов: планирование времени, постановка целей, техники тайм-менеджмента.
 Особенности работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ): принципы инклюзивного подхода,

особенности психологического и педагогического сопровождения.

Методы анализа и рефлексии собственной деятельности.

Уметь:

Анализировать собственную деятельность: выявлять сильные и слабые стороны, определять области для улучшения.

Формировать приоритеты: правильно расставлять задачи по важности и срочности.

Планировать и корректировать деятельность: разрабатывать пошаговые планы по самоулучшению.

Работать с лицами с ОВЗ: учитывать их особенности при определении приоритетных задач и методов деятельности.

Владеть:

Самооценки и саморегуляции: выполнять регулярную самооценку, анализировать результаты, корректировать свои действия.

Коммуникации и взаимодействия: коммуникация с лицами с ОВЗ, использование инклюзивных методов.

Разработки плана развития: создание и реализация плана по самосовершенствованию.

Ведение рефлексии: ведение дневника, журналов или записей по результатам работы.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. модуль 1						
1.1	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Тема/	2	0				
1.2	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Лек/	2	4	УК-4-31 УК-6-31	Л1.1Л2.1 Л2.2		
1.3	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Ср/	2	8	УК-4-31 УК-6-31	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.4	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Тема/	2	0				
1.5	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Пр/	2	4	УК-4-У1 УК-4-В1			
1.6	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Ср/	2	8	УК-6-У1 УК-6-В1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5		
	Раздел 2. модуль 2						
2.1	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной и профессиональной деятельности /Тема/	2	0				
2.2	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной и профессиональной деятельности /Пр/	2	2	УК-4-В1 УК-4-У1			

2.3	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной и профессиональной деятельности /Ср/	2	10	УК-6-У1 УК-6-В1 УК-6-31	Л1.1Л2.1 Л2.2		
-----	--	---	----	-------------------------------	------------------	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

вопросы для контроля знаний

1. Понятие социальной адаптации.
2. Виды, этапы, механизмов социально-психологической адаптации
3. Сущность и содержание понятий «адаптация», «адаптированность», «уровни адаптированности».
4. Типы адаптивного поведения личности и их особенности для инвалидов.
5. Группы инвалидов и лиц с ОВЗ на раннем этапе адаптации.
6. Программы социально-психологической поддержки и помощи инвалидам и лицам с ОВЗ, направленные оказание содействия в оптимизации адаптационного процесса.

5.2. Темы письменных работ

темы для докладов

модуль 1

1. Адаптация и ее виды. Понятие адаптации.
2. Механизмы успешной социальной адаптации.
3. Нормы позитивного социального поведения.
4. Социальное поведение и конфликты в обществе.
5. Ролевые игры использования норм позитивного социального поведения.
6. Социальная дезадаптация: понятия, причины.

модуль 2

1. Особенности обучения лиц с ОВЗ и инвалидов (по зрению, слуху, нарушением интеллекта, ОДА).
2. Специфика обучения студентов с нарушениями зрительного и слухового анализаторов.
3. Этапы адаптации в условиях образовательной деятельности людей с ОВЗ.
4. Эмоциональный барьер студентов с ОВЗ. Снижение эмоционального барьера людей с ОВЗ.
5. Стратегии по преодолению психологических барьеров в работе.
6. Мониторинг рынка труда. Критерии выбора профессии для людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных нозологических групп.

5.3. Фонд оценочных средств

1. Что относится к понятию «адаптация» (2 ответа)?
А) занимает одно из центральных мест в биологии.
Б) это состояние психологической напряженности в процессе деятельности в сложных условиях
В) приспособление живого организма к условиям окружающей среды
Г) совокупность реакций организма человека в ответ на неблагоприятные воздействия
2. Применительно к какой науке адаптация обозначает процесс приспособления человека к условиям социальной среды?
А) Физиология Б) Социология В) Биология Г) Антропология
3. Соотнесите понятия А) __ Б) __ В) __ Г) __
А) Смысл адаптации
Б) Функция адаптации
В) Результат, итог процесса адаптации
Г) Роль социальной адаптации
- 1) принятие личностью норм и ценностей среды, будь то социальная общность, организация, институт, а также включение человека в различные формы предметной деятельности и взаимодействия, имеющиеся в этих социальных образованиях.
- 2) адаптированность
- 3) позволяет включить личность в процессы, протекающие в непосредственной социальной среде, и в то же время является одним из средств изменения личности и среды.
- 4) освоение относительно стабильных условий среды, решение повторяющихся, типичных проблем путем использования принятых способов социального поведения, действия.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности

в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.
2. Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.
3. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Зачет может проводиться в форме тестирования или в форме ответа на вопросы.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10- 15 стр.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Критерии оценивания**Критерии итогового оценивания сформированности компетенций****Форма промежуточной аттестации - зачет**

- 50% и менее - не аттестован
- 51%-65% - низкий
- 66%-84% - средний
- 85%-100% высокий

При промежуточной аттестации по дисциплине для перевода оценки из 100-балльной в 5-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

- 50% и менее /Неудовлетворительно / Не аттестован /Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
- 51% – 65% /Удовлетворительно /Низкий / Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
- 66% – 84% / Хорошо /Средний / Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
- 85% – 100% /Отлично /Высокий / Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

- 1.Апостолова, Т.М. Социальная политика Российской Федерации и правовой механизм её реализации : учебное пособие / Под общ. ред. Н.Р.Косевича. - М. : ВЛАДОС, 2008. - 478 с
- 2.Захарова, Н. А. Инвалидность: порядок признания, социальная защита и поддержка [Текст] / Н. А. Захарова, О. В. Шашкова. - Ростов н/Д : Феникс, 2015. - 189 с.
- 3.Тавокин, Е.П. Социальная политика [Текст] : учебное пособие / Е. П. Тавокин. - М. : ИНФРА-М, 2015. - 157
- 4.Сидоров, В.Е. Право социального обеспечения Российской Федерации [Текст] : учебное пособие / В. Е. Сидоров . - М : РИОР: ИНФРА-М, 2012. - 299 с. -

6.2. Дополнительная литература

- 1.Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований [Текст] : монография / В. П. Губа, В. В. Маринич. - М. : Спорт, 2016. - 232 с.: ил.
- 2.Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] : учебник / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М : Академия, 2013 – 288 с.
- 3.Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры / В.Г. Никитушкин. – М.: Советский спорт, 2013. – 280 с.
4. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник для вузов / В.Г. Никитушкин [Электронный ресурс]. – М.: М.: Советский спорт, 2013. – 280 с. – Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/10846/page3/>
5. Попов, Г. И. Научно-методическая деятельность в спорте [Текст] : учебник / Г. И. Попов. - М. : ИЦ "Академия", 2015. - 192 с.
6. Спортсмен в междисциплинарном исследовании [Текст] : монография / Под ред. М.П. Шестакова. - М. : ТВТ Дивизион, 2009. - 384 с.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Котлярова Л. Д., Попова И. В.	Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний: практикум для аудиторной и самостоятельной работы для студентов, обучающихся по всем направлениям подготовки (специальностям) очной и заочной форм обучения	пос. Каравеево: КГСХА, 2018

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Данковцев О. А.	Социальные технологии работы с несовершеннолетними с девиантным поведением и их семьями: учебное пособие	Липецк: Липецкий ГПУ, 2021

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.2	Ватыль В. Н.	Суверенитет – безопасность – интеграция как константы устойчивого государственного развития: международный опыт и национальные реалии. К 30-летию Института Президентства Республики Беларусь. Белорусская политология: многообразие в единстве: материалы X междунар. науч.-практ. конф. (Гродно, 31 мая – 1 июня 2024 г.). В 2 ч. Ч. 1	Гродно: ГрГУ им. Янки Купалы, 2024

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	eLibrary.Ru : научная электронная библиотека
Э2	Лань : электронно-библиотечная система
Э3	Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма
Э4	Юрайт : Электронно-библиотечная система
Э5	СТАТИСТИКА.ру: данные Росстат, Госкомстат государственная статистика России Госкомстат, Росстат и государственные службы статистики РФ

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.3	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.4	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.5	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.6	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Изучение теоретической части дисциплин призвано не только углубить и закрепить знания, полученные на аудиторных занятиях, но и способствовать

развитию у студентов творческих навыков, инициативы и организовать свое время.

Самостоятельная работа при изучении дисциплин включает:

-чтение студентами рекомендованной литературы и усвоение теоретического материала дисциплины;

-знакомство с Интернет-источниками;

-подготовку к различным формам контроля (тесты, контрольные работы);

-подготовку и написание рефератов;

-выполнение контрольных работ;

-подготовку ответов на вопросы по различным темам дисциплины в той последовательности, в какой они представлены.

Планирование времени, необходимого на изучение дисциплин, студентам лучше всего осуществлять весь семестр, предусматривая при этом регулярное повторение материала.

Материал, законспектированный на лекциях, необходимо регулярно прорабатывать и дополнять сведениями из других источников литературы, представленных не только в программе дисциплины, но и в периодических изданиях.

При изучении дисциплины сначала необходимо по каждой теме прочитать рекомендованную литературу и составить краткий конспект основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими

в этой теме для освоения последующих тем курса. Для расширения знания по дисциплине рекомендуется использовать Интернет-ресурсы; проводить поиски в различных системах и использовать материалы сайтов, рекомендованных преподавателем.

При подготовке к контрольной работе необходимо прочитать соответствующие страницы основного учебника. Желательно также чтение дополнительной литературы. При написании контрольной работы ответ следует иллюстрировать схемами.

При выполнении самостоятельной работы по написанию реферата студенту необходимо: прочитать теоретический материал в рекомендованной литературе, периодических изданиях, на Интернет-сайтах; творчески переработать изученный материал и представить его для отчета в форме реферата, проиллюстрировав схемами, диаграммами, фотографиями и рисунками. Тексты контрольных работ и рефератов должны быть изложены внятно, простым и ясным языком.

При ответе на экзамене необходимо: продумать и четко изложить материал; дать определение основных понятий; дать краткое описание явлений; привести примеры. Ответ следует иллюстрировать схемами, рисунками и графиками.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В процессе самостоятельной работы обучающийся приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Обучающиеся самостоятельно определяют режим своей внеаудиторной работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине/МДК, выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от собственной подготовки, бюджета времени и других условий.

Ежедневно обучающийся должен уделять выполнению внеаудиторной самостоятельной работы в среднем не менее 3 часов.

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы обучающийся имеет право обращаться к преподавателю за консультацией с целью уточнения задания, правил оформления документов, формы контроля выполненного задания.

При выполнении самостоятельной работы необходимо:

- освоить вопросы, выносимые на самостоятельную работу и предложенные преподавателем в соответствии с программой по данной дисциплине/МДК;

- планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;

- самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой по дисциплине или МДК;

- выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

Выполняя самостоятельную работу обучающийся может:

- предлагать дополнительные темы и вопросы для самостоятельного изучения;

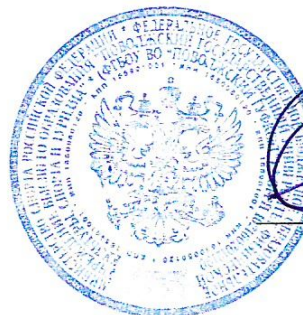
- в рамках общего графика выполнения самостоятельной работы предлагать обоснованный индивидуальный график выполнения и отчетности по ее результатам;

- предлагать свои варианты организационных форм самостоятельной работы;

- использовать для самостоятельной работы учебные и методические пособия, учебные пособия, другие разработки и ресурсы интернет сверх предложенного преподавателем перечня;

- использовать контроль и самоконтроль результатов самостоятельной работы в соответствии с методами, предложенными преподавателем или выбранными самостоятельно.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ
 А.В. Павлова

29 мая 2025 г.

Рабочая программа дисциплины **Средства и методы совершенствования двигательных качеств**

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт
 Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 4

аудиторные занятия

22

самостоятельная работа

50

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	4			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	6	6	6	6
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	22	22	22	22
Контактная работа	22	22	22	22
Сам. работа	50	50	50	50
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.б.н., Доц., Назаренко Андрей Сергеевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать способность управлять процессом подготовки и соревновательной деятельностью квалифицированных спортсменов путем критического анализа и самостоятельного определения приоритетов в подборе, применении и совершенствовании современных средств и методов развития двигательных качеств на основе непрерывной оценки эффективности тренировочного процесса
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Оценка эффективности тренировочного и восстановительного процессов спортсмена	
2.1.2	Физиологические механизмы адаптации в функциональной подготовке спортсмена	
2.1.3	Функциональная диагностика спортивных возможностей организма	
2.1.4	Генетические аспекты спортивного отбора	
2.1.5	Основы спортивной нутрициологии	
2.1.6	Биохимические аспекты в функциональной подготовке спортсмена	
2.1.7	Статистический анализ экспериментальных исследований в спорте	
2.1.8	Актуальные проблемы в системе научных знаний о спорте	
2.1.9	Технология научных исследований в спорте высших достижений	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-6.: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

УК-6..1:Разрабатывает стратегию личностного и профессионального развития на основе соотнесения собственных целей и возможностей с развитием избранной сферы профессиональной деятельности

Знать:

Актуальные тенденции развития избранной сферы профессиональной деятельности и требования к квалификации специалистов высокого класса.

Уметь:

Соотносить собственные карьерные цели и результаты научного исследования с перспективными направлениями развития сферы спорта высших достижений.

Владеть:

Навыками презентации результатов законченного исследования как аргументированной стратегии собственного профессионального роста

УК-6..2:Реализует и корректирует стратегию личностного и профессионального развития

Знать:

Методологические принципы и требования к оформлению результатов научного исследования в сфере функциональной подготовки спортсменов.

Уметь:

Корректировать содержание в соответствии с рекомендациями научного руководителя и рецензентов для повышения её качества.

Владеть:

Методологические принципы и требования к оформлению результатов научного исследования в сфере функциональной подготовки спортсменов.

УК-6..3:Оценивает результаты реализации стратегии личностного и профессионального развития на основе анализа (рефлексии) своей деятельности и внешних суждений

Знать:

Методологические подходы к оценке эффективности реализованной стратегии профессионального становления в сфере спортивной подготовки.

Уметь:

Критически анализировать соответствие полученных в ходе исследования результатов первоначальным целям личностного и профессионального развития.

Владеть:

Навыками аргументированной рефлексии собственной исследовательской деятельности при взаимодействии с членами экзаменационной комиссии

ПК-3: Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов

ПК-3.1:Ставит задачи на этап спортивного соревнования

Знать: Методологию планирования и научно-методического обоснования задач на различных этапах соревновательного периода.
Уметь: Разрабатывать и аргументированно ставить оперативные и перспективные задачи, опираясь на анализ соревновательной деятельности.
Владеть: Навыками проектирования системы контроля и коррекции тренировочного процесса для достижения запланированных соревновательных целей

ПК-3.2:Разрабатывает и оперативно корректирует индивидуальные, командные и групповые тактические системы, схемы и варианты при участии в соревнованиях

Знать: Принципы построения и вариативности тактических схем в зависимости от условий соревновательной деятельности и уровня подготовленности спортсменов.
Уметь: Анализировать соревновательную ситуацию для оперативной разработки и корректировки индивидуальных и командных тактических действий.
Владеть: Навыками моделирования и адаптации групповых тактических систем в процессе подготовки к защите выпускной квалификационной работы

ПК-3.3:Составляет отчетную документацию по управлению соревновательной деятельностью и организации контроля соревновательной деятельности сборной команды

Знать: Нормативные требования и структуру отчетной документации, регламентирующей управление и контроль соревновательной деятельности сборной команды.
Уметь: Анализировать показатели соревновательной деятельности и оформлять их в виде отчетов для обоснования управленческих решений.
Владеть: Методикой составления итоговых отчетов по результатам контроля соревновательной деятельности сборной команды

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Модуль 1						
1.1	Двигательные качества и их развитие /Тема/	4	0				
1.2	Сила и скорость: средства и методы совершенствования /Лек/	4	2	УК-6..1-31 УК-6..1-У1	Л1.7 Л1.14 Э1 Э2 Э15		
1.3	Средства силовой подготовки /Пр/	4	2	УК-6..2-У1 УК-6..2-31	Л1.12 Л1.14 Э2 Э3		
1.4	Методы силовой подготовки /Пр/	4	2	УК-6..3-31	Л1.14 Э3 Э4 Э14		
1.5	Средства скоростной подготовки /Пр/	4	2	ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.2 Л1.3 Л1.7 Л1.13 Э4 Э5		
1.6	Основы методики повышения скоростных способностей /Пр/	4	2	ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1	Л1.3 Л1.7 Э5 Э6 Э13		
	Раздел 2. Модуль 2						
2.1	Средства и методы совершенствования двигательных качеств /Тема/	4	0				
2.2	Средства и методы совершенствования выносливости /Лек/	4	2	ПК-3.2-31	Л1.2 Л1.3 Э6 Э7 Э16		
2.3	Средства и методы совершенствования гибкости и координации /Лек/	4	2	ПК-3.3-У1	Л1.9 Э7 Э8		

2.4	Сочетание в тренировочном процессе методов и средств развития выносливости /Пр/	4	2	ПК-3.2-З1	Л1.10 Л1.13 Л1.16 Э8 Э9		
2.5	Тестирование выносливости и возможностей систем энергообеспечения /Пр/	4	2	ПК-3.1-У1	Л1.10 Л1.11 Л1.13 Л1.16 Э9 Э10		
2.6	Совмещение развития гибкости и силы /Пр/	4	2	ПК-3.3-З1	Л1.15 Л1.16 Э10 Э11		
2.7	Тестирование ловкости и координации /Пр/	4	2	ПК-3.2-У1	Л1.9 Э11 Э12		
2.8	/Ср/	4	50	УК-6..1-З1 УК-6..1-У1 УК-6..2-У1 УК-6..1-В1 УК-6..2-З1 УК-6..2-В1 УК-6..3-З1 УК-6..3-У1 УК-6..3-В1 ПК-3.1-З1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-З1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-З1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.15 Л1.16 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для проведения промежуточной аттестации

1. Энергетические затраты организма. Факторы, определяющие величину суточных энергозатрат человека. Методы измерения энергетических затрат.
2. Понятие об основном обмене веществ. Условия, влияющие на энергозатраты организма. Нормирование энергетической ценности суточного рациона в зависимости от пола, возраста, вида спортивной деятельности и других факторов.
3. Рациональное питание и основные физиологические требования к его организации. Принцип сбалансированности питания. Требования к режиму питания и их обоснование.
4. Белки и их роль в питании. Биологическая ценность белков различных продуктов. Принципы нормирования белков в питании. Потребность в белках для спортсменов различных видов спорта.
5. Жиры и их роль в питании. Принципы нормирования жиров в рационе. Потребность в жирах для спортсменов различных видов спорта.
6. Углеводы и их роль в питании. Принципы нормирования углеводов в питании, потребность в углеводах для спортсменов различных видов спорта.
7. Значение минеральных веществ в питании. Характеристика различных макроэлементов (фосфор, магний, кальций, натрий, калий, железо) и микроэлементов для организма (марганец, медь, цинк, кобальт, фтор, иод и др.).
8. Роль воды в жизнедеятельности организма. Потребность человека в воде. Особенности питьевого режима в спорте.
9. Значение витаминов в питании. Физиологическая характеристика водорастворимых и жирорастворимых витаминов.
10. Аминокислотные смеси – ВСАА, аргинин, L- карнитин, глютамин.
11. Протеин, разновидности и функции. Роль протеина в питании для спортсменов.
12. Креатин, разновидности и функции. Роль креатина в тренировочной деятельности для спортсменов.
13. Гейнер и его роль для спортсменов.
14. Вербатывание, его длительность при выполнении упражнений различного характера. Физиологические закономерности и механизмы вербатывания.
15. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Основные изменения в организме при этих состояниях.
16. Устойчивое состояние, его разновидности при циклических упражнениях разной мощности. Особенности устойчивого состояния при повторных упражнениях и в ситуационных видах спорта. Причины нарушения устойчивого состояния.
17. Утомление при мышечной работе. Особенности утомления в упражнениях различной мощности и при различных видах физических упражнений.
18. Теории утомления. Центральные и периферические механизмы утомления. Особенности проявления утомления в Вашем виде спорта.

19. Компенсированное (скрытое) и некомпенсированное (явное) утомление. Хроническое утомление, переутомление и перетренированность.
20. Восстановительные процессы при выполнении и после мышечной работы и их общая характеристика. Фазы восстановления.
21. Физиологические закономерности восстановительных процессов (неравномерность, гетерохронность, зависимость от мощности работы, конструктивный характер). Суперкомпенсация как основа повышения функциональных возможностей организма.
22. Возрастные особенности развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

Практические работы

Сравнительная характеристика циклических, силовых и статических упражнений

Реакции сердечно-сосудистой и дыхательной систем и обеспечение организма кислородом при циклических упражнениях максимальной мощности

Реакции сердечно-сосудистой и дыхательной систем и обеспечение организма кислородом при циклических упражнениях субмаксимальной мощности

Показатели тренированности в состоянии относительного мышечного покоя у спортсменов различных специализаций

Показатели тренированности при стандартной

физической нагрузке у спортсменов различных специализаций

Определение физической работоспособности по тесту PWC170, Гарвардскому степ-тесту и максимального потребления кислорода

Тестовые задания

1. Что означает фаза сверхвосстановления после мышечной работы?

- а) снижение работоспособности;
- б) восстановление исходной работоспособности;
- в) превышение исходной работоспособности;
- г) повышение тренированности;

2. Что означает неравномерность восстановительных процессов?

- а) ускорение восстановительных процессов в поздние фазы восстановления;
 - б) высокая интенсивность восстановительных процессов в начале восстановительного периода и снижение в последующем;
 - в) чередование периодов высокой и низкой интенсивности восстановительных процессов;
 - г) неодновременное протекание восстановительных процессов в разных органах и системах;
3. Какова длительность алактатной фазы кислородного долга?

- а) 10-15 мин
- б) 30-40 мин
- в) 1,5-2 мин
- г) 20-30 сек

4. Как влияет высокая интенсивность выполненной работы на восстановительные процессы?

- а) ускоряет их;
- б) замедляет их;
- в) не влияет на них;
- г) может ускорить, может и замедлить;

5. Что происходит в медленную (лактацидную) фазу восстановления?

- а) восстанавливается содержание кислорода;
- б) восстанавливаются запасы кислорода;
- в) происходит утилизация лактата в крови и мышцах;
- г) усиливается работа сердца;

6. Что означает термин функциональные резервы?

- а – максимально возможное усиление функции органа или системы по сравнению с уровнем покоя при действии экстремальных раздражителей
- б – максимально возможное усиление функции органа или системы по сравнению с существующей нормой для здорового человека
- в – как долго данный орган или система способны поддерживать средний уровень функционирования
- г – как долго данный орган или система способны поддерживать максимальный уровень функционирования

7. Что лежит в основе классификации циклических упражнений по Фарфелю?

- а – относительная мощность и длительность упражнения
- б – вид локомоции (передвижения)
- в – и то, и другое
- г – ни то, ни другое

8. В какой зоне относительной мощности циклических упражнений набирается наибольший кислородный долг?

- а – максимальной мощности
- б – субмаксимальной мощности
- в – большой мощности
- г – умеренной мощности

9. Что из нижеприведенных изменений, возникающих при мышечной работе, относится к вегетативным компонентам двигательного навыка?

- а – вегетативные изменения, возникающие при выполнении любой мышечной работы
- б – вегетативные изменения, возникающие при выполнении лишь определенных упражнений и движений
- в – вегетативные изменения, общие для всех ситуационных упражнений
- г – вегетативные изменения, общие для всех ациклических упражнений

10. Программирование в каком из приведенных упражнений является наиболее трудным?

- а – штрафные удары и броски в спортивных играх
- б – легкоатлетический бег
- в – выполнение технических приемов в ходе игры у хоккеиста
- г – выполнение гимнастом сложной комбинации на перекладине

11. Что называется силовым дефицитом?

- а – разница между абсолютной и относительной силой мышц
- б – слабое развитие качества силы
- в – разница между максимальной силой и максимальной произвольной силой мышц
- г – сила, отнесенная к площади поперечного сечения мышцы

12. В основе какой из элементарных форм проявления быстроты лежит подвижность нервных процессов?

- а – быстроты одиночного сокращения мышц
- б – быстроты смены циклов движений (частота движений)
- в – быстроты простой реакции (на ожидаемый сигнал)
- г – быстроты сложной реакции (на один из многих возможных сигналов)

13. В основе какого вида выносливости лежат быстрые гликолитические мышечные волокна?

- а – анаэробной выносливости
- б – аэробной выносливости
- в – статической выносливости
- г – всех видов динамической выносливости

14. Что означает «гипокинезия»?

- а – недостаточное питание
- б – чрезмерная двигательная активность
- в – недостаточное физическое развитие
- г – недостаточная двигательная активность

15. Как влияет гипокинезия на растущий организм?

- а – задерживает развитие органов и систем организма
- б – вызывает акселерацию
- в – стимулирует обмен веществ и энергии – повышает умственную работоспособность

16. Какой из этих физиологических показателей отражает способность организма преодолевать кислородную недостаточность?

- а – сила дыхательных мышц
- б – длительности задержки дыхания
- в – жизненная емкость легких
- г – величина МПК

17. Какой ведущий фактор утомления при работе умеренной мощности?

- а – отравление мышц образующимися при мышечной работе ядами
- б – истощение фосфагенов в мышцах
- в – накопление кислородного долга
- г – истощение углеводных запасов в мышцах и печени

18. В каком состоянии организма при мышечной работе наблюдаются наибольшие вегетативные сдвиги?

- а – при вработывании
- б – в устойчивом состоянии
- в – при «втором дыхании»
- г – при «мертвой точке»

19. Какие из приведенных ниже признаков тренированности можно выявить в условиях покоя спортсмена?

- а – повышение максимальных функциональных возможностей сердца
- б – экономичность деятельности органов и систем
- в – снижение тонуса мышц
- г – повышение уровня МПК

20. В каком случае возникают тренировочные эффекты?

- а – при систематическом выполнении любых физических нагрузок
- б – при систематическом выполнении максимальных нагрузок
- в – при систематическом выполнении нагрузок, достигающих или превышающих индивидуальную пороговую величину
- г – при систематическом выполнении нагрузок постоянной величины

21. На чем основаны принципы повторности и систематичности тренировок?

- а – на принципе пороговых нагрузок
- б – на принципе специфичности тренировочных эффектов
- в – на обратимости тренировочных эффектов
- г – на принципе индивидуализации тренировочных нагрузок

22. Какие из этих изменений происходят при высокой температуре и влажности воздуха?

- а – ухудшается испарение пота

- б – ощущается недостаток кислорода
 в – уменьшается объем циркулирующей крови
 г – снижается сократимость мышц

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Ведущие физические качества, определяющие работоспособность в Вашем виде спорта. Физиологические методы их оценки.

Гипертрофия мышц, виды гипертрофии. Влияние различных видов рабочей гипертрофии мышц на развитие силы и выносливости мышц.

Механизмы внутримышечной и межмышечной координации в регуляции мышечного напряжения.

Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила. Физиологические механизмы регуляции мышечного напряжения. Силовой дефицит.

Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими упражнениями.

Физиологические механизмы развития скорости (быстроты) движений. Элементарные формы проявления быстроты (одиночных движений, двигательной реакции, смены циклов движений).

Физиологические факторы, определяющие развитие скоростно-силовых качеств. Особенности проявления скоростно-силовых качеств в Вашем виде спорта.

Скоростно-силовые упражнения. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростно-силовые характеристики движений.

Выносливость. Специфичность выносливости. Виды выносливости: статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной динамической работе.

Генетические и тренируемые факторы выносливости.

Изменение ЧСС при динамической и статической мышечной работе. Контроль интенсивности аэробных нагрузок по ЧСС.

Частота сердечных сокращений как критерий тяжести мышечной работы.

Максимальная анаэробная мощность и максимальная анаэробная емкость – основа анаэробной выносливости.

Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций.

Порог анаэробного обмена (ПАНО) и использование его в тренировочном процессе.

Композиция мышц и аэробная выносливость.

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

1. Ведущие физические качества, определяющие работоспособность в Вашем виде спорта. Физиологические методы их оценки.
2. Гипертрофия мышц, виды гипертрофии. Влияние различных видов рабочей гипертрофии мышц на развитие силы и выносливости мышц.
3. Механизмы внутримышечной и межмышечной координации в регуляции мышечного напряжения.
4. Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила. Физиологические механизмы регуляции мышечного напряжения. Силовой дефицит.
5. Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими упражнениями.
6. Физиологические механизмы развития скорости (быстроты) движений. Элементарные формы проявления быстроты (одиночных движений, двигательной реакции, смены циклов движений).
7. Физиологические факторы, определяющие развитие скоростно-силовых качеств. Особенности проявления скоростно-силовых качеств в Вашем виде спорта.
8. Скоростно-силовые упражнения. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростно-силовые характеристики движений.
9. Выносливость. Специфичность выносливости. Виды выносливости: статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной динамической работе.
10. Генетические и тренируемые факторы выносливости.
11. Изменение ЧСС при динамической и статической мышечной работе. Контроль интенсивности аэробных нагрузок по ЧСС. Частота сердечных сокращений как критерий тяжести мышечной работы.
12. Максимальная анаэробная мощность и максимальная анаэробная емкость – основа анаэробной выносливости.
13. Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций.
14. Порог анаэробного обмена (ПАНО) и использование его в тренировочном процессе.
15. Композиция мышц и аэробная выносливость.
16. Ловкость как проявление координационных способностей нервной системы. Показатели ловкости. Значение сенсорных систем, основной и дополнительной информации о движениях на проявление ловкости. Способность к расслаблению мышц, ее влияние на координацию движений.
17. Понятие о гибкости. Факторы, лимитирующие гибкость. Активная и пассивная гибкость. Влияние разминки, утомления, температуры окружающей среды на гибкость.
18. Общие представления о влиянии генетических факторов на развитие двигательных качеств. Влияние наследственности на изменчивость двигательных качеств: скоростных и силовых качеств, координационной способности и выносливости.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Практические работы

Вопросы для проведения промежуточной аттестации
 Тестовые задания
 Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)
 Типовые задания для проведения текущего контроля

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы Код контроли-руемой компетенции Оценочное средство Уровни сформированности компетенции

МОДУЛЬ 1

Двигательные качества и их развитие.

Сила и методика ее развития Виды силовых качеств. Виды силовых качеств. Факторы, определяющие уровень силы.

Проявление силовых качеств в спорте. Средства силовой подготовки. Тренировка на нестабильных поверхностях. Методы силовой подготовки. Сравнительная эффективность методов силовой подготовки. Сочетание средств и методов силовой подготовки

Скоростные способности и методика их развития. Виды скоростных способностей. Факторы, определяющие уровень скоростных способностей. Проявление скоростных качеств в разных видах спорта. Комплексные виды скоростных способностей. Средства скоростной подготовки. Основы методики повышения скоростных способностей. Компоненты нагрузки в процессе скоростной подготовки. Скоростная подготовка на разных этапах возрастного развития и многолетнего совершенствования. Стимуляция работоспособности в скоростной подготовке Тестирование скоростных способностей

УК-6

ПК-3 тестовые задания

ситуационные задачи

практическая работа не аттестован

низкий

средний

высокий

4 и менее

5– 6

7 – 8

9 – 10

макс: 20

МОДУЛЬ 2

Выносливость и методика ее развития. Виды выносливости. Развитие общей выносливости. Развитие специальной выносливости. Повышение мощности и емкости алактатной анаэробной системы энергообеспечения. Повышение мощности, емкости и вработываемости анаэробной лактатной системы энергообеспечения. Повышение возможностей аэробной системы энергообеспечения. Сочетание в тренировочном процессе методов и средств развития выносливости. Особенности развития выносливости у юных спортсменов. Среднегорье, высокогорье и искусственная гипоксия при развитии выносливости Тестирование выносливости и возможностей систем энергообеспечения.

Гибкость и методика ее развития. Виды и значение гибкости. Факторы, определяющие уровень гибкости

Амплитуда движений при развитии гибкости. Средства и методы развития гибкости. Метод статического растягивания.

Метод динамического растягивания. Баллистический метод. Плиометрический метод. Совмещение развития гибкости и силы

Ловкость, координация и методика их развития Ловкость и координация: определение понятий и общая характеристика.

Основные факторы, определяющие ловкость и координацию. Координационные способности и их виды. Общие положения методики и основные средства повышения ловкости и координационных способностей. Тестирование ловкости и координации УК-6

ПК-3 тестовые задания

практическая работа

доклад с презентацией на заданную тему не аттестован

низкий

средний

высокий

4 и менее

5– 6

7 – 8

9 – 10

макс: 20

ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 40

За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу: 10

ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 50

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**6.1. Рекомендуемая литература**

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539407> (дата обращения: 13.11.2024).
2. Боген, М. М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям: теория и методика / М. М. Боген. — М.: Книжный дом "Либроком", 2014. — 230 с. — ISBN 978-5-397-04307-6. — Текст: непосредственный.
3. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. - 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 224 с. — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст: непосредственный.
4. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография / В. Н. Платонов. — М.: Спорт, 2019. — 656 с.: ил. — ISBN 978-5-9500183-3-6. — Текст: непосредственный
5. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсмена: монография / В. Н. Платонов. — Москва: Спорт-Человек, 2019. — 656 с. — ISBN 978-5-9500183-3-6. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/114613> (дата обращения: 15.02.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Полиевский, С. А. Стимуляция двигательной активности: монография / С. А. Полиевский. — М.: Физическая культура, 2006. — 256 с. — ISBN 5-9746-0031-2. — Текст: непосредственный.
7. Фонарев, Д. В. Практика применения комплексного педагогического контроля в процессе спортивно ориентированного физического воспитания школьников : монография / Д. В. Фонарев. — Казань : "Печать—сервис XXI век", 2017. — 162 с. — Текст : непосредственный.
8. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — М. : ИЦ "Академия", 2018. — 496 с. — ISBN 978-5-4468-7256-5 :— Текст : непосредственный.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Виноградов Г. П., Виноградов И. Г.	Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки. Учебник	Москва: Спорт-Человек, 2017
ЛП.2	Никитушкин В. Г., Суслов Ф. П.	Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2017
ЛП.3	Бабушкин Г. Д.	Предсоревновательная подготовка спортсменов высокой квалификации: учебное пособие	Омск: СибГУФК, 2017
ЛП.4	Калинин С. Ю., Калинина И. Н.	Профилактика спортивного травматизма: учебное пособие	Омск: СибГУФК, 2013
ЛП.5	Калинина И. Н., Блинов В. А.	Ориентация и отбор в спортивных играх: на примере футбола	Омск: СибГУФК, 2016
ЛП.6	Корягина Ю. В., Блинов В. А., Нопин С. В.	Научно-методическое обеспечение сборных команд в спортивных играх: учебное пособие	Омск: СибГУФК, 2016
ЛП.7	Лысаковский И. Т.	Совершенствование методологии и методик скоростно-силовой подготовки спортсменов на базе IT-технологий: монография	Омск: СибГУФК, 2015
ЛП.8	Бубка С. Н., Булатова М. М., Есентаев Т. К., Коваленко Н. П., Павленко Ю. А., Платонов В. Н., Томашевский В. В.	Менеджмент подготовки спортсменов к Олимпийским играм	Москва: Спорт-Человек, 2019
ЛП.9	Дрепелев Р. А., Дрепелева О. П., Кудрякова И. В.	Общая физическая подготовка: Методики развития координационных способностей. Общие положения: методические рекомендации для студентов 1-3 курса, обучающихся на всех специальностях и направлениях подготовки очной формы обучения	пос. Каравaeво: КГСХА, 2019
ЛП.10	Курч Н. М.	Физические средства восстановления	Омск: СибГУФК, 2019
ЛП.11	Апариева Т. Г.	Методические рекомендации по проведению тестирования и оценке физической подготовленности гребцов на байдарках и каноэ на различных этапах спортивного совершенствования: учебно-методическое пособие	Волгоград: ВГАФК, 2017
ЛП.12	Бондарчук А. П.	Основы силовой подготовки в спорте	Москва: Спорт-Человек, 2019

ЛП.13		Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений: материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции (24–25 ноября 2021 г.)	Омск: СибГУФК, 2022
ЛП.14	Ишкина О. А., Аксенов Д. А., Башмак А. Ф.	Элективные курсы по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка. Развитие силовых качеств: методические указания	Самара: СамГАУ, 2025
ЛП.15	Лосев А. В.	Повышение спортивного мастерства: учебно-методическое пособие	Сургут: СурГУ, 2024
ЛП.16	Снигирев А. С.	Спортивная работоспособность: способы оценки и развития: учебное пособие	Сургут: СурГУ, 2025

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы	
Э1	Meduniver – физиология человека: сайт. – URL: http://meduniver.com/Medical/Physiology/ (дата обращения 10.05.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
Э2	Вестник НГУ (серия «Биология, клиническая медицина»): сайт. – URL: http://medf.nsu.ru (дата обращения 10.05.2023). – Режим доступа свободный. – Текст: электронный.
Э3	Виноградов, Г. П. Двигательная рекреация: теория : учебное пособие / Г. П. Виноградов, Е. А. Ивченко, Е. В. Ивченко. - СПб. : [б. и.], 2016. - 125 с. - (Электронная библиотека университета им. П.Ф. Лесгафта). - Текст : электронный.//Электронный каталог библиотеки ПГУФКСиТ. – URL: https://lib.sportacadem.ru . – Режим доступа: для авториз. пользователей
Э4	Виртуальный атлас. Строение человека: сайт. – URL: http://www.e-anatomy.ru/ (Дата обращения 10.05.2023). – Режим доступа свободный. – Текст: электронный.
Э5	Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514804 (дата обращения: 28.05.2023).
Э6	Спортивная медицина и наука: информационный интернет–портал. – URL: http://www.sportmedicine.ru (дата обращения 17.05.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
Э7	Физиология человека: сайт. – URL: http://human-physiology.ru/ (дата обращения 17.05.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
Э8	Двигательная рекреация: практика : учебное пособие / Г. П. Виноградов, Е. А. Ивченко, Е. В. Ивченко, И. Г. Виноградов. - СПб. : [б. и.], 2015. - 146 с. - (Электронная библиотека университета им. П.Ф. Лесгафта). - Текст : электронный.//Электронный каталог библиотеки ПГУФКСиТ. – URL: https://lib.sportacadem.ru . – Режим доступа: для авториз. пользователей.
Э9	eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – URL: https://elibrary.ru (дата обращения 01.05.2023). – Режим доступа: для зарегистр. пользователей. – Текст : электронный.
Э10	Единое окно доступа к образовательным ресурсам : сайт. – Москва, 2005 . – URL: http://window.edu.ru (дата обращения: 08.05.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
Э11	Научный журнал – «Теория и практика физической культуры»: сайт. – URL: http://www.teoriya.ru . (дата обращения 08.05.2023). – Режим доступа: для подписчиков электронной версии. – Текст: электронный.
Э12	Научный журнал – Асимметрия: сайт. – URL : http://www.j-asymmetry.com (дата обращения 05.05.2023). – Режим доступа для свободный. – Текст: электронный.
Э13	Научный журнал – Кардиология: сайт. – URL: http://lib.ossn.ru (дата обращения 08.05.2023). – Режим доступа с ресурса. – URL: https://elibrary.ru . – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
Э14	Сообщество студентов Кировской ГМА: сайт. – URL: http://vmde.org/index.php?board=1.0 (дата обращения 03.05.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
Э15	Физиология человека для студентов: сайт. – URL: http://doctor-v.ru/med/ (дата обращения 03.05.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный
Э16	Физиология человека и животных: сайт. – URL: http://edu.grsu.by/physiology/ (дата обращения 08.05.2023). Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	D103 (учебная лаборатория):
7.3	☐ Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.),
7.4	☐ ЖК телевизор LG 55LM620T,
7.5	☐ акустическая система Sven,
7.6	☐ доступ к Интернету

7.7	☐ Электрокардиограф
7.8	☐ Стабилан – 01-2, с каналом ритмограммы – пульса; каналом внешнего дыхания; каналами интегральных миограмм.
7.9	☐ НС-Психотест (полная комплектация).
7.10	☐ Электромиограф «Синапсис» (стандартная конфигурация)
7.11	☐ Эргометрическая система (Велоэргометр) E-Bike
7.12	☐ PowerLab: Система обучения физиологии верхнего уровня РТВ 4263, ADInstruments Ltd.
7.13	☐ Набор для физиологических исследований человека при тренировках РТК 14, ADInstruments Ltd
7.14	☐ Набор для упражнения дыхания при физиологических исследованиях человека РТК 20, ADInstruments Ltd
7.15	☐ Спирометр ССП сухой портативный (Россия)
7.16	☐ Анализатор зрения ПНР-03 (Россия)
7.17	☐ Динамометр кистевой ДК-140 (Россия)
7.18	☐ Динамометр становой ДС-500 (Россия)
7.19	☐ Калипер КЭЦ-100-1-И-Д (Россия)
7.20	☐ Молоток неврологический (Россия)
7.21	☐ Ростомер РМ со стульчиком (Россия)
7.22	☐ Аудиометр АА-02 автоматизированный поликлинический (Россия)
7.23	☐ Анемометр ручной электронный АРЕ
7.24	☐ Барометр М-67
7.25	☐ Велотренажер электромагнитный Winner/Oxygen CARDIO CONCEPT IV HRC+
7.26	☐ Кресло вращающееся для проверки вестибулярного аппарата КВ-1
7.27	☐ Кушетка мед.массажная КММ-01-"МСК".
7.28	☐ Люксометр Testo-540 лабораторный
7.29	☐ Монитор Polar F7
7.30	☐ Монитор анестезиолога-реаниматолога МАРГ 10-01 "Микролюкс" К.12
7.31	☐ Монитор сердечного ритма POLAR RS300X orange 25.Монитор сердечного ритма POLAR RCX5 red
7.32	☐ Монитор сердечного ритма со встроенным GPS приемником POLAR RC3 GPS HR red
7.33	☐ Шумомер Testo- 816-1 (с чехлом) (Китай)
7.34	☐ Электромиограф Синапсис (стандарт) (Россия)
7.35	☐ Электроэнцефалограф-полианализатор Conan-egg 28 в комплекте
7.36	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.

2. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимися знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине или содержательному модулю.

Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний,

приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.
Зачет может проводиться в форме тестирования или в форме ответа на вопросы экзаменационного билета. Каждый билет включает 2 теоретических вопроса

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

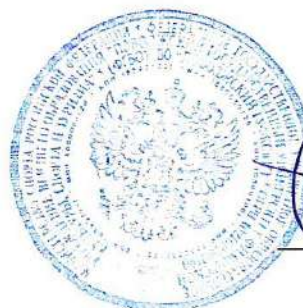
Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ

 А.В. Павлова
 29.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины **Статистический анализ экспериментальных исследований в спорте**

Закреплена за кафедрой

Кафедра информационных систем и фиджитал спорта

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт
 Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 3

аудиторные занятия

22

самостоятельная работа

50

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
Неделя	13 5/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	6	6
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	22	22	22	22
Контактная работа	22	22	22	22
Сам. работа	50	50	50	50
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.псх.н., Доц., Сумина Наталья Евгеньевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03 2025 г. № 9

Зав. кафедрой Парфенова Л.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Формирование у магистрантов углубленных профессиональных компетенций в области методологии, планирования и статистической обработки данных экспериментальных исследований в спорте высших достижений, с акцентом на специфику функциональной подготовки. Подготовка специалистов, способных самостоятельно проводить научно-обоснованные исследования, критически оценивать научную литературу и принимать управленческие решения на основе достоверного количественного анализа.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Информационные технологии в науке и спортивной практике	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Преддипломная практика	
2.2.2	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-1.: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

УК-1..1:Анализирует комплексный план подготовки сборной команды и индивидуальных планов подготовки спортсменов сборной команды

Знать:

Основы теории вероятностей и статистики. Методы статистического анализа результатов экспериментов. Методологию интерпретации полученных данных.

Уметь:

Интерпретировать показатели статистического анализа. Определять эффективность применяемых методик подготовки спортсменов. Выявлять закономерности и тенденции в динамике показателей спортсменов.

Владеть:

Инструментарием обработки и анализа больших объемов данных. Компьютерными средствами статистического анализа (например, SPSS, Excel). Приёмами презентации результатов исследования.

УК-1..2:Ведет систематический контроль состояния наилучшей индивидуальной и (или) командной готовности (физической, технической, тактической и психической) спортсменов к спортивным достижениям

Знать:

Критерии оценки функционального состояния спортсменов. Статистические критерии сравнения групповых характеристик. Показатели динамики и регрессии. Основные виды корреляционного анализа.

Уметь:

Вычислять ключевые показатели физической, технической и психологической готовности. Использовать регрессивный анализ для прогнозирования результатов. Оценивать влияние факторов внешней среды на готовность спортсменов.

Владеть:

Стандартизированными тестами для измерения функционального состояния. Инструментами визуализации статистических данных. Современными технологиями сбора и обработки информации.

УК-1..3:Контролирует навыки выполнения спортсменами технических приемов в вариативных условиях, близких к соревновательным

Знать:

Теорию проверки гипотез. Критерии качества измерений. Способы нормировки переменных. Основы факторного анализа.

Уметь:

Оценивать стабильность и точность выполнения технико-тактических действий. Формулировать обоснованные выводы относительно качества выполнения упражнений. Обнаруживать зависимости между качеством выполнения технических приемов и условиями окружающей среды.

Владеть:

Методологией проведения статистически значимых тестов. Программа SAS или аналогичными пакетами статистического анализа. Принципами построения выборок и распределения вероятности.

ПК-1 : Способен организовывать и проводить мониторинг подготовки резерва по виду спорта

ПК-1 .1:Разрабатывает программу и критерии оценки уровня подготовленности спортивного резерва на различных этапах многолетней подготовки

Знать:

Базовые принципы организации многолетнего тренировочного процесса в избранном виде спорта. Ключевые компоненты и этапы многолетней подготовки спортсменов.

Методы оценки уровня физической, технической, тактической и психологической подготовленности спортсменов.
Нормативы и стандарты подготовки спортсменов разных возрастных категорий.

Уметь:

Планировать систему мониторинга физической и функциональной подготовленности спортсменов на всех этапах многолетней подготовки.

Устанавливать требования и разрабатывать критерии оценивания результатов тестирования спортсменов.

Определять нормативы физической подготовленности для различных этапов многолетней подготовки.

Описывать целевые ориентиры и ожидаемые изменения в уровне подготовленности спортсменов.

Владеть:

Методом проектирования системы мониторинга и критериев оценки.

Навыками анализа и обобщения нормативных документов и научной литературы по вопросам подготовки спортивного резерва.

Возможностью самостоятельного составления программы мониторинга подготовки резерва.

Процедурой внедрения разработанных критериев и программы в практику работы тренерского состава.

ПК-1 .2:Применяет современные методы сбора, обработки и анализа данных о динамике физического развития и функционального состояния резервистов

Знать:

Современные методики регистрации, хранения и обработки биометрических данных.

Информационно-аналитические технологии и программное обеспечение для анализа данных.

Критерии надежности и валидности измерительных процедур.

Статистические методы первичной и вторичной обработки результатов наблюдений.

Уметь:

Производить сбор, регистрацию и хранение данных о физическом развитии и функциональном состоянии спортсменов.

Применять стандартные алгоритмы расчета индексов здоровья и физического развития.

Строить таблицы и диаграммы для наглядного представления динамики показателей.

Выполнять сравнительный анализ данных о состоянии отдельных спортсменов и коллективов.

Владеть:

Навыками работы с электронными базами данных и специализированными компьютерными программами.

Умением интерпретировать динамику изменений ключевых физиологических и функциональных показателей.

Приёмами распознавания скрытых зависимостей и особенностей динамики развития.

Техниками расчёта средних величин, коэффициентов корреляции и доверительного интервала.

ПК-1 .3:Готовит аналитические отчеты и рекомендации для тренеров по результатам мониторинга с целью коррекции тренировочного процесса

Знать:

Порядок оформления научно-методических отчетов и презентаций.

Правила предоставления материалов руководству и коллегам-тренерам.

Основные форматы изложения результатов анализа и рекомендательной части отчета.

Типичные ошибки при составлении заключений и предложений по изменению тренировочной нагрузки.

Уметь:

Четко и понятно представлять результаты мониторинга подготовки.

Выделять главные проблемы и слабые места в процессе подготовки спортсменов.

Предлагать конкретные меры и пути оптимизации тренировочного процесса.

Оформлять аналитические отчёты согласно требованиям стандартов учреждения.

Владеть:

Техника подготовки отчётных материалов в графическом и табличном представлении.

Правилами написания рекомендаций для дальнейшего улучшения тренировочного процесса.

Опытном эффективной коммуникации с тренером и руководством по поводу результатов мониторинга.

Основами презентации своего мнения и аргументации позиций.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Основные задачи использования методов математико-статистической обработки данных. Способы вычисления достоверности различия между двумя зависимыми или независимыми результатами. Определение меры связи между явлениями. Корреляционный анализ. Регрессионный анализ. Метод экспертных оценок. Дисперсионный анализ						

1.1	Основные задачи использования методов математико-статистической обработки данных. Способы вычисления достоверности различия между двумя зависимыми или независимыми результатами. /Тема/	3	0				
1.2	ОСНОВЫ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ СТАТИСТИКИ. Критерии статистической достоверности. Изучение зависимостей величин /Лек/	3	4	УК-1..1-31 УК-1..2-31 УК-1..3-31 ПК-1 .1-31 ПК-1 .2-31 ПК-1 .3-31	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1		
1.3	Основные задачи использования методов математико-статистической обработки данных. Способы вычисления достоверности различия между двумя зависимыми или независимыми результатами /Ср/	3	32	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-1 .1-31 ПК-1 .1-У1 ПК-1 .1-В1 ПК-1 .2-31 ПК-1 .2-У1 ПК-1 .2-В1 ПК-1 .3-31 ПК-1 .3-У1 ПК-1 .3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1		
1.4	Определение меры связи между явлениями. Корреляционный анализ. Регрессионный анализ. Метод экспертных оценок. Дисперсионный анализ /Тема/	3	0				
1.5	Определение меры связи между явлениями. Корреляционный анализ. Регрессионный анализ. Метод экспертных оценок. Дисперсионный анализ /Лек/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..2-31 УК-1..3-31 ПК-1 .1-31 ПК-1 .2-31 ПК-1 .3-31	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1		
1.6	Корреляционный анализ. Множественная корреляция. Корреляционные отношения. /Пр/	3	8	УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-1 .1-У1 ПК-1 .1-В1 ПК-1 .2-У1 ПК-1 .2-В1 ПК-1 .3-У1 ПК-1 .3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1		
1.7	Регрессионный анализ. Метод экспертных оценок. Дисперсионный анализ /Пр/	3	8	УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-1 .1-У1 ПК-1 .1-В1 ПК-1 .2-У1 ПК-1 .2-В1 ПК-1 .3-У1 ПК-1 .3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1		

					Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1		
--	--	--	--	--	--	--	--

1.8	Определение меры связи между явлениями. Корреляционный анализ. Регрессионный анализ. Метод экспертных оценок. Дисперсионный анализ /Ср/	3	18	УК-1..1-З1 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-З1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-З1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-1 .1-З1 ПК-1 .1-У1 ПК-1 .1-В1 ПК-1 .2-З1 ПК-1 .2-У1 ПК-1 .2-В1 ПК-1 .3-З1 ПК-1 .3-У1 ПК-1 .3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л2.1		
-----	---	---	----	--	--------------------------------------	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы (Модуль 1)

1. Проверка исследуемой генеральной совокупности на соответствие нормальному закону распределения.
2. Критерий согласия Пирсона.
3. Правило трех сигм.
4. Понятие о статистической достоверности.
5. Критерии статистической достоверности.
6. Параметрические критерии статистической достоверности Стьюдента для независимых выборок. Статистический и педагогический выводы.
7. Параметрические критерии статистической достоверности и Фишера. Статистический и педагогический выводы.
8. Параметрические критерии статистической достоверности Стьюдента для зависимых выборок. Статистический и педагогический выводы.
9. Непараметрические критерии статистической достоверности Вилкоксона, Уайта и знаков. Статистический и педагогический выводы.

Контрольные вопросы (Модуль 2)

1. Корреляционный анализ.
2. Определение коэффициента корреляции при оценке качественных признаков на основе измерений по шкале наименований. Вычисление коэффициента ассоциации.
3. Определение коэффициента ранговой корреляции для результатов, полученных по шкале порядка. Вычисление коэффициента корреляции Спирмена.
4. Определение коэффициента корреляции при количественных измерениях. Вычисление коэффициента корреляции Бравэ-Пирсона.
5. Решение типовых задач в сфере физической культуры и спорта на корреляцию.
6. Множественная корреляция. Решение задач ФКС на множественную корреляцию.
7. Корреляционное отношение. Решение задач ФКС на корреляционные отношения.
8. Регрессионный анализ. Построение уравнения регрессии. Решение задач ФКС на регрессионный анализ.
9. Метод экспертных оценок.
10. Дисперсионный анализ.

5.2. Темы письменных работ

Не предусмотрено.

5.3. Фонд оценочных средств

Тест №1 (Модуль 1)

1. Нулевая гипотеза состоит в том, что
 - А) все события обязательно произойдут
 - Б) все события произошли случайно, естественным образом
 - В) все события случайным образом произойти не могли, и имело место воздействие некоторого фактора
 - Г) все события никогда не произойдут
2. Альтернативная гипотеза состоит в том, что
 - А) все события произошли случайно, естественным образом;
 - Б) все события случайным образом произойти не могли, и имело место воздействие некоторого фактора;
 - В) все события обязательно произойдут;
 - Г) все события никогда не произойдут.
3. Предположение о нормальности распределения не противоречит имеющимся данным, если
 - А) асимметрия лежит в диапазоне от 0 до 1, эксцесс от 2 до 4

- Б) асимметрия лежит в диапазоне от 0 до 1, эксцесс от 5 до 10
 В) асимметрия лежит в диапазоне от -0,2 до 0,2, эксцесс от 2 до 4
 Г) асимметрия лежит в диапазоне от -0,2 до 0,2, эксцесс от 0 до 1
4. Все критерии статистической достоверности делятся на две группы:
 А) параметрические и непараметрические;
 Б) статистические и нестатистические;
 В) непрерывные и дискретные;
 Г) математические и физические
5. Какие из критериев предусматривают обязательное наличие нормального закона распределения:
 А) параметрические;
 Б) непараметрические;
 В) непрерывные;
 Г) нормальные;
 Д) дискретные
6. Основные параметрические критерии статистической достоверности, используемые в практике ФКС:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
7. Какие из критериев основаны на ранговых (порядковых) отличиях между элементами выборок:
 А) параметрические;
 Б) непараметрические;
 В) непрерывные;
 Г) нормальные;
 Д) дискретные
8. Основные непараметрические критерии статистической достоверности, используемые в практике ФКС:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
9. При использовании критерия Вилкоксона если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
10. При использовании критерия Уайта если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
11. Критерием Вилкоксона является:
 А) меньшая из сумм $W(+)$ и $W(-)$
 Б) большая из сумм $W(+)$ и $W(-)$
 В) значение $W(+)$ + $W(-)$
 Г) значение $W(+)$ - $W(-)$
12. Какой из непараметрических критериев позволяет сравнивать две различные по объему выборки:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
13. В каком из непараметрических критериев граничное значение задается в виде интервала
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена

Тест №2 (Модуль 2)

1. Если квадрат коэффициента Пирсона R^2 равен 1, то
 А) имеет место полная корреляция с моделью, т.е. точки лежат строго на прямой
 Б) уравнение линейной зависимости полностью неудачно
2. Если квадрат коэффициента Пирсона R^2 равен 0, то
 А) имеет место полная корреляция с моделью, т.е. точки лежат строго на прямой
 Б) уравнение линейной зависимости полностью неудачно

3. Признаки X и Y измерены в количественной шкале. Для оценки связи между признаками нужно вычислить коэффициент корреляции:
- А) Спирмена;
 - Б) Пирсона;
 - В) Кендалла;
 - Г) ассоциации
4. Коэффициент Спирмена является показателем связи между переменными, измеренными в шкале:
- А) интервалов;
 - Б) рангов;
 - В) наименований;
 - Г) равных отношений.
5. Коэффициент корреляции двух случайных величин (признаков) является мерой:
- А) взаимосвязи
 - Б) сходства
 - В) независимости
 - Г) согласованности
6. Отметьте не менее двух правильных ответов. Проверка значимости выборочного коэффициента корреляции основана на статистической проверке гипотезы о том, что ...
- А) в генеральной совокупности отсутствует корреляция
 - Б) отличие от нуля выборочного коэффициента корреляции объясняется только случайностью выборки
 - В) коэффициент корреляции значимо отличается от 0
 - Г) отличие от нуля выборочного коэффициента корреляции не случайно
7. Если выборочный коэффициент линейной корреляции r , то большему значению одного признака соответствует ... большее значение другого признака.
- А) в среднем
 - Б) всегда
 - В) в большинстве наблюдений
 - Г) изредка
8. Выборочный коэффициент корреляции r показывает, что связь между X и Y можно охарактеризовать как ...
- А) функциональную зависимость
 - Б) сильную линейную положительную
 - В) слабую линейную положительную
 - Г) отсутствует линейная зависимость
9. Коэффициент корреляции является мерой ...
- А) статистической связи между случайными величинами
 - Б) вероятностной связи между случайными величинами
 - В) корреляционной связи между случайными величинами
 - Г) линейной связи между случайными величинами
10. Высокому уровню линейной связи между переменными соответствует значение коэффициента линейной корреляции
- А) по модулю близкое к нулю
 - Б) по модулю близкое к единице
 - В) положительное
 - Г) больше 1
11. Выборочный коэффициент линейной корреляции ...
- А) безразмерная величина
 - Б) зависит от единиц измерения признаков X и Y
 - В) имеет размерность, совпадающую с размерностью признаков X и Y
 - Г) имеет размерность произведения размерностей признаков X и Y
12. Отметьте не менее двух правильных ответов. Задачи корреляционного анализа:
- А) установление направления корреляционной связи
 - Б) установление формы корреляционной связи
 - В) измерение тесноты корреляционной связи
 - Г) нахождение уравнения регрессии
13. Множественный коэффициент корреляции может принимать значения:
- А) от 0 до 1;
 - Б) от -1 до 0;
 - В) от -1 до 1;
 - Г) любые положительные;
 - Д) любые меньше нуля.
14. Корреляционные отношения отражают:
- А) прямолинейную корреляцию;
 - Б) криволинейную корреляцию;
 - В) относительную корреляцию;
 - Г) абсолютную корреляцию.
15. Дисперсионный анализ применяется для:
- А) исследования значимости различия дисперсий двух выборок;
 - Б) исследования значимости различия дисперсий нескольких различных выборок;

- В) исследование значимости различия средних значений двух выборок;
 Г) исследование значимости различия средних значений нескольких различных выборок.

Тестирование (к зачету)

- Нормальный закон распределения проявляется во всех случаях, когда случайная величина является результатом действия
 - большого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности незначительно влияет на случайную величину
 - большого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности значительно влияет на случайную величину
 - малого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности незначительно влияет на случайную величину
 - малого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности значительно влияет на случайную величину
- Параметр, который возвращает среднее арифметическое аргументов, вычисляется с помощью функции
 - СРЗНАЧ
 - СРЗНАЧ
 - СТАНДОТКЛОН.В
 - ДИСП.В
- Параметр, характеризующий степень разброса элемента выборки относительно среднего значения и равный квадратному корню из дисперсии, вычисляется с помощью функции
 - ДИСП.В
 - СРЗНАЧ
 - СТАНДОТКЛОН.В
 - СКОС
- Параметр, характеризующий степень разброса элемента выборки относительно среднего значения, вычисляется с помощью функции
 - ДИСП.В
 - СРЗНАЧ
 - МЕДИАНА
 - СКОС
- Минимальный элемент выборки вычисляется с помощью функции
 - МИНИМУМ
 - МИН
 - СУММ
 - МАКС
- Максимальный элемент выборки вычисляется с помощью функции
 - МАКСИМУМ
 - МИН
 - МЕДИАНА
 - МАКС
- Количество элементов в выборке можно найти с помощью функции
 - КОЛИЧЕСТВО
 - СУММА
 - СЧЁТ
 - ВЫБОРКА
- Для нахождения выборочных характеристик при использовании инструмента пакет анализа надо выбрать
 - описательная статистика
 - однофакторный дисперсионный анализ
 - двухвыборочный t-тест с различными дисперсиями
 - парный двухвыборочный t-тест для средних
- При использовании описательной статистики из пакета анализа мы должны указать (отметить) (отметьте несколько верных ответов):
 - входной интервал
 - выходной интервал
 - моду
 - текущую дату
 - итоговая статистика
 - среднее значение
 - медиану
- Средняя арифметическая величина указывает
 - на показатель среднего уровня, самого типичного и характерного для всего ряда;
 - на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины (в квадрате);
 - на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины
- Дисперсия указывает
 - на показатель среднего уровня, самого типичного и характерного для всего ряда;
 - на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины (в квадрате);
 - на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины
- Среднее квадратическое отклонение указывает
 - на показатель среднего уровня, самого типичного и характерного для всего ряда;
 - на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины (в квадрате);
 - на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины
- В статистике к мерам центральной тенденции принято относить:
 - среднюю арифметическую;
 - дисперсию;
 - среднее квадратическое отклонение;
 - коэффициент вариации
- В статистике к мерам вариабельности принято относить:
 - среднюю арифметическую;
 - дисперсию;
 - среднее квадратическое отклонение;
 - коэффициент вариации
- Уровень значимости – это
 - минимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается практически невозможным
 - максимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается достоверным
 - максимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается практически невозможным
 - минимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается достоверным
- В статистике наибольшее распространение получил уровень значимости α равный:
 - 0
 - 0,05
 - 0,5
 - 1
- Обычно уровень значимости берут равным (отметьте несколько верных ответов):
 - 0
 - 0,001
 - 0,01

Г) 0,05 Д) 0,5 Е) 1

17. Нулевая гипотеза состоит в том, что

- А) все события обязательно произойдут
- Б) все события произошли случайно, естественным образом
- В) все события случайным образом произойти не могли, и имело место воздействие некоторого фактора
- Г) все события никогда не произойдут

18. Альтернативная гипотеза состоит в том, что

- А) все события произошли случайно, естественным образом;
- Б) все события случайным образом произойти не могли, и имело место воздействие некоторого фактора;
- В) все события обязательно произойдут;
- Г) все события никогда не произойдут.

19. Существуют следующие виды гипотез (отметьте несколько верных ответов):

- А) нулевая Б) первая В) альтернативная
- Г) замечательная Д) единственная Е) неоспоримая

20. Доверительная вероятность P связана с уровнем значимости α следующей формулой

- А) $P=1 + \alpha$ Б) $P=1 - \alpha$ В) $P=\alpha - 1$ Г) $P=\sin(\alpha)$

21. Согласно правилу трех сигм при нормальном законе распределения 99,7% всех вариантов находятся в пределах:

- А) $[-3\sigma; +3\sigma]$ Б) $[M - \sigma; M + \sigma]$ В) $[M - 2\sigma; M + 2\sigma]$ Г) $[M - 3\sigma; M + 3\sigma]$

22. Среди критериев согласия большое распространение получил непараметрический критерий:

- А) χ^2 – квадрат Б) χ^2 – куб
- В) t - критерий Стьюдента Г) f - критерий Стьюдента

23. При использовании критерия χ^2 – квадрат в качестве аргументов выступают (отметьте несколько верных ответов)

- А) полный интервал Б) открытый интервал В) полуоткрытый интервал
- Г) фактический интервал Д) ожидаемый интервал Е) неполный интервал

24. Сколько надо иметь наблюдений, чтобы сколько-нибудь уверенно можно было судить о нормальности закона распределения?

- А) не менее 10 Б) не менее 25 В) не менее 50 Г) не менее 100

25. Аргументами для функции ХИ2ТЕСТ являются

- А) (фактический интервал; ожидаемый интервал) В) (массив данных; массив интервалов)
- Б) (массив 1; массив 2; хвосты; тип) Г) (число 1; число 2; ...)

26. Функция, которая вычисляет вероятность совпадений наблюдаемых (фактических) значений и теоретических (гипотетических) значений называется

- А) ДОВЕРИТ.НОРМ Б) ХИ2ТЕСТ В) ЧАСТОТА Г) МОДА

27. Функция ХИ2ТЕСТ вычисляет

- А) уровень надёжности
- Б) интервал, в котором с заданной доверительной вероятностью находится оцениваемый параметр
- В) вероятность совпадения наблюдаемых (фактических) значений и теоретических (гипотетических) значений
- Г) максимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается практически невозможным

28. Все критерии статистической достоверности делятся на две группы:

- А) параметрические и непараметрические;
- Б) статистические и нестатистические;
- В) непрерывные и дискретные;
- Г) математические и физические

29. Какие из критериев предусматривают обязательное наличие нормального закона распределения:

- А) параметрические;
- Б) непараметрические;
- В) непрерывные;
- Г) нормальные;
- Д) дискретные

30. Основные параметрические критерии статистической достоверности, используемые в практике ФКС:

- А) Стьюдента;
- Б) Фишера;
- В) Вилкоксона;
- Г) Уайта;
- Д) Ван-дер-Вардена

31. Для выявления различия между выборками с помощью критерия Стьюдента в Microsoft Excel можно использовать:

- А) статистическую функцию СТЬЮДЕНТ.ТЕСТ;
- Б) процедуру парный двухвыборочный t -тест для средней;
- В) статистическую функцию СТЬЮДЕНТ.РАСП;
- Г) процедуру двухвыборочный z -тест для средней

32. Граничное значение критерия Стьюдента в Microsoft Excel находится с помощью:

- А) статистической функции СТЬЮДЕНТ.ТЕСТ;
- Б) статистической функции СТЬЮДЕНТ.ОБР.2Х;
- В) статистической функции СТЬЮДЕНТ.РАСП;
- Г) статистической функции СТЬЮДЕНТ.РАСП.2Х

33. Для выявления различия между выборками с помощью критерия Фишера в Microsoft Excel можно использовать:

- А) статистическую функцию F.ТЕСТ;

- Б) процедуру двухвыборочный F-тест для дисперсий;
 В) статистическую функцию F.РАСП;
 Г) процедуру двухвыборочный F-тест для средней
34. При использовании критерия Стьюдента если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
35. При использовании критерия Фишера если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
36. Какие из критериев основаны на ранговых (порядковых) отличиях между элементами выборок:
 А) параметрические;
 Б) непараметрические;
 В) непрерывные;
 Г) нормальные;
 Д) дискретные
37. Основные непараметрические критерии статистической достоверности, используемые в практике ФКС:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
38. При использовании критерия Вилкоксона если, то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
39. При использовании критерия Уайта если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
40. При использовании критерия Вилкоксона для нахождения рангов мы используем статистическую функцию
 А) РАНГ.СР Б) ВИЛКОКСОН В) РАНГ.ВИЛ Г) РАНГ.СТАТ
41. Критерием Вилкоксона является:
 А) меньшая из сумм $W(+)$ и $W(-)$
 Б) большая из сумм $W(+)$ и $W(-)$
 В) значение $W(+)$ + $W(-)$
 Г) значение $W(+)$ - $W(-)$
42. Какой из непараметрических критериев позволяет сравнивать две различные по объему выборки:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
43. В каком из непараметрических критериев граничное значение задается в виде интервала
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
44. Какой из непараметрических критериев называется еще как «критерий знаков»
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
45. Какие выводы делаются после применения критериев статистической достоверности
 А) статистический вывод
 Б) математический вывод
 В) физический вывод
 Г) педагогический вывод
 Д) психологический вывод
46. Получить линейную зависимость случайных величин вида можно с помощью статистических функций (отметьте несколько верных ответов):

- А) НАКЛОН Г) ПРЯМАЯ В) ЛУЧ
Б) ОТРЕЗОК Д) ТОЧКА Е) ИЗГИБ
47. Аргументами каких функции являются (известные значения y ; известные значения x) (отметьте несколько верных ответов):
А) ЭКСЦЕСС Б) ЧАСТОТА В) НАКЛОН
Г) СРЗНАЧ Д) ОТРЕЗОК Е) МОДА
48. Линия тренда – это
А) прямая, параллельная оси Ох Б) прямая, параллельная оси Оу
В) ломаная, соединяющая точки с координатами (x_i ; y_i) Г) график зависимости между переменными x и y
49. Если квадрат коэффициента Пирсона R^2 равен 1, то
А) имеет место полная корреляция с моделью, т.е. точки лежат строго на прямой
Б) уравнение линейной зависимости полностью неудачно
50. Если квадрат коэффициента Пирсона R^2 равен 0, то
А) имеет место полная корреляция с моделью, т.е. точки лежат строго на прямой
Б) уравнение линейной зависимости полностью неудачно
51. Для самой удачной линии тренда квадрат коэффициента Пирсона R^2
А) всех ближе к 0 Б) всех ближе к 1
В) всех ближе к 100 Г) самый наименьший
52. В MS Excel можно построить следующие линии тренда (отметьте несколько верных ответов):
А) экспоненциальная Б) линейная В) синусоидальная
Г) степенная Д) точечная Е) косинусоидальная
53. В MS Excel можно построить следующие линии тренда (отметьте несколько верных ответов):
А) логарифмическая Б) спиралевидная В) полиномиальная
Г) степенная Д) лепестковая Е) синусоидальная
54. Значения квадрата коэффициента Пирсона R^2 лежат в интервале:
А) $[-1; 0]$ Б) $[0; 1]$ В) $[-1; 1]$ Г) $[0; 2]$
55. Какие виды диаграмм можно построить в MS Excel (отметьте несколько верных ответов)
А) с областями Б) график В) тангенциальную
Г) линейчатую Д) разрывную Е) круговую
56. Какие виды диаграмм можно построить в MS Excel (отметьте несколько верных ответов)
А) кольцевую Б) гистограмму В) тангенциальную
Г) лепестковую Д) разрывную Е) объемную гистограмму
57. Признаки X и Y измерены в количественной шкале. Для оценки связи между признаками нужно вычислить коэффициент корреляции:
А) Спирмена;
Б) Пирсона;
В) Кендалла;
Г) ассоциации
58. Коэффициент Спирмена является показателем связи между переменными, измеренными в шкале:
А) интервалов;
Б) рангов;
В) наименований;
Г) равных отношений.
59. Коэффициент корреляции двух случайных величин (признаков) является мерой:
А) взаимосвязи
Б) сходства
В) независимости
Г) согласованности
60. Отметьте не менее двух правильных ответов. Проверка значимости выборочного коэффициента корреляции основана на статистической проверке гипотезы о том, что ...
А) в генеральной совокупности отсутствует корреляция
Б) отличие от нуля выборочного коэффициента корреляции объясняется только случайностью выборки
В) коэффициент корреляции значимо отличается от 0
Г) отличие от нуля выборочного коэффициента корреляции не случайно
61. Если выборочный коэффициент линейной корреляции r , то большему значению одного признака соответствует ... большее значение другого признака.
А) в среднем
Б) всегда
В) в большинстве наблюдений
Г) изредка
62. Выборочный коэффициент корреляции r показывает, что связь между X и Y можно охарактеризовать как ...
А) функциональную зависимость
Б) сильную линейную положительную
В) слабую линейную положительную
Г) отсутствует линейная зависимость
63. Коэффициент корреляции является мерой ...
А) статистической связи между случайными величинами

- Б) вероятностной связи между случайными величинами
 В) корреляционной связи между случайными величинами
 Г) линейной связи между случайными величинами
64. Высокому уровню линейной связи между переменными соответствует значение коэффициента линейной корреляции
 А) по модулю близкое к нулю
 Б) по модулю близкое к единице
 В) положительное
 Г) больше 1
65. Выборочный коэффициент линейной корреляции ...
 А) безразмерная величина
 Б) зависит от единиц измерения признаков и
 В) имеет размерность, совпадающую с размерностью признаков и
 Г) имеет размерность произведения размерностей признаков и
66. Отметьте не менее двух правильных ответов. Задачи корреляционного анализа:
 А) установление направления корреляционной связи
 Б) установление формы корреляционной связи
 В) измерение тесноты корреляционной связи
 Г) нахождение уравнения регрессии
67. Множественный коэффициент корреляции может принимать значения:
 А) от 0 до 1;
 Б) от -1 до 0;
 В) от -1 до 1;
 Г) любые положительные;
 Д) любые меньше нуля.
68. Корреляционные отношения отражают:
 А) прямолинейную корреляцию;
 Б) криволинейную корреляцию;
 В) относительную корреляцию;
 Г) абсолютную корреляцию.
69. Дисперсионный анализ применяется для:
 А) исследование значимости различия дисперсий двух выборок;
 Б) исследование значимости различия дисперсий нескольких различных выборок;
 В) исследование значимости различия средних значений двух выборок;
 Г) исследование значимости различия средних значений нескольких различных выборок.

5.4. Перечень видов оценочных средств

письменный опрос, практические задания, тестирование

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Л.В. Денисова, И.В. Хмельницкая, Л.А. Харченко	Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: учебное пособие	Киев: Олимпийская литература, 2008. - 217 с. - ISBN 966-8708-01-6.
Л1.2	Кулаичев, А. П.	Методы и средства комплексного статистического анализа данных: учебное пособие	М.: ИНФРА-М, 2017. - 484 с. - ISBN 978-5-16-012834-4.
Л1.3	Глотова, М. Ю.	Математическая обработка информации: учебник и практикум для вузов	4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. —
Л1.4	Губа, В.П.	Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований:	М.: Человек, 2015. - 288 с. - ISBN 978-5-906131-53-9 : 188.18 р.
Л1.5	Тихомиров Д. А., Пинчук А. Н.	Статистический анализ данных. Практический курс в SPSS и	Москва: Юрайт, 2024

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Начинская, С.В.	Спортивная метрология: учебник	3-е издание, испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2011.– 240с.

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства			
6.3.1.1	IC.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025		
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016		
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)		
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011).		
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем			

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.3	А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.4	А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.5	А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
7.6	А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.7	D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
7.8	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.9	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.10	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.11	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.12	
7.13	B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.15	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.19	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.20	D206 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий

7.21	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.22	D208 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.23	D210 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.24	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.25	D213 (комп.класс) - Моноблок DIO (16 шт.), моноблоки ICL (2 шт), мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.26	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.27	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.28	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.29	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.30	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.31	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.32	F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт.
7.33	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.34	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.35	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.36	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.37	E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.38	E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.39	E305 (потокковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.40	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.41	E402 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.42	E403 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.43	E405 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.44	E407 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.45	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.46	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету

7.47	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	E503 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, Моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), Головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), Блок интерфейсов для стола;
7.49	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.50	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.51	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.52	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.53	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.54	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.55	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.56	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.57	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.58	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.59	E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.60	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.61	E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.62	E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.63	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.64	E919 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.65	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по

данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.
3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда обучающиеся готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам. В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике. Расширению и углублению знаний также способствует подготовка магистрантами рефератов или сообщений по специальным вопросам, а также подготовка всех обучающихся по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1-й - организационный;
- 2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивая подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Обучающимся следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Обучающиеся, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому магистранту нужно обязательно научиться работать с книгой. Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам - справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники - важное подспорье в самостоятельной работе магистранта, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит магистранту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно, освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение магистрантом поставленной

перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал - составить план или конспект. Конспект, план-конспект - это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражение новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

Методические указания для подготовки к зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме зачета.

Зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения зачета является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования или тестирования.

Цели зачета и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка обучающихся к зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в вопросах к зачету.

Подготовку к зачету целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы.

Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к зачету, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники.

Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого обучающийся сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Зачет проводится строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному директором и утвержденному проректором по учебной работе и цифровой трансформации.

Зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием. Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора зачетного билета. Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу. Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на зачете незачтено, решением директората устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) зачета.

Разъяснения по работе с рейтинговой системой

Рейтинговая система представляет собой один из очень эффективных методов организации учебного процесса, стимулирующего заинтересованную работу студентов, что происходит за счет организации перехода к саморазвитию обучающегося и самосовершенствованию как ведущей цели обучения, за счет предоставления возможности развивать в себе самооценку. В конечном итоге это повышает объективность в оценке знаний.

При использовании данной системы весь курс по предмету разбивается на 2 модуля. По окончании изучения каждого модуля обязательно проводится контроль знаний студента с оценкой в баллах. Каждый модуль оценивается в 25 баллов: 20 за успеваемость, 5 – за посещаемость. Максимально за два модуля можно получить 50 баллов.

По окончании изучения курса определяется сумма набранных за весь период баллов и выставляется общая оценка.

В семестре в качестве промежуточной аттестации по данной дисциплине предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре (текущего контроля успеваемости) и промежуточной аттестации студент может получить:

Зачтено – от 51 и выше баллов

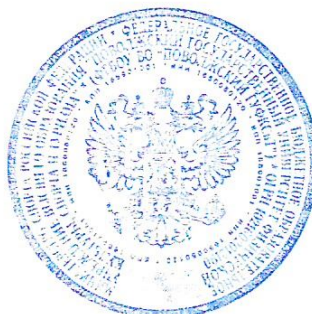
Не зачтено – 50 и менее баллов.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УРиЦТ

А.В. Павлова

29 мая 2025 г.

Рабочая программа дисциплины **Технология научных исследований в спорте высших достижений**

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт
Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

экзамены 1

аудиторные занятия

26

самостоятельная работа

46

часов на контроль

36

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	9 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	8	8	8	8
Практические	18	18	18	18
Итого ауд.	26	26	26	26
Контактная работа	26	26	26	26
Сам. работа	46	46	46	46
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Заячук Татьяна Владимировна

к б.н., доц., Шамсувалеева Эльмира Шамилевна

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. Кафедрой. И.о. зав.каф.Исхакова А.Т.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Медико-биологическое сопровождение в спорте	
2.2.2	Антидопинговый императив	
2.2.3	Генетические аспекты спортивного отбора	
2.2.4	Функциональная диагностика спортивных возможностей организма	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**ОПК-9.: Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний**

ОПК-9..1: Владеет передовыми научно-методическими разработками в области подготовки спортсменов высокого класса к соревнованиям по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)

Знать:

Актуальные направления развития научно-методического обеспечения подготовки спортсменов высокого класса в избранном виде спорта.

Уметь:

Адаптировать передовые научные разработки к условиям тренировочного процесса конкретной спортивной дисциплины.

Владеть:

Навыками внедрения инновационных методик в практику подготовки спортсменов к ответственным соревнованиям.

ОПК-9..2: Применяет средства и методы совершенствования физической, технико-тактической, психологической, функциональной подготовки спортсменов спортивной сборной команды и методы контроля уровня разносторонней подготовки

Знать:

Современные научно обоснованные средства и методы совершенствования всех видов подготовленности спортсменов высокого класса.

Уметь:

Подбирать и комбинировать методы тренировочного воздействия в зависимости от текущих задач подготовки спортивной сборной команды.

Владеть:

Технологиями педагогического и медико-биологического контроля для объективной оценки уровня разносторонней подготовленности спортсменов.

ОПК-9..3: Пользуется контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами

Знать:

Принципы работы, технические характеристики и область применения современного контрольно-измерительного оборудования в спортивной науке.

Уметь:

Настраивать и калибровать электронные и технические устройства для проведения корректных измерений в тренировочном процессе.

Владеть:

Навыками практической работы с аппаратурой для сбора, обработки и первичного анализа данных о состоянии и подготовленности спортсменов.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Лекции						
1.1	Лекции /Тема/	1	0				

1.2	Лекция 1. Направления и тематика научно-исследовательской работы магистранта в области ФКиС /Лек/	1	2	ОПК-9..1-31	Л1.2 Л1.11 Л1.12 Э3		
1.3	Лекция 2. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов /Лек/	1	2	ОПК-9..2-31	Л1.5 Э3		
1.4	Лекция 3. Современные методы исследования в ФКиС /Лек/	1	2	ОПК-9..3-31	Л1.4 Э3		
1.5	Лекция 4. Методы обработки и интерпретации количественных и качественных данных в области гуманитарных наук /Лек/	1	2	ОПК-9..3-31	Л1.8 Л1.9 Э3		
	Раздел 2. Практические						
2.1	Практические /Тема/	1	0				
2.2	Практическое 1. Анализ публикаций по теме исследования в РИНЦ /Пр/	1	2	ОПК-9..1-В1 ОПК-9..1-У1	Л1.6		
2.3	Практическое 2. Анализ публикаций и диссертаций на сайте РГБ /Пр/	1	2	ОПК-9..1-В1 ОПК-9..2-У1	Л1.7		
2.4	Практическое 3. Анализ публикаций и диссертаций на сайте ВАК /Пр/	1	2	ОПК-9..2-У1 ОПК-9..2-В1	Л1.7		
2.5	Практическое 4. Анализ публикаций и диссертаций на сайте disserCat /Пр/	1	2	ОПК-9..3-У1 ОПК-9..3-В1	Л1.7		
2.6	Практическое 5. Анализ публикаций и диссертаций на сайте научной электронной библиотеки «КиберЛенинка» /Пр/	1	2	ОПК-9..2-31	Л1.13		
2.7	Практическое 6. Анализ публикаций и диссертаций на сайте научных зарубежных публикаций ResearchGate /Пр/	1	2	ОПК-9..3-31	Л1.10		
2.8	Практическое 7. Анализ публикаций и диссертаций на сайте научных зарубежных публикаций ScienceDirect /Пр/	1	2	ОПК-9..1-В1	Л1.10		
2.9	Практическое 8. Анализ публикаций и диссертаций на сайте Сайхаб Sci-hub и Semantic Scholar /Пр/	1	2	ОПК-9..2-В1	Л1.10		
2.10	Практическое 9. Раздел Введение в ВКР /Пр/	1	2	ОПК-9..1-У1 ОПК-9..1-31	Л1.7		
	Раздел 3. Самостоятельная работа						
3.1	Самостоятельная /Тема/	1	0				
3.2	Введение магистерской диссертации. Написание введение на основе анализа отечественной и зарубежной литературы сформулировав актуальность исследования, проблему исследования, цель, задачи, объект, предмет, методы, гипотезу исследования, теоретическую и практическую значимость. Оформить изученную литературы: авторефераты диссертаций, публикации конференций и др. литература /Ср/	1	46	ОПК-9..1-В1 ОПК-9..1-У1 ОПК-9..1-31 ОПК-9..2-31 ОПК-9..2-У1 ОПК-9..2-В1 ОПК-9..3-31 ОПК-9..3-У1 ОПК-9..3-В1	Л1.7 Л1.10 Л1.13 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17		

	Раздел 4. Экзамен						
4.1	Экзамен /Тема/	1	0				
4.2	Экзамен /Экзамен/	1	36	ОПК-9..1-В1 ОПК-9..1-У1 ОПК-9..1-31 ОПК-9..2-31 ОПК-9..2-У1 ОПК-9..2-В1 ОПК-9..3-31 ОПК-9..3-У1 ОПК-9..3-В1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.13		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Дать определение понятиям - наука, методология науки, методика, раскрыть их содержание.
2. Определение актуальности исследований (на примере темы собственной научной работы).
3. Научная новизна и практическая значимость научной работы.
4. Формирование проблемы исследования.
5. Определение цели и формулировка гипотезы.
6. Объект и предмет исследования, их отличия.
7. Постановка задач и определение адекватных методов научных исследований.
8. Методы научных исследований.
9. Педагогические методы научных исследований.
10. Изучение и анализ научно-методической литературы.
11. Педагогическое наблюдение.
12. Опрос, беседа, интервью, анкетирование.
13. Педагогический эксперимент.
14. Тестирование (назначение, краткая характеристика).
15. Комплексная оценка физической подготовленности.
16. Методы оценки показателей силовых способностей.
17. Методы оценки показателей быстроты.
18. Методы оценки показателей скоростно-силовых способностей
19. Методы оценки показателей выносливости.
20. Методы оценки показателей гибкости.
21. Методы оценки показателей координационных способностей.
22. Медико-биологические методы научных исследований.
23. Методы оценки физического развития.
24. Методы оценки показателей технической подготовленности.
25. Методы оценки показателей психологической подготовленности.
26. Математико-статистические методы научных исследований.
27. Структура научно-исследовательской работы (оглавление, главы, разделы, подразделы).
28. Сбор, систематизация и обработка материалов исследования; подготовка таблиц и рисунков.
29. Анализ, обобщение и обсуждение результатов исследования.
30. Формулирование выводов и практических результатов.
31. Требования к библиографическому описанию научно-методической литературы в списке (книги, монографии, учебника и учебного пособия, статьи из журналов и сборников научных трудов, тезисов доклада, автореферата диссертации). Ссылки, цитаты, сноски.
32. Требования к подготовке и защите квалификационной работы.
33. Оформление результатов научных исследований (тезисы, статьи, доклады).

5.2. Темы письменных работ

Раздел Введение магистерской диссертации

5.3. Фонд оценочных средств

Примеры тестовых заданий

1. К теоретическим методам исследования относятся:
о анализ, синтез, моделирование, абстрагирование;
о наблюдение, сравнение;
о обоснование гипотезы;
о все перечисленное.

2. К эмпирическим методам исследования относятся:

- о опрос, интервьюирование;
- о наблюдение, сравнение;
- о тестирование, эксперимент;
- о все перечисленное.

3. К видам педагогического эксперимента относятся:

- о естественный, лабораторный, констатирующий и формирующий;
- о естественный, лабораторный;
- о констатирующий и формирующий;
- о основной, дополнительный, краткосрочный.

4. К этапам подготовки магистерской диссертации относятся:

- о актуализация проблемного поля, конкретизация объекта, предмета и цели исследования;
- о обоснование гипотезы, формулирование задач, подбор методов исследования;
- о педагогический эксперимент, формулировка основных положений и обобщений;
- о все перечисленное.

5. К инструментальным методикам исследования относятся:

- о регистрация ЧСС;
- о МПК, ЖЭЛ, Гарвардский степ-тест;
- о подтягивание, прыжок в длину с места;
- о все перечисленное.

6. К методам математической статистики относятся:

- о вычисление среднего, установление величины изменений среднего по итогам эксперимента;
- о установление достоверности различий, взаимосвязей, вычисление количественной меры случайности;
- о вычисление коэффициента корреляции;
- о факторный анализ.

7. Объект исследования:

- о баскетболисты 17-18 лет, имеющие спортивную квалификацию КМС;
- о процесс физической подготовки волейболистов 15-16 лет;
- о результаты контрольных упражнений баскетболистов на тренировочном этапе;
- о комплекс упражнений для развития прыгучести волейболистов.

8. Формулировка задачи исследования:

- о проанализировать литературу.....;
- о провести анализ.....;
- о выявить средства и методы
- о провести педагогический эксперимент.....;
- о все перечисленное.

9. Название первой главы:

- о анализ литературных источников по избранной теме;
- о средства и методы, используемые для повышения скоростно-силовой подготовленности баскетболистов;
- о анализ литературы;
- о теоретический анализ и обобщение научной литературы.

10. Ведущими методами обработки, полученных в ходе исследования данных в области физической культуры и спорта являются:

- о методы математической статистики;
- о логическая интерпретация.

11. Формулировка цели исследования:

- о методика повышения скоростно-силовой подготовленности волейболистов 17-18 лет, имеющих квалификацию КМС
- о обосновать, разработать и проверить эффективность методики развития скоростно-силовых способностей баскетболистов 15-16 лет.

12. Магистерская диссертация включает в себя:

- о титульный лист, оглавление, введение, главу, посвященную актуализации проблемного поля и обоснованию научного предположения по разрешению выявленного противоречия, главу, отражающую обоснование методов исследования, условия их реализации, организацию исследования, главу, посвященную обоснованию экспериментальной методики, главу, посвященную констатации и всестороннему обсуждению полученных результатов, заключение, практические рекомендации, список использованных источников информации, приложения;
- о введение, 3 главы, выводы, практические рекомендации;
- о автор самостоятельно определяет структуру магистерской диссертации;
- о структуру магистерской диссертации определяет научный руководитель;

13. Требования к списку литературы в научных работах регулируются:

- о ГОСТ Р 7.0.11-2011 Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу.
- о ГОСТ Р 8.0.11-2016 Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу;
- о ГОСТ 7.1-2003 СИБИД. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления.

14. Достоверность различий свидетельствует о:

- о возможности экстраполяции результатов исследования, полученных на выборке, на генеральную совокупность;
- о эффективности предложенной методики;
- о том, что эмпирическое значение критерия равняется критическому значению, соответствующему $p \leq 0,05$ или превышает его;

о подтверждение гипотезы исследования.

15. Выберите правильное оформление ссылки:

о (Потемкин В.К., Казаков Д.Н. Социальное партнерство: формирование, оценка, регулирование. СПб., 2002. 202 с.);

о (Мунин А.Н 2008);

о (Краткий экономический словарь М.: Ин-т новой экономики, 2002. 1087 с.);

16. Виды педагогических наблюдений:

о непосредственное, опосредованное;

о открытое;

о непрерывное, дискретное;

о все перечисленное.

17. К методам оценки функционального состояния кардиореспираторной системы человека относятся:

о PWC170, степ-Тест, ЖЕЛ, пробы Штанге, Генчи, ортостатическая, ЧСС, АД, индекс Руфье;

о измерение кислотно-щелочного баланса (рН), колоноскопия, экскреторная урография;

о энцефалография, теппинг-тест, тест Люшера;

о все перечисленное.

18. К методам оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата: относятся:

о измерение подвижности в суставах, измерение гибкости;

о миотонометрия;

о измерение скоростно-силовых показателей нижних и верхних конечностей;

о все перечисленное.

19. К методам оперативного контроля нагрузки на занимающихся относятся:

о измерение ЧСС, миотонометрия, измерение кислотно-щелочного баланса (рН);

о видео- и киносъемка;

о PWC170, степ-тест;

о тест Люшера, СНИЛС.

20. Введение магистерской диссертации включает в себя:

о актуализацию проблемного поля, степень его разработанности, объект, предмет, цель, гипотезу, задачи, методы исследования; научную, теоретическую и практическую ценность полученных результатов, краткую характеристику структуры диссертации;

о актуальность работы, научную новизну, практическую значимость;

о актуализацию проблемного поля, степень его разработанности;

о содержание введения определяется автором.

21. Тест оценки развития физического качества «Быстрота» соответствующий критерию валидности для детей 7-8 лет является:

о бег на 30 м;

о бег на 60 м;

о бег на 100 м.

22. Выберите правильное оформление списка литературы:

о Пономарев, Н.А. Методы научных исследований [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. А. Пономарев; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург [и др.]. - Электрон.текстовые дан. (1 файл: 8,05 МБ). - СПб.: [б. и.], 2011. - Электрон.дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС;

о Язынина Н.Л., Ермаков В.В. Основы научных исследований по теории и методике физической культуры и спорта:

Учебное пособие / Н.Л. Язынина, В.В. Ермаков. - Смоленск: СГАФКСТ, 2013. - 109 с.;

о Яхонтов, Е.Р. Методология спортивно-педагогических исследований: курс лекций. С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им.

П.Ф. Лесгафта. - 3-е изд., стереотип. - СПб: [б. и.], 2008. - 187 с

5.4. Перечень видов оценочных средств

1. Резюме

2. Регистрация elibrary.ru

3. Раздел Введение

4. Собеседование по общему дизайну исследования

5. Презентация по Введению

6. Доклад по презентации

5.5. Рейтинг-план дисциплины

	ПЗ	СР	Баллы
1	Особенности написания диссертаций по функциональной подготовке спортсменов	Регистрация в РИНЦ	1
		Написать резюме (не более 1 стр.А4) для научного руководителя, где	1
		сформулирована тема исследования, которой хочет заниматься магистрант	1
		обоснована ее актуальность	1
		сформулирована гипотеза	1
2	Раздел Введение в ВКР: актуальность, проблема исследования и список литературы	перечислены формы апробации предыдущих результатов других исследований	1
		Указана проблема исследования	1
		Освещено обсуждение проблемы с разных точек зрения	1
		Реальность ссылок	1
		Соответствие ссылок списку литературы	1
3	Раздел Введение в ВКР: гипотеза, цель и задачи исследования, оформление списка литературы	Множественность авторов на ссылку	1
		Соответствие цели и названия работы	1
		Соответствие цели и гипотезы исследования	1
		Соответствие цели и задач исследования	1
		Достоверность источников	1
4	Общий дизайн исследования	Верно оформленный список литературы	1
		Магистрант способен устно рассказать о:	1
		плане проверки гипотезы	1
		стратегии сбора данных	1
		выборе методов исследования и анализа результатов	1
5	Раздел Введение в ВКР: методы исследования	основных типах исследования (количественный или качественный, наблюдательный или интервенционный, описательный или аналитический, проспективный или ретроспективный; краткосрочный или лонгитюдный)	1
		возможных возражениях оппонентов	1
		Верно подобраны педагогические методы исследования	1
		Верно подобраны функциональные методы исследования	1
		Верно подобрано оборудование для педагогических методов	1
6	Раздел Введение в ВКР	Верно подобрано оборудование для функциональных методов	1
		Верно подобраны методы математической статистики	1
		Наличие всех структурных элементов: актуальность; методы; проблема; научная новизна; цель; теоретическая значимость; объект; практическая значимость; предмет; апробация результатов; гипотеза; структура квалификационной работы задачи;	3 – 1; 5 – 2; 8 – 3; 10 – 4; 13 – 5
7	Оформление презентации и подготовка к выступлению		0
8	Оформление доклада и презентации	Презентация без визуального шума	1
		Презентация содержит все структурные элементы	1
		Доклад соответствует презентации	1
		Доклад и презентация не повторяют друг друга	1
		Магистрант ориентируется в докладе и презентации	1
9	Защита раздела Введение	Доклад рассказывается, а не читается	1
		Доклад отражает основные факты и идеи	1
		Презентация четко структурирована	1
		Презентация не перегружена	1
		Владение темой (ответы на вопросы)	1

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1. Бурякин, Ф. Г. Выпускная работа в области физической культуры и спорта : учебное пособие / Ф.Г. Бурякин. – Москва : КНОРУС, 2015. – 128 с. – (Бакалавриат и магистратура). – ISBN 978-5-406-03437-8 : 248.70 р. – Текст : непосредственный.
 2. Варфоломеева, З. С. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебное пособие / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, О. Б. Подоляка. – Москва : Юрайт, 2020. – 105 с. – (Высшее образование). – ISBN 978–5–534–12321. – Текст: непосредственный.
 3. Глотова, М. Ю. Математическая обработка информации: учебник и практикум / М. Ю. Глотова. - М. : Юрайт, 2018. - 347 с. – Текст: непосредственный.
 4. Губа, В. П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований : учебно-методическое пособие / В. П. Губа. – Москва : Человек, 2015. – 288 с. – Текст : непосредственный.
 5. Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований : монография / В. П. Губа, В. В. Маринич. – Москва : Спорт, 2016. – 232 с. – Текст : непосредственный.
 6. Денисова, Л. В. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте : учебное пособие / Л. В. Денисова, И. В. Хмельницкая, Л. А. Харченко. - Киев : Олимпийская литература, 2008. - 217 с. - ISBN 966-8708-01-6. - Текст : непосредственный.
 7. Жгилева, Л. А. Информационная культура исследователя : учебное пособие / Л. А. Жгилева. - М. : Колос-с, 2018. - 245 с. - ISBN 9785001290018. - Текст : непосредственный.
 8. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике : учебное пособие для вузов физической культуры / В. П. Губа. – Москва : СпортАкадем-Пресс, 2002. – 211 с. – Текст : непосредственный.
 9. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учебное пособие для вузов физической культуры / В. П. Губа. - Москва : СпортАкадем-Пресс, 2002. - 211 с. – Текст: непосредственный.
 10. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учебное пособие для вузов физической культуры / В. П. Губа. - М. : СпортАкадем-Пресс, 2002. - 211 с. – Текст: непосредственный.
 11. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры: учебник / В. Г. Никитушкин. – Москва : Советский спорт, 2013. – 280 с. – Текст: непосредственный.
 12. Семенов, Л. А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / Л.А. Семенов. – Москва : Советский спорт, 2011. – 200 с. : ил. – Текст: непосредственный.
- Технология подготовки выпускной квалификационной работы магистранта : методические рекомендации. - 2-е изд., перераб. и доп. / Авт.-сост. Л.Н. Ботова и др. – Казань : ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСИТ», 2021. – 139 с. – Текст : непосредственный.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Дрещинский В. А.	Методология научных исследований: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.2	Дрещинский В. А.	Методология научных исследований: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.3	Афанасьев В. В., Грибова О. В., Уколова Л. И.	Методология и методы научного исследования: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.4	Капилевич Л. В.	Научные исследования в физической культуре: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2013
Л1.5		Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов	Москва: Прометей, 2013
Л1.6	Идиатуллина К. С., Гарафиев И. З.	Магистерская диссертация: учебное пособие	Казань: КНИТУ, 2012
Л1.7	Тархан Л. З.	Выпускная квалификационная работа. «Магистерская диссертация»	Симферополь: КИПУ, 2016
Л1.8	Кликунова К. А., Холматова-Бочкарева А. В., Разинова А. А.	Методические указания к расчетной работе «Анализ качественных данных»	Санкт-Петербург: СПбГПМУ, 2022
Л1.9	Кликунова К. А., Холматова-Бочкарева А. В., Разинова А. А.	Методические указания к расчетной работе «Анализ количественных данных»	Санкт-Петербург: СПбГПМУ, 2022
Л1.10	Нерадовская О. Р., Смышляева Л. Г., Стародубцев В. А., Поздеева С. И., Качалова О. И.	Подготовка и защита магистерской диссертации: педагогическое образование: учебно-методическое пособие	Томск: ТГПУ, 2024
Л1.11	Дрещинский В. А.	Методология научных исследований: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.12	Афанасьев В. В., Грибова О. В., Уколова Л. И.	Методология и методы научного исследования: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.13	Крючин Н. П., Киров В. А., Котов Д. Н.	Планирование и организация научно-исследовательской деятельности: методические указания	Самара: СамГАУ, 2015
6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы			
Э1	1. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru		
Э2	2. Губа, В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований : учебно-методическое пособие / В. П. Губа. – Москва : Человек, 2015. - 288 с. – Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60520 . – Текст : электронный.		
Э3	3. Губа, В.П. Теория и методика современных спортивных исследований : монография / В.П. Губа, В.В. Маринич. – Москва : Спорт-Человек, 2016. – 232 с. – URL: https://e.lanbook.com/book/97463 . – Текст : электронный.		
Э4	4. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры : учебник / В. Г. Никитушкин. – Москва : Советский спорт, 2013. – 280 с. – Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=10846 . – Текст : электронный.		
Э5	5. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебное пособие для вузов / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, О. Б. Подоляка, А. А. Артеменков. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 105 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-12321-0. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/447324 (дата обращения: 26.05.2023).		
Э6	6. Высшая аттестационная комиссия https://vak.minobrnauki.gov.ru/adverts_list#tab=_tab:advert~		
Э7	7. Глотова, М. Ю. Математическая обработка информации : учебник и практикум для вузов / М. Ю. Глотова, Е. А. Самохвалова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 301 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13622-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511062 (дата обращения: 28.05.2023).		
Э8	Информационно-правовой портал Гарант : сайт. – Москва, 1990. –Текст: электронный. – URL: http://www.garant.ru (дата обращения: 18.05.2023)		
Э9	9. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 18.05.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.		

Э10	10. Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 08.05.2023).
Э11	11. Научная электронная библиотека диссертаций и авторефератов https://www.dissercat.com/search?q=%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0
Э12	12. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514551 (дата обращения: 28.05.2023).
Э13	13. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов : монография / В. П. Губа, Г. И. Попов, В. В. Пресняков, М. С. Леонтьева ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник Н. Раевская. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 324 с. — ISBN 978-5-907225-47-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165131 (дата обращения: 28.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
Э14	14. Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма : официальный сайт. – Казань, 2013. – Текст: электронный. – URL: https://www.sportacadem.ru (дата обращения: 21.05.2023).
Э15	15. Российская государственная библиотека https://search.rsl.ru/ru/search#vc=13.00.00&t=%D0%A7%D0%A751&col=autoref&q=13.00.04
Э16	16. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения: 23.05.2023). – Режим доступа для авторизированных пользователей ПГАФКСиТ.
Э17	17. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения: 23.05.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.1.6	Для 43.00.00
6.3.1.7	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.8	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Интернет-ресурсы:
6.3.2.2	1. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru (дата обращения:). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.3	2. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения:). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.4	3. Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 08.02.2019).
6.3.2.5	4. Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма : официальный сайт. – Казань, 2013. – Текст: электронный. – URL: https://www.sportacadem.ru (дата обращения).
6.3.2.6	5. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения). – Режим доступа для авторизированных пользователей ПГУФКСиТ.
6.3.2.7	6. Информационно-правовой портал Гарант : сайт. – Москва, 1990. –Текст: электронный. – URL: http://www.garant.ru (дата обращения:).
6.3.2.8	7. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения:). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.9	8. Сайт Российской государственной библиотеки РГБ

6.3.2.10	https://search.rsl.ru/ru/search#vc=13.00.00&t=%D0%A7%7C%D0%A751&col=autoref&q=13.00.04
6.3.2.11	9. ВАК https://vak.minobrnauki.gov.ru/adverts_list#tab=_tab:advert~
6.3.2.12	10. Журнал Скопус «Наука гимнастики»
6.3.2.13	https://journals.uni-lj.si/sgj/issue/view/830
6.3.2.14	11. Англоязычные научные журналы по спортивной науке
6.3.2.15	https://www.sportmedicine.ru/journals_eng.php
6.3.2.16	12. АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПЛАТФОРМА ЯНДЕКС ПЛЮС X VSPORTE. Официальный провайдер данных Мир Российской Премьер-Лиги: https://vsporte.plus/
6.3.2.17	13. Министерство спорта Российской Федерации. – Режим доступа: http://www.minsport.gov.ru/
6.3.2.18	14. disserCat — электронная библиотека диссертаций https://www.dissercat.com/
6.3.2.19	15. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»
6.3.2.20	https://cyberleninka.ru/
6.3.2.21	16. Сайт научных зарубежных публикаций ResearchGate
6.3.2.22	https://www.researchgate.net/search/publication?q=
6.3.2.23	17. Сайт научных зарубежных публикаций ScienceDirect https://www.sciencedirect.com/search?q=sport
6.3.2.24	18. Электронно-библиотечная система
6.3.2.25	https://znanium.ru/catalog/magazines
6.3.2.26	19. Сибак. Архив статей РИНЦ, ВАК, книг, монографий. И отправка статей Скопус и т.д.
6.3.2.27	https://sibac.info/blog?field_category_value%5B%5D=%D0%9F%D1%83%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8+Scopus
6.3.2.28	20. Сайхаб Sci-hub. Зарубежные журналы. Вкладка наука о спорте Sports Science. Очень много зарубежных журналов о спорте.
6.3.2.29	https://www.scimagojr.com/journalrank.php?category=3612
6.3.2.30	https://www.tandfonline.com/toc/rqrs21/current
6.3.2.31	21. Semantic Scholar
6.3.2.32	https://www.semanticscholar.org/
6.3.2.33	https://www.semanticscholar.org/search?q=Наука+о+спорте
6.3.2.34	22. Сайты 14 спортивных ВУЗов на вкладке Диссертационный совет по коду специальности старому 13.00.04 и новому 5.8.5.
6.3.2.35	23. Сайты федераций РФ по виду спорта.
6.3.2.36	24. Медицинская статистика. https://www.medstatistic.ru/
6.3.2.37	25. STATTECH https://stattech.ru/
6.3.2.38	26. Ямови. https://www.jamovi.org/

6.3.2.39	27. SPS Статистика.
6.3.2.40	28. STATISTIKA.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

- 7.1 1. Аудитория для проведения занятий.
 2. Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
 Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
 - абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;
 - электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам.
 - читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
- А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
 А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
 А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
 А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
 А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
 D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
 D102:
- ☐ Компьютер ICL RAY,
 - ☐ проектор Casio,
 - ☐ экран настенный,
 - ☐ доступ к Интернету
 - ☐ Электрокардиограф
 - ☐ Стабилан – 01-2, с каналом ритмограммы – пульса; каналом внешнего дыхания; каналами интегральных миограмм.
 - ☐ НС-Психотест (полная комплектация).
 - ☐ Электромиограф «Синапсис» (стандартная конфигурация)
 - ☐ Эргометрическая система (Велоэргометр) E-Bike
 - ☐ PowerLab: Система обучения физиологии верхнего уровня PTB 4263, ADInstruments Ltd.
 - ☐ Набор для физиологических исследований человека при тренировках PTK 14, ADInstruments Ltd
 - ☐ Набор для упражнения дыхания при физиологических исследованиях человека PTK 20, ADInstruments Ltd
 - ☐ Спирометр ССП сухой портативный
 - ☐ Анализатор зрения ПНР-03
 - ☐ Динамометр кистевой ДК-140
 - ☐ Динамометр становой ДС-500
 - ☐ Калипер КЭЦ-100-1-И-Д
 - ☐ Молоток неврологический
 - ☐ Ростомер РМ со стульчиком
 - ☐ Аудиометр АА-02 автоматизированный поликлинический
 - ☐ Кресло вращающееся КВ - Барани
 - ☐ Кушетка мед. массажная КММ-01-"МСК" (МСК 204)
 - ☐ Монитор Polar F7
 - ☐ Монитор анестезиолога-реаниматолога МАРГ10-01 «Микролюкс» К.12
 - ☐ рН-метр рН013
 - ☐ Микроскоп прямой MRP 161 с дополнительными принадлежностями
 - ☐ Пинцеты
 - ☐ Пробирки.
 - ☐ Штатив с держателями
 - ☐ Предметные стекла
 - ☐ Покровные стекла
- D103 (учебная лаборатория):
- ☐ Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.),
 - ☐ ЖК телевизор LG 55LM620T,
 - ☐ акустическая система Sven,
 - ☐ доступ к Интернету
 - ☐ Электрокардиограф
 - ☐ Стабилан – 01-2, с каналом ритмограммы – пульса; каналом внешнего дыхания; каналами интегральных миограмм.
 - ☐ НС-Психотест (полная комплектация).
 - ☐ Электромиограф «Синапсис» (стандартная конфигурация)

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Студентам необходимо:

- ☐ перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- ☐ на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- ☐ перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Прочный запас знаний по сопутствующим дисциплинам изученным ранее. Знания, полученные ранее, на дисциплине позволят вам эффективно выстроить процесс обучения. Для подготовки к занятиям необходимо активно пользоваться материалами ДО подготовленные преподавателями кафедр.

При возникновении трудностей возможно использование электронной почты преподавателей, на которую возможно отправлять для проверки и задавать интересующие вопросы в рамках изучаемой дисциплины.

Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Студентам следует:

- ☐ приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- ☐ до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- ☐ при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- ☐ в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- ☐ на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.
- ☐ Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

Методические указания для подготовки к зачету/экзамену

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена.

Зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения зачета является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели зачета и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка студентов к экзамену включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену;
- подготовка к ответу на вопросы.

Подготовку к экзамену целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы.

Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к экзамену (зачету) является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в

систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого студент сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Зачет проводится в дни и часы, отведенные расписанием занятий для изучения дисциплины. Зачет принимается лектором данного потока, который отвечает за организацию подготовки и проведение зачета, или преподавателем, проводившим практические занятия.

Экзамены проводятся строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному деканатом и утвержденному проректором по учебной работе.

Зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием.

Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на зачете неудовлетворительную оценку, решением деканата устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена (зачета).

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям.

Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию — количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц — или предоставление студентам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту нужно обязательно научиться работать с книгой.

Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам — справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники — важное подспорье в самостоятельной работе студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно — освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

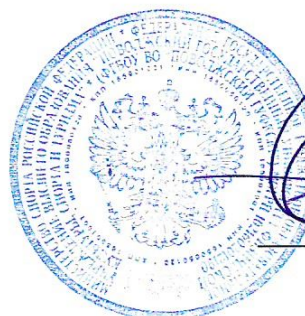
Наиболее надежный способ собрать нужный материал — составить план или конспект. Конспект, план-конспект — это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия).

Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражение новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ

А.В. Павлова

29.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины **Управленческая деятельность в спорте (в том числе управление проектами)**

Закреплена за кафедрой

Кафедра экономики и управления в спорте

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт

Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

экзамены 4

аудиторные занятия

26

самостоятельная работа

55

часов на контроль

27

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	4			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	6	6
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	26	26	26	26
Контактная работа	26	26	26	26
Сам. работа	55	55	55	55
Часы на контроль	27	27	27	27
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.соц.н., Доц., Фахретдинова Альбина Баязитовна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 20.03.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Мифтахов М.Р.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	формирование знаний, умений и навыков практической деятельности в области стратегического и проектного управления, а так же разработки управленческих решений в организациях сферы физической культуры и спорта
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Актуальные проблемы в системе научных знаний о спорте	
2.1.2	Общая теория спорта и технология подготовки спортсмена	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-1.: Способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта	
:	

Знать:
Федеральные стандарты спортивной подготовки (ФССП) по избранному виду спорта, программы развития видов спорта
Знать:
методику планирования деятельности организаций в области ФКиС, в том числе деятельности сборных команд
Знать:
систему показателей для оценки деятельности физкультурно-спортивных организаций и их руководителей
Знать:
основы системы подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта
Уметь:
выбирать наиболее эффективные методы планирования
Уметь:
ставить цели, выбирать эффективные средства и методы решения управленческих задач
Владеть:
методами и инструментами планирования
Владеть:
навыками планирования ресурсного обеспечения деятельности физкультурно-спортивной организации

УК-2.: Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла

:

Знать:
теоретические основы проектной деятельности
Знать:
критерии оценки актуальности и ожидаемых результатов проекта
Знать:
фазы и методы управления проектом
Знать:
этапы жизненного цикла проекта в сфере ФКиС
Уметь:
формулировать цель и задачи проекта на основе поставленной проблемы, обосновывать его значимость и реализуемость
Уметь:
разрабатывать концепцию и детальный план реализации проекта с учетом имеющихся ресурсов и ограничений
Владеть:
навыками обоснования социальной значимости проекта в области ФКиС
Владеть:
навыками мониторинга и контроля хода реализации проекта
Владеть:
опытом корректировки отклонений в процессе реализации проекта

УК-3.: Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели

:

Знать:

принципы формирования команды и распределения полномочий
Знать: стратегии сотрудничества для достижения командных целей
Знать: стили руководства командой, навыки необходимые руководителю
Уметь: планировать работу команды с учетом индивидуальных особенностей её членов
Уметь: делегировать полномочия, распределять поручения и ресурсы
Уметь: разрабатывать стратегию командной работы на основе совместного обсуждения целей и направлений деятельности для их реализации
Владеть: опытом выработки командной стратегии
Владеть: методами разрешения конфликтов и противоречий при деловом общении
Владеть: опытом выполнения поставленных задач на основе мониторинга командной работы и своевременного реагирования на существенные отклонения

ОПК-6.: ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации

:
Знать: методы оценки эффективности деятельности физкультурно-спортивных организаций
Знать: показатели статистических форм наблюдения в области ФКиС, основы проведения системного мониторинга в отрасли
Знать: критерии оценки качества и эффективности тренировочного процесса
Уметь: разрабатывать системы ключевых показателей эффективности (КПЭ), в том числе для оценки эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности
Уметь: обосновывать предложения по повышению эффективности на основе анализа данных
Уметь: проводить сравнительный анализ результативности программ и различных методик подготовки в избранном виде спорта
Владеть: навыками разработки и реализации системы мониторинга ключевых показателей эффективности (КПЭ)
Владеть: опытом обработки и анализа собранной управленческой информации

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Теоретико-методологические и организационно-правовые основы управленческой деятельности						
1.1	Понятие и особенности управленческой деятельности. Методы управления и управленческие решения в профессиональной деятельности специалистов физической культуры и спорта. /Тема/	4	0				
1.2	Особенности и условия управленческой деятельности. Управленческие функции. Методы управления. Понятие управленческого решения, классификация управленческих решений, способы принятия решений. /Лек/	4	2	ОПК-1.-В1 УК-3.-33 УК-3.-У1 УК-3.-У2 ОПК-6.-32	Л1.1 Л1.21Л2.33 Л2.34 Л2.40 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5		

1.3	Факторы, влияющие на эффективность управленческой деятельности. Стили руководства. Законодательство РФ в сфере ФКиС, в области подготовки и отбора спортивного резерва для спортивных сборных команд. Особенности регулирования труда спортсменов и тренеров. Государственные и социальные гарантии прав специалистов ФКиС, профессиональных спортсменов. Стратегия развития ФКиС до 2030 года. Программы развития вида спорта. Система физической культуры и спорта РФ. /Пр/	4	4	ОПК-1.-31 ОПК-1.-34 ОПК-1.-У2 ОПК-1.-В1 УК-3.-33 УК-3.-У1 ОПК-6.-32 ОПК-6.-В2	Л1.1 Л1.14 Л1.21Л2.7 Л2.11 Л2.13 Л2.19 Л2.34 Л2.40		
	Раздел 2. Управление в системе спортивной подготовки						
2.1	Понятие и классификация физкультурно-спортивных организаций. Источники финансирования ФСО. /Тема/	4	0				
2.2	Коммерческие и некоммерческие ФСО. Государственные, муниципальные ФСО. Частные ФСО. Общественные объединения физкультурно-спортивной направленности: понятие и виды. Менеджмент в спортивной федерации. Регистрация и аккредитация спортивных федераций. Источники и типовые модели финансирования ФСО. /Лек/	4	2	ОПК-1.-32 ОПК-1.-33 ОПК-1.-34 ОПК-1.-В2 УК-3.-31 УК-3.-32 УК-3.-33 УК-3.-У1 ОПК-6.-31 ОПК-6.-32 ОПК-6.-33	Л1.1 Л1.18Л2.7 Л2.11 Л2.13 Л2.19 Л2.33 Л2.34 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5		
2.3	Показатели и мониторинг результативности работы сотрудников (тренеров) ФСО. Критерии для оценки эффективности деятельности руководителей в области ФКиС. Показатели результативности работы тренеров по виду спорта. Развитие спорта высших достижений в России. Формирование спортивных сборных команд РФ. Материально-техническое обеспечение сборных команд РФ. Управление системой подготовки спортсмена. /Пр/	4	4	ОПК-1.-У1 ОПК-1.-У2 ОПК-1.-В1 ОПК-1.-В2 УК-3.-У1 УК-3.-У2 УК-3.-У3 УК-3.-В1 УК-3.-В2 ОПК-6.-У1 ОПК-6.-У2 ОПК-6.-У3 ОПК-6.-В1 ОПК-6.-В2	Л1.1 Л1.21Л2.7 Л2.8 Л2.11 Л2.13 Л2.19 Л2.29 Л2.31 Л2.33 Л2.34 Л2.40 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5		
	Раздел 3. Управление проектами в области физической культуры и спорта						
3.1	Основы проектной деятельности. Жизненный цикл и фазы управления проектом. /Тема/	4	0				
3.2	Основы проектной деятельности. Понятие и признаки проекта, отличие управления проектами (УП) от других видов управления. Фазы управления проектом: планирование, подготовка, исполнение, завершение. «Железный треугольник» проекта. Жизненный цикл спортивного проекта. Основные стандарты проектного управления. /Лек/	4	2	УК-2.-31 УК-2.-32 УК-2.-33	Л1.3 Л1.4 Л1.10 Л1.11 Л1.12 Л1.13Л2.35 Л2.36 Л2.37 Л2.38 Л2.39 Л2.41 Л2.42 Л2.43 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5		

3.3	Формирование концепции и цели проекта. Обоснование социальной значимости проекта, его реализуемости. География и срок реализации проекта. Целевые группы, стейкхолдеры проекта. Стратегия и мониторинг командной работы. Этапы и процессы планирования проекта. Бюджет проекта. Контроль и регулирование хода выполнения проекта. Управление рисками проекта. Информационное сопровождение и маркетинг проекта. Ожидаемые количественные и качественные результаты проекта. Дальнейшее развитие проекта (масштабирование, профессионализация), возможности коммерциализации проекта. Анализ эффективности реализации проекта. /Пр/	4	12	УК-2.-У1 УК-2.-У2 УК-2.-В1 УК-2.-В2 УК-2.-В3 УК-3.-31 УК-3.-32 УК-3.-33 УК-3.-У1 УК-3.-У2 УК-3.-У3 УК-3.-В1 УК-3.-В2 УК-3.-В3	Л1.3 Л1.7 Л1.11 Л1.12 Л1.13 Л1.16 Л1.17 Л1.19 Л1.20 Л1.22 Л1.23Л2.2 Л2.3 Л2.6 Л2.9 Л2.10 Л2.12 Л2.14 Л2.16 Л2.20 Л2.21 Л2.22 Л2.23 Л2.24 Л2.26 Л2.27 Л2.28 Л2.30Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5		
	Раздел 4. Самостоятельная работа						
4.1	Самостоятельная работа студента /Тема/	4	0				
4.2	Теоретико- методологические и организационно-правовые основы управленческой деятельности /Ср/	4	15	ОПК-1.-31 ОПК-1.-34 ОПК-1.-У2 ОПК-1.-В1 УК-3.-33 УК-3.-У1 УК-3.-У2 ОПК-6.-32 ОПК-6.-В2	Л1.1 Л1.14 Л1.21Л2.1 Л2.7 Л2.8 Л2.13 Л2.19 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6		
4.3	Управление в системе спортивной подготовки /Ср/	4	15	ОПК-1.-32 ОПК-1.-33 ОПК-1.-34 ОПК-1.-У2 ОПК-1.-В1 ОПК-1.-В2 УК-3.-31 УК-3.-32 УК-3.-33 УК-3.-У1 УК-3.-У2 УК-3.-В1 УК-3.-В2 ОПК-6.-31 ОПК-6.-32 ОПК-6.-33 ОПК-6.-У1 ОПК-6.-У2 ОПК-6.-У3 ОПК-6.-В1 ОПК-6.-В2	Л1.5 Л1.6 Л1.8 Л1.9 Л1.15Л2.4 Л2.25 Л2.32 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6		

4.4	Управление проектами в области физической культуры и спорта /Ср/	4	25	УК-2.-31 УК-2.-32 УК-2.-33 УК-2.-34 УК-2.-У1 УК-2.-У2 УК-2.-В1 УК-2.-В2 УК-2.-В3 УК-3.-31 УК-3.-32 УК-3.-33 УК-3.-У1 УК-3.-У2 УК-3.-У3 УК-3.-В1 УК-3.-В2 УК-3.-В3	Л1.2 Л1.3 Л1.7 Л1.11 Л1.13 Л2.5 Л2.6 Л2.9 Л2.10 Л2.14 Л2.15 Л2.16 Л2.17 Л2.18		
	Раздел 5. Контроль (экзамен)						
5.1	Экзамен /Тема/	4	0				
5.2	/Экзамен/	4	27	ОПК-1.-31 ОПК-1.-32 ОПК-1.-33 ОПК-1.-34 ОПК-1.-У1 ОПК-1.-У2 ОПК-1.-В1 ОПК-1.-В2 УК-2.-31 УК-2.-32 УК-2.-33 УК-2.-34 УК-2.-У1 УК-2.-У2 УК-2.-В1 УК-2.-В2 УК-2.-В3 УК-3.-31 УК-3.-32 УК-3.-33 УК-3.-У1 УК-3.-У2 УК-3.-У3 УК-3.-В1 УК-3.-В2 УК-3.-В3 ОПК-6.-31 ОПК-6.-32 ОПК-6.-33 ОПК-6.-У1 ОПК-6.-У2 ОПК-6.-У3 ОПК-6.-В1 ОПК-6.-В2			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для проведения текущего контроля (собеседование)

Понятие проектной деятельности. Фазы проектного управления. Жизненный цикл проекта.

Требования к формулировке целей и задач целевых программ и проектов в области ФКиС. Неопределенность и риски проектной деятельности.

Целевые программы и Федеральные проекты в области ФКиС. Бюджет и риски проекта.

Формирование спортивных сборных команд РФ.

Цели и задачи спортивной сборной команды. Критерии отбора в сборную команду.

Разработка программы развития вида спорта. Мониторинг и корректировка командной работы.
 Виды планирования. Стратегическое и тактическое планирование.
 Формы принятия решений. Календарное планирование. Инструменты планирования.
 Планирование спортивной подготовки квалифицированных спортсменов. Ресурсы ФСО. Взаимодействие ФСО с внешней и внутренней средой.
 Показатели статистических форм наблюдения в области ФКиС.
 Отчетность в деятельности ФСО. Эффективность деятельности ФСО.
 Оценка результативности тренировочного процесса. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки.

Текущий контроль - тестовые задания

1. Практический навык, которым можно овладеть в процессе реализации разных проектов - ...
 - а. делегирование
 - б. планирование
 - в. управление проектами
 - г. целеполагание
2. Кто может выступать в качестве стейкхолдеров проекта?
 - а. клиенты
 - б. партнеры и инвесторы
 - в. СМИ
 - г. все варианты верны
3. Укажите лишнее в процессе разработки проекта
 - а. определиться с задачей и проанализировать рынок
 - б. выбрать подходящий формат
 - в. собрать необходимые ресурсы
 - г. согласовать бюджет проекта с экспертами сферы ФКиС
 - д. составить график работ
 - е. найти партнеров и описать бизнес-процессы
 - ж. настроить каналы продвижения
4. Общие принципы и критерии формирования списков кандидатов в спортивные сборные команды РФ определяются...
 - а. Министерством спорта РФ
 - б. Олимпийским комитетом России
 - в. спортивной федерацией по соответствующему виду спорта
5. Как называется функция установления постоянных и временных взаимоотношений между всеми подразделениями и отдельными исполнителями, определение порядка их функционирования?
 - а. контроль
 - б. командование
 - в. организация
 - г. оценка
6. Оптимальное распределение ресурсов для достижения поставленных целей именуют...
 - а. управлением
 - б. планированием
 - в. прогнозированием
7. Назовите высшие органы (общей компетенции) государственной власти, которые формируют законодательные основы развития ФКиС, утверждают расходы на ФКиС в годовом бюджете и т.д.
 - а. ОКР
 - б. Минспорта РФ
 - в. Гос. Дума и Совет Федерации
8. В обязанности тренера спортивной сборной команды РФ не входит (отметьте лишнее):
 - а. проведение тренировочных занятий со спортсменами – членами спортивной сборной команды
 - б. проведение медико-биологических обследований спортсменов
 - в. обучение спортсменов приемам и методам тренировок для достижения спортивного результата
 - г. разработка перспективных, текущих и индивидуальных планов подготовки спортсменов
9. При разработке спортивного проекта важно обратиться к ..., которые могут быстро ввести вас в контекст, дать уникальную информацию и подтолкнуть к ключевым идеям.
 - а. экспертам
 - б. тренерам
 - в. ученым
 - г. маркетологам
10. Какая организация утвердила статистическую отчетность по форме 1-ФК?
 - а. Минспорта
 - б. Минцифры
 - в. Росстат
11. Управленческий учет подразделяют на...
 - а. стратегический и текущий
 - б. долгосрочный и краткосрочный
 - в. своевременный и регулярный
12. Технология наблюдения и анализа изменений объекта управления, характеризуемая постоянством, регулярностью

осуществления в течение всего управленческого цикла именуют...

- а. анализ
- б. мониторинг
- в. оценка
- г. измерение

Вопросы для проведения промежуточно аттестации (экзамен)

1. Сущность управления. Объект и субъект, признаки и принципы управления.
2. Особенности управленческой деятельности. Основные задачи и условия управленческой деятельности (внешние и внутренние)
3. Управленческие функции.
4. Целеполагание и планирование в управленческой деятельности.
5. Организация и координация в управленческой деятельности.
6. Делегирование и мотивирование в управленческой деятельности.
7. Контроль как вид управленческой деятельности. Принципы контроля. Внешний и внутренний контроль в ФСО. Управленческий учет.
8. Позиции руководителя спортивной организации. Стили руководства. Основные управленческие навыки.
9. Управленческое решение: сущность, классификация.
10. Способы принятия управленческих решений.
11. Факторы, влияющие на эффективность управленческой деятельности.
12. Методы управления прямого и косвенного воздействия.
13. Организационно-распорядительные (административные) методы управления.
14. Социально-психологические методы управления.
15. Правовые и экономические методы управления.
16. Факторы, негативно влияющие на социально-психологический климат в организациях физкультурно-спортивной направленности. Конфликты в управленческой деятельности.
17. Система управления ФКиС: организационно-правовые основы и особенности.
18. Общемировые тенденции в сфере физической культуры и спорта.
19. Основные целевые показатели развития физической культуры и спорта до 2030 года.
20. Основные международные документы в сфере массового спорта. Факторы, позволяющие достигнуть массовости физкультурно-спортивного движения.
21. Законодательство РФ в области подготовки и отбора спортивного резерва для спортивных сборных команд.
22. Локальные нормативные акты физкультурно-спортивных организаций (спортивной федерации, профессионального спортивного клуба и др.).
23. Программы развития вида спорта.
24. Социальное проектирование как деятельность по управлению изменениями на макроуровне. Основные направления политики (стратегии) государства в отношении сферы ФКиС.
25. Физкультурно-спортивная деятельность. Организации, осуществляющие физкультурно-спортивную деятельность. Субъекты ФКиС.
26. Организационная структура управления. Уровни и звенья управления. Горизонтальные и вертикальные связи.
27. Органы управления физической культурой и спортом.
28. Правовой статус и социальная защита спортсменов. Меры социальной защиты спортсменов.
29. Общие и специальные нормы, регулирующие отношения в сфере труда спортсменов и тренеров.
30. Содержание и специфические особенности труда руководителя организации, осуществляющий деятельность в области ФКиС. Профессиональный стандарт.
31. Концепция цифровизации государственной системы подготовки и управления в сфере физической культуры и спорта.
32. Федеральный стандарт спортивной подготовки. Этапы спортивной подготовки. Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий.
33. Понятие и общие характеристики организации. Организации системы ФКиС. Характеристика физкультурно-спортивных услуг.
34. Физкультурно-спортивные организации как объект управления. Классификация ФСО.
35. Миссия, цели, стратегия организации. Внутренняя и внешняя среда ФСО.
36. Источники финансирования ФСО.
37. Управленческая деятельность в спортивной федерации (органы управления, цель и виды деятельности, права и обязанности, источники финансирования).
38. Регистрация и аккредитация спортивных федераций. Иерархия спортивных федераций. Законодательное регулирование деятельности СФ.
39. Показатели и мониторинг результативности работы сотрудников (тренеров) ФСО.
40. Принципы, методы, критерии отбора персонала ФСО, тренерских кадров.
41. Аттестация, обучение и развитие тренерского состава. Модель мотивации тренеров спортивных сборных команд.
42. Основные тенденции в сфере управления спортом высших достижений.
43. Зарубежный опыт стратегического управления национальными спортивными сборными командами.
44. Развитие спорта высших достижений в России. Программа развития вида спорта (целевые направления/ показатели). Понятие базового вида спорта.
45. Формирование спортивных сборных команд РФ. Ключевые показатели и отбор спортсменов в сборную команду РФ. Требования к кандидатам в основной и резервный составы сборной команды.
46. Материально-техническое обеспечение сборных команд РФ.
47. Инициирование фандрайзинговых кампаний в области ФКиС.

48. Определение проекта. Отличие проектной деятельности от операционной. Железный треугольник проекта. Трудности реализации проекта.
 49. Фазы управления проектом (виды деятельности и базовые навыки). Обеспечение качества проекта.
 50. Команда и партнеры проекта. Роли в проекте. Стейкхолдеры проекта.
 51. Стандарты и методологии управления проектами.
 52. Спортивные проекты федерального и всероссийского уровня. Выгоды территорий от реализации спортивных проектов.
 53. Форматы спортивных проектов. Социальные эффекты спортивных проектов. Обоснование социальной значимости спортивного проекта.
 54. Целевые группы спортивных проектов. Формулирование цели и задач спортивного проекта.
 55. Грантовая и инвестиционная поддержка спортивных проектов.
 56. Бизнес-модель и бюджет спортивного проекта.
 57. Жизненный цикл проекта. Масштабирование и профессионализация спортивного проекта.
 58. Продвижение и презентация проекта. Требования к неймингу и логотипу проекта.
 59. Управление рисками проекта.
 60. Анализ эффективности реализации проекта. Основные принципы и общая схема оценки эффективности проекта.
- Проектная документация.

5.2. Темы письменных работ

Практическое задание 1 (индивидуальное аналитическое задание) - анализ деятельности спортивной федерации и организации работы по подготовке спортивного резерва по избранному виду спорта.

Практическое задание 2 (групповая работа над спортивным проектом):

- создание проектной команды, распределение ролей в команде
- мозговой штурм с целью генерации идей для спортивного проекта
- выбор формата спортивного проекта
- определение миссии и целей
- формулирование задач
- обоснование социальной значимости проекта
- Определение целевых групп
- выбор географии проекта
- определение партнеров проекта
- составление календарного плана реализации проекта
- определение ожидаемых количественных и качественных результатов проекта
- расчет бюджета проекта
- определение каналов продвижения проекта
- оформление заявки на участие в конкурсе проектов
- составление презентации по разработанному проекту
- защита проекта

На защиту проекта заполняется шаблон проектной документации и готовится презентация по ключевым параметрам проекта.

Презентации выполняются с использованием фирменного стиля (цветов и логотипа) университета. Презентация должна содержать 7-10 слайдов. Обязательно наличие следующих элементов: титульный лист с названием проекта и именами авторов, слайды 2-10: цель и задачи проекта, целевая группа, сроки реализации и география проекта, партнеры проекта, календарный план проекта, ожидаемые количественные и качественные результаты, бюджет и продвижение проекта.

Темы рефератов

1. Этапы и процедуры разработки и принятия управленческого решения в физкультурно-спортивной организации.
2. Зависимость отрасли физической культуры и спорта от экономики страны.
3. Система методов управления в физкультурно-спортивных организациях.
4. Современные тенденции развития материально-технической базы физической культуры и спорта.
5. Система показателей развития физической культуры и спорта в РФ.
6. Содержание и особенности труда руководителя физкультурно-спортивной организации.
7. Управление спортивной организацией (спортивного клуба, федерации, СШ, фитнес-клуба и др.).
8. Ресурсное обеспечение спортивного мероприятия.
9. Профессиональный состав работников физической культуры и спорта и их трудовые функции.
10. Источники финансирования физкультурно-спортивных организаций.
11. Система планов физкультурно-спортивной организации.
12. Менеджмент персонала физкультурно-спортивной организации.
13. Моральное и материальное стимулирование труда работников физкультурно-спортивной организации.
14. Научные основы теории социального управления физкультурно-спортивными организациями.
15. Представление об отраслевой системе управления, о принципах, закономерностях и технологии управления в организациях отрасли ФКиС в современных рыночных условиях.
16. Механизмы взаимодействия физкультурно-спортивных организаций различных организационно-правовых форм.
17. Прогнозирование и планирование как функция спортивного менеджмента.
18. Организация как функция менеджмента, организационные структуры спортивных организаций.
19. Система контроля в сфере физической культуры и спорта.
20. Понятие управленческого решения в конкретном виде профессиональной деятельности специалистов ФКиС.
21. Особенности принятия и реализации управленческого решения в конкретном виде профессиональной деятельности

специалистов ФКиС.

22. Понятие и виды общественных объединений физкультурно-спортивной направленности.

23. Менеджмент в спортивном клубе.

24. Спортивные школы в системе дополнительного образования детей, их миссии и цели. Персонал-менеджмент в спортивной школе.

25. Типы и особенности технологических, организационных, социальных, инновационных проектов.

26. Культурное, национальное, государственное и социальное значение спортивных проектов.

27. Управление изменениями в проектной деятельности.

28. Анализ эффективности реализации проекта. Построение моделей экономической эффективности проекта.

29. Показатели эффективности инвестиционных проектов и методы их расчета.

30. Зарубежный опыт стратегического управления национальными спортивными сборными командами.

31. Оценка результативности работы тренеров на основе системы показателей с учетом специфики вида спорта.

32. Состав, функции, зоны ответственности и порядок взаимодействия лиц, участвующих в подготовке сборной команды РФ.

33. Системный мониторинг подготовленности спортсменов.

34. Анализ эффективности выступления сборной команды РФ на общероссийских и международных соревнованиях.

Текст реферата должен быть набран шрифтом Times New Roman, 14, с полуторным межстрочным интервалом. Параметры страницы А4: сверху и снизу 2 см, справа 2,5 см, слева 1,5 см. Общий объем реферата должен быть в диапазоне 20-30 страниц. В реферате должны содержаться сноски на использованные источники литературы. Структура реферата: введение, основная часть, содержащая 2-4 раздела, заключение, список использованной литературы.

5.3. Фонд оценочных средств

Форма оценивания - собеседование/ реферат.

Не аттестован (Не удовлетворительно): студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.

Низкий (Удовлетворительно): студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.

Средний (Хорошо): студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.

Высокий (Отлично): студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Форма оценивания - тестирование.

не аттестован - 50% и менее

низкий - 51% – 65 %

средний - 66 % – 84%

высокий - 85% – 100%

Форма оценивания - практические задания.

Не аттестован (Не удовлетворительно): студент не подготовил задание, либо неполно изложил задание; при изложении были допущены существенные ошибки; результаты выполнения работы не удовлетворяют требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

Низкий (Удовлетворительно): студент неполно, но правильно изложил задание; при изложении была допущена одна существенная ошибка. Студент знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий; излагает выполнение задания недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя; материал оформлен неаккуратно или не в соответствии с требованиями.

Средний (Хорошо): студент неполно, но правильно изложил задание; при изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания преподавателя; дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; материал оформлен недостаточно аккуратно, но в соответствии с требованиями.

Высокий (Отлично): студент обстоятельно, с достаточной полнотой излагает соответствующую тему; дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя. Материал оформлен аккуратно в соответствии с требованиями.

Форма оценивания - экзамен (устный опрос).

Не аттестован (Не удовлетворительно): студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.

Низкий (Удовлетворительно): студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.

Средний (Хорошо): студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.

Высокий (Отлично): студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Входное оценивание - вопросы для проведения собеседования.

Текущий контроль:

- 1) практическое задание в виде индивидуальной аналитической работы;
- 2) практическое задание в виде групповой работы над спортивным проектом и презентации проекта.

Реферат для отработки пропущенных занятий.

Промежуточная аттестация - вопросы к экзамену.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

МОДУЛЬ 1

1.1. Собеседование, устный опрос

не аттестован - 4 и менее

низкий - 5–6

средний - 7–8

высокий - 9–10

1.2. Практическая работа, тестовое задание

не аттестован - 4 и менее

низкий - 5–6

средний - 7–8

высокий - 9–10

макс: 20

МОДУЛЬ 2.

2.1. Собеседование, устный опрос

не аттестован - 4 и менее

низкий - 5–6

средний - 7–8

высокий - 9–10

2.2. Практическая работа, презентация проекта

не аттестован - 4 и менее

низкий - 5–6

средний - 7–8

высокий - 9–10

макс: 20

ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 40

За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу: 10

ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 50

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1. Филиппов С. С. Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2025.
2. Грибов В. Д., Кисляков Г. В. Управленческая деятельность: учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2024.
3. Зуб А. Т. Управление проектами: учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2025.
4. Балашов А. И., Рогова Е. М., Тихонова М. В., Ткаченко Е. А. Управление проектами: учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2025.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Филиппов С. С.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2023
ЛП.2	Зуб А. Т.	Управление проектами: учебник и практикум для спо	Москва: Юрайт, 2023
ЛП.3	Зуб А. Т.	Управление проектами: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023
ЛП.4	Москвин С. Н.	Управление проектами в сфере образования: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
ЛП.5	Грибов В. Д., Кисляков Г. В.	Управленческая деятельность: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023

Л1.6	Титова А. А., Грачева О. А., Лиходаев Е. Г., Оркина К. А., Телегина В. А.	Организационно-управленческая деятельность в прокуратуре и суде: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.7	Балашов А. И., Рогова Е. М., Тихонова М. В., Ткаченко Е. А.	Управление проектами: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.8	Березкина Т. Е., Петров А. А.	Организационно-управленческая деятельность юриста: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.9	Грибов В. Д., Кисляков Г. В.	Управленческая деятельность: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.10	Москвин С. Н.	Управление проектами в сфере образования: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.11	Горбашко Е. А., Адамова М. Е., Бахматова А. К., Берстень Е. В., Васильева Е. В., Головцов Д. Л., Головцова И. Г., Жукова А. Г., Куганов В. Г., Леонова Т. И., Рыкова Ю. А., Скрипко Л. Е., Сучкова М. Ю., Титова А. В., Четыркина Н. Ю., Летюхин И. Д.	Управление проектами: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.12	Балашов А. И., Рогова Е. М., Тихонова М. В., Ткаченко Е. А.	Управление проектами: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.13	Зуб А. Т.	Управление проектами: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.14	Филиппов С. С.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.15	Стройкина Л. В.	Менеджмент в физической культуре и спорте: учебное пособие	Новокузнецк: КГПИ КемГУ, 2012
Л1.16	Нефедова Е. Е.	Управление проектами: учебное пособие	Рязань: РГРТУ, 2022
Л1.17	Стародубцева В. С.	Управление проектами: учебное пособие	Горно-Алтайск: ГАГУ, 2023
Л1.18	Зубарев Ю. А., Вакалова Л. Г.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов, обучающихся в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы базовой и вариативной части профессионального цикла подготовки студентов по направлению подготовки 49.03.01 «физическая культура» профиль «менеджмент в физической культуре и спорте»; по направлению подготовки 49.04.01 – физическая культура, профиль «управление физической культурой и спортом»	Волгоград: ВГАФК, 2022
Л1.19	Никольников Н. В., Иваев М. И.	Управление проектами: учебное пособие	Самара: ПГУТИ, 2022
Л1.20	Осипова И. С., Булдашева О. В.	Управление проектами в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие	Москва: ФЛИНТА, 2024
Л1.21	Филиппов С. С.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.22	Зуб А. Т.	Управление проектами: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.23	Балашов А. И., Рогова Е. М., Тихонова М. В., Ткаченко Е. А.	Управление проектами: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Мелёхин А. В.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие для спо	Москва: Юрайт, 2023
Л2.2	Гусакова Е. А., Павлов А. С.	Управление проектами в строительстве: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л2.3	Алексанов Д. С., Кошелев В. М., Чекмарева Н. В.	Управление проектами в АПК: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л2.4	Березкина Т. Е., Петров А. А.	Организационно-управленческая деятельность юриста: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л2.5	Алферов О. А.	Управление проектами	Калининград: БФУ им. И.Канта, 2012
Л2.6	Лавров Г. И.	Управление проектами	Тюмень: ТюмГНГУ, 2012
Л2.7	Каримов Р. Р., Федуллина И. Р.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие	Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2007
Л2.8	Шерин В. С.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2010

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.9	Беликова И. П.	Управление проектами: учебное пособие (краткий курс лекций)	Ставрополь: СтГАУ, 2014
Л2.10	Царева С. О., Смешко О. Г., Евдокимов К. В., Пономарева Е. В.	Управление проектами	Санкт-Петербург: ИЭО СПбУТУиЭ, 2010
Л2.11	Кузнецова Т. А., Лузгарева О. И.	Менеджмент физической культуры и спорта: учеб.-метод. пособие	Кемерово: КемГУ, 2015
Л2.12	Беликова И. П.	Организационное проектирование и управление проектами	Ставрополь: СтГАУ, 2014
Л2.13	Федулина И. Г.	Менеджмент физической культуры и спорта	Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2017
Л2.14	Куценко Е. И., Вискова Д. Ю., Корабейников И. Н., Лучко Н. В.	Управление проектами: учебное пособие	Оренбург: ОГУ, 2016
Л2.15	Тарский М. О., Подзорова Г. А.	Управление проектами	Кемерово: КемГУ, 2016
Л2.16	Левушкина С. В.	Управление проектами: учебное пособие	Ставрополь: СтГАУ, 2017
Л2.17	Преображенская Т. В., Муртазина М. Ш., Алетдинова А. А.	Управление проектами: учеб. пособие	Новосибирск: НГТУ, 2018
Л2.18	Галюк А. Д.	Управление проектами: курс лекций	Екатеринбург, 2018
Л2.19	Сусикова Т. С., Арбузина Н. Р.	Менеджмент физической культуры	Омск: СибГУФК, 2019
Л2.20	Карасева О. А.	Управление проектами: учебное пособие	Екатеринбург: УГЛТУ, 2019
Л2.21	Баркалов С. А., Бурков В. Н., Гельруд Я. Д., Голлай А. В., Логиновский О. В., Шестаков А. Л.	Умное управление проектами	Челябинск: ЮУрГУ, 2019
Л2.22	Ахметова С. Г.	Управление проектами: учебное пособие	Пермь: ПНИПУ, 2015
Л2.23	Комарова В. В.	Управление проектами: учебное пособие	Хабаровск: ДВГУПС, 2020
Л2.24	Масловский В. П.	Управление проектами: учеб. пособие	Красноярск: СФУ, 2020
Л2.25	Гасникова С. Ю.	Управленческая деятельность: документационное обеспечение. Рабочая тетрадь к практическим занятиям для студентов направления подготовки 38.03.02 Менеджмент	Нижевартовск: НВГУ, 2022
Л2.26	Алексеев А. Л.	Управление проектами в профессиональной деятельности: учебное пособие	Персиановский: Донской ГАУ, 2022
Л2.27	Ангелина И. А., Кожухова Е. С.	Организационное проектирование и управление проектами в туризме: учеб. пособие для студ. напр. подг. 43.04.02 туризм (магистерская программа: туризмоведение), очной и заочной форм обучения	Донецк: ДонНУЭТ имени Туган-Барановского, 2022
Л2.28	Моргачев И. В.	Управление проектами: учебное пособие	Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2023
Л2.29	Енченко И. В.	Экономика и менеджмент физической культуры и спорта: менеджмент физкультурно-оздоровительных услуг: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2023
Л2.30	Балашева С. Ю.	Управление проектами с использованием Microsoft project: учебное пособие для вузов	Воронеж: ВГУ, 2014

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.31	Филиппов С. С.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для спо	Москва: Юрайт, 2025
Л2.32	Грибов В. Д., Кисляков Г. В.	Управленческая деятельность: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л2.33	Каримов Р. Р., Федулина И. Р.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие	Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2007
Л2.34	Шерин В. С.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2010
Л2.35	Цуркан М. В.	Управление проектами межсекторного взаимодействия: учебное пособие с qr-кодами	Тверь: ТвГУ, 2023
Л2.36	Блюм М. А., Коробова О. В., Сузюмов А. В.	Управление проектами: в 3-х ч. Ч. 1: учебное пособие	Тамбов: ТГТУ, 2024
Л2.37	Вяткин А. В., Меринова А. С., Огурцова Ю. Н., Охрименко Е. И., Тимакова Р. Т.	Управление проектами в индустрии туризма, гостеприимства и ресторанного сервиса: учебное пособие	Екатеринбург: УрГЭУ, 2024
Л2.38	Омельянович Л. А., Верич Ю. Л., Лёшина М. А.	Управление проектами: учебное пособие для обучающихся специальности 38.05.01 экономическая безопасность очной, очно-заочной и заочной форм обучения	Донецк: ДонНУЭТ имени Туган-Барановского, 2024
Л2.39	Воронов Д. Г., Нефедов И. Ю.	Гибкое управление проектами: учебное пособие	Москва: РТУ МИРЭА, 2025
Л2.40	Голубева Г. Н., Султанова В. Р.	Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2025
Л2.41	Царенко А. С.	Управление проектами: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2025
Л2.42	Отверченко Л. Ф.	Управление проектами: методические указания	Санкт-Петербург: СПбГУ ГА им. А.А. Новикова, 2025
Л2.43	Левушкина С. В.	Управление проектами: учебник	Ставрополь: СтГАУ, 2024

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Чернова О. В.	Управление проектами: учебное – методическое пособие	Ковров: КГТА имени В. А. Дегтярева, 2022
ЛЗ.2	Кожанчикова Н. Ю., Кравченко Т. С., Дударева А. Б., Полякова А. А., Алентьева Н. В., Сидорин А. А.	Учебно-методическое пособие для самостоятельной работы по дисциплине «Управление проектами: инвестиционное проектирование» для магистров направления подготовки «Экономика» направленность «Финансы», «Учет, бизнес-анализ и аудит»: учебно-методическое пособие	Орел: ОрелГАУ, 2024
ЛЗ.3	Подкорытов В. Н.	Управление проектами и программами: учебно-методическое пособие	Екатеринбург: УГГУ, 2023
ЛЗ.4	Чупандина Е. Е., Куролап М. С., Кузёмкина А. В.	Методическое пособие к проведению практических занятий по дисциплине «Управление проектами»: учебно-методическое пособие	Воронеж: ВГУ, 2021
ЛЗ.5	Игнатьева О. Н., Сизоненко З. Л.	Управление проектами: учебно-методическое пособие	Уфа: БАГСУ, 2024

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	Информационно-правовой портал Гарант: сайт. –Текст: электронный.		
Э2	Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург. – Текст : электронный.		
Э3	Министерство спорта РФ: официальный сайт. – Москва. – Текст: электронный.		

Э4	СТАТИСТИКА.ру: данные Росстат, Госкомстат государственная статистика России Госкомстат, Росстат и государственные службы статистики РФ : сайт. – Москва. – Текст: электронный.
Э5	Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. –Текст: электронный.
Э6	
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	ГИС «Спорт» (Единая цифровая платформа «Физическая культура и спорт»). - https://gis.fcpsr.ru/
6.3.2.2	Цифровая платформа ГТО. - https://gto.4822.digital/
6.3.2.3	Единый реестр объектов спорта. - https://minsport.gov.ru/activity/government-regulation/vserossijskij-reestr-obektov-sporta/
6.3.2.4	eLibrary (ПИНЦ). - https://elibrary.ru/
6.3.2.6	SPORTSDiscus. - https://about.ebsco.com/products/research-databases/sportdiscus
6.3.2.7	РУСАДА. - https://rusada.ru/
6.3.2.8	WOADA ADAMS. - https://www.wada-ama.org/en/what-we-do/adams
6.3.2.9	Olympic World Library. - https://library.olympics.com/

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.2	А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.3	А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.4	А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
7.5	А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.6	D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
7.7	D103 (учебная лаборатория): Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.); ЖК телевизор LG 55LM620T; акустическая система Sven; доступ к Интернету; Электрокардиограф; стабилан – 01-2, с каналом ритмограммы – пульса; каналом внешнего дыхания; каналами интегральных миограмм; НС; Психотест (полная комплектация); Электромиограф «Синапис» (стандартная конфигурация); Эргометрическая система (Велоэргометр) E-Bike; PowerLab: Система обучения физиологии верхнего уровня РТВ 4263, ADInstruments Ltd; Набор для физиологических исследований человека при тренировках РТК 14, ADInstruments Ltd; Набор для упражнения дыхания при физиологических исследованиях человека РТК 20, ADInstruments Ltd; Спирометр ССП сухой портативный (Россия); Анализатор зрения ПНР-03 (Россия); Динамометр кистевой ДК-140 (Россия); Динамометр становой ДС-500 (Россия); Калипер КЭЦ-100-1-И-Д (Россия); Молоток неврологический (Россия); Ростомер РМ со стульчиком (Россия); Аудиометр АА-02 автоматизированный поликлинический (Россия); Анемометр ручной электронный АРЕ; Барометр М-67; Велотренажер электромагнитный Winner/Oxygen CARDIO CONCEPT IV HRC+; Кресло вращающееся для проверки вестибулярного аппарата KB-1; Кушетка мед.массажная КММ-01 -"МСК"; Люксометр Testo-540 лабораторный; Монитор Polar F7; Монитор анестезиолога-реаниматолога MAPG 10-01 "Микролюкс" К.12; Монитор сердечного ритма POLAR RS300X orange 25.Монитор сердечного ритма POLAR RCX5 red; Монитор сердечного ритма со встроенным GPS приемником POLAR RC3 GPS HR red; Шумомер Testo-816-1 (с чехлом) (Китай) Электромиограф Синапис (стандарт) (Россия) Электроэнцефалограф-полианализатор Conan-egg 28 в комплекте
7.8	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.

7.9	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.10	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.11	D112: Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету; Мужская фигура с мышцами, в натуральную величину, 37 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Торс классическая модель, бесполой, с открытыми шеей и спиной, 18 частей; Классическая модель мозга, 5 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Нейроанатомическая модель мозга, 8 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель легкого с гортанью, 7 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Спортивное плечо (3B SCIENTIFIC PRODUCTS).
7.12	D113: Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету; Стандартный скелет «Макс» (3B SCIENTIFIC PRODUCTS, на 5-рожковой роликовой стойке, оснащенной тормозом; Торс классическая модель, бесполой, с открытыми шеей и спиной, 18 частей; Классическая модель мозга, 5 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель скелета левой стопы с фрагментами большеберцовой и малоберцовой костей, на гибком креплении (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель отпрепарированной руки с мышцами, 6 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель отпрепарированной ноги с мышцами, 9 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Гибкий позвоночник с головками бедренных костей и разметкой мышц (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Функциональная модель плечевого сустава класса (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Функциональная модель тазобедренного сустава (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Функциональная модель коленного сустава класса (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Функциональная модель локтевого сустава класса (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель печени с желчным пузырем, поджелудочной железой и ДПК (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель поясничного отдела позвоночника (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель мышц головы (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель первого и второго шейных позвонков с затылочной костью (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель первого и второго шейных позвонков (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель шейного отдела позвоночника (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель грудного отдела позвоночника (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Мочевыделительная система, мужская, 3/4 натуральной величины (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель печени с желчным пузырем (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель почки с сосудами, 2 части (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель мочевыделительной системы, двуполой, 6 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель женского таза со связками, сосудами, нервами, мышцами тазового дна и органами (3B SCIENTIFIC PRODUCTS)
7.13	Модель скелета женского таза (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета мужского таза (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета левой руки с лопаткой и ключицей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета правой руки с лопаткой и ключицей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель Легочные доли (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель легкого с гортанью, 7 частей, Диорама двигательного нейрона (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), полная трехмерная репродукция двигательной нервной клетки в комплексе с нейроном, взаимодействующим с мышечным волокном (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Остеологические модели: кости черепа, верхних и нижних конечностей.
7.14	D114: Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету; Стандартный скелет «Макс» (3B SCIENTIFIC PRODUCTS, на 5-рожковой роликовой стойке, оснащенной тормозом; Торс классическая модель, бесполой, с открытыми шеей и спиной, 18 частей; Классическая модель мозга, 5 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель скелета левой стопы с фрагментами большеберцовой и малоберцовой костей, на гибком креплении (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель отпрепарированной руки с мышцами, 6 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель отпрепарированной ноги с мышцами, 9 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Гибкий позвоночник с головками бедренных костей и разметкой мышц (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Функциональная модель плечевого сустава класса (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Функциональная модель тазобедренного сустава (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Функциональная модель коленного сустава класса (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Функциональная модель локтевого сустава класса (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель печени с желчным пузырем, поджелудочной железой и ДПК (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель поясничного отдела позвоночника (3B SCIENTIFIC PRODUCTS); Модель мышц головы (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель первого и второго шейных позвонков с затылочной костью (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель первого и второго шейных позвонков (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель шейного отдела позвоночника (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель грудного отдела позвоночника (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Мочевыделительная система, мужская, 3/4 натуральной величины (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель печени с желчным пузырем (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель почки с сосудами, 2 части (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель мочевыделительной системы, двуполой, 6 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель женского таза со связками, сосудами, нервами, мышцами тазового дна и органами (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета женского таза (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета мужского таза (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета левой руки с лопаткой и ключицей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель скелета правой руки с лопаткой и ключицей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель Легочные доли (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Модель легкого с гортанью, 7 частей; Диорама двигательного нейрона (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), полная трехмерная репродукция двигательной нервной клетки в комплексе с нейроном, взаимодействующим с мышечным волокном (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Остеологические модели: кости черепа, верхних и нижних конечностей, Мужская фигура с мышцами, в натуральную величину, 37 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Нейроанатомическая модель мозга, 8 частей (3B SCIENTIFIC PRODUCTS), Спортивное плечо (3B SCIENTIFIC PRODUCTS).

7.15	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.16	B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C203 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	C204 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.19	C205 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.20	C207 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.21	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.22	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.23	D206 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.24	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.25	D208 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.26	D210 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.27	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.28	D213 (комп.класс) - Моноблок DIO (16 шт.), моноблоки ICL (2 шт), мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.29	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.30	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.31	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.33	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.34	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.35	F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт.
7.36	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.37	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.38	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.39	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.40	E303 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.41	E304 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету

7.42	E305 (потоковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.43	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E402 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.45	E403 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.46	E405 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.47	E407 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.48	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.49	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.50	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.51	E503 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, Моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), Головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), Блок интерфейсов для стола;
7.52	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.53	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.54	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.55	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.56	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.57	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.58	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.59	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.60	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.61	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.62	E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.63	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.64	E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.65	E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.66	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.67	E919 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

- 1) в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику;
- 2) проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения;
- 3) обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда обучающиеся готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам. В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике. Расширению и углублению знаний также способствует подготовка магистрантами рефератов или сообщений по специальным вопросам, а также подготовка всех обучающихся по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1-й - организационный;
- 2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Обучающимся следует:

- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический

материал соответствующей темы занятия;

- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Обучающиеся, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому магистранту нужно обязательно научиться работать с книгой. Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам - справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники - важное подспорье в самостоятельной работе магистранта, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит магистранту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно, освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение магистрантом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал - составить план или конспект. Конспект, план-конспект - это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия).

Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражение новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

Методические указания для подготовки к экзамену

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения экзамена является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели экзамена и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка обучающихся к экзамену включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Подготовку к экзамену целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы.

Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к экзамену, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на экзамен.

Литература для подготовки к экзамену обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к экзамену является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в

систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого обучающийся сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Экзамен проводится строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному директором и утвержденному проректором по учебной работе и цифровой трансформации.

Экзамен проводится в аудитории, определенной учебным расписанием. Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к экзамену и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора экзаменационного билета. Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу.

Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на экзамене неудовлетворительную оценку, решением директората устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена.

Разъяснения по работе с рейтинговой системой

Рейтинговая система представляет собой один из очень эффективных методов организации учебного процесса, стимулирующего заинтересованную работу студентов, что происходит за счет организации перехода к саморазвитию обучающегося и самосовершенствованию как ведущей цели обучения, за счет предоставления возможности развивать в себе самооценку. В конечном итоге это повышает объективность в оценке знаний.

При использовании данной системы весь курс по предмету разбивается на 2 модуля. По окончании изучения каждого модуля обязательно проводится контроль знаний студента с оценкой в баллах. Каждый модуль оценивается в 25 баллов: 20 за успеваемость, 5 – за посещаемость. Максимально за два модуля можно получить 50 баллов.

По окончании изучения курса определяется сумма набранных за весь период баллов и выставляется общая оценка.

В семестре в качестве итогового контроля по данной дисциплине предусмотрена сдача экзамена, по результатам работы в семестре и текущего контроля успеваемости студент может получить:

Оценка «отлично» – от 85 до 100 баллов.

Оценки «хорошо» – от 66 до 84 баллов.

Оценка «удовлетворительно» – от 51 до 65 баллов.

Оценка «неудовлетворительно» – от 50 и менее.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит обучающихся с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление магистрантам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ
 А.В. Павлова

29 мая 2025 г.

Рабочая программа дисциплины **Физиологические механизмы адаптации в функциональной подготовке спортсмена**

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт

Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

4 ЗЕТ

Часов по учебному плану

144

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 3

аудиторные занятия

42

самостоятельная работа

102

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
Неделя	13 5/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	26	26	26	26
Итого ауд.	42	42	42	42
Контактная работа	42	42	42	42
Сам. работа	102	102	102	102
Итого	144	144	144	144

Автор (ы) программы:

Доц., Кашапов Равиль Исхакович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Научится осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий и управлять соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Оценка эффективности тренировочного и восстановительного процессов спортсмена	
2.1.2	Функциональная диагностика спортивных возможностей организма	
2.1.3	Актуальные проблемы в системе научных знаний о спорте	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Основы спортивной нутрициологии	
2.2.2	Основы спортивной генетики	
2.2.3	Допинг- контроль в спорте	
2.2.4	Психофизиологическая диагностика в спорте высших достижений	
2.2.5	Медико-биологическое сопровождение в спорте	
2.2.6	Преддипломная практика	
2.2.7	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-1.: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

УК-1..1:Анализирует комплексный план подготовки сборной команды и индивидуальных планов подготовки спортсменов сборной команды

Знать:

Структуру и компоненты типового комплексного плана подготовки сборной команды (календарь соревнований, тренировочные сборы, учебно-тренировочный процесс, медико-восстановительные и научно-методические мероприятия). Методологию индивидуального планирования в спорте высших достижений: периодизацию, принципы учета индивидуальных особенностей спортсмена, критерии и показатели эффективности функциональной подготовки.

Уметь:

Формулировать предложения по корректировке планов на основе знаний физиологических механизмов адаптации в функциональной подготовке спортсменов.

Владеть:

Профессиональной терминологией в области планирования спортивной подготовки.
Навыками корректировки планов на основе данных функционального анализа.

УК-1..2:Ведет систематический контроль состояния наилучшей индивидуальной и (или) командной готовности (физической, технической, тактической и психической) спортсменов к спортивным достижениям

Знать:

Физиологические механизмы адаптации спортсменов при выполнении мышечной нагрузки различного характера. Методы физиологических исследований, функциональные показатели спортсменов для систематического контроля состояния готовности к спортивным достижениям

Уметь:

Применять знания о физиологических механизмах адаптации в функциональной подготовке спортсменов для построения эффективных тренировок и коррекции тренировочного режима.

Владеть:

Навыками разработки тренировочных методик на основе анализа показателей функционального состояния спортсменов для контроля состояния наилучшей индивидуальной и (или) командной готовности спортсменов к спортивным достижениям

УК-1..3:Контролирует навыки выполнения спортсменами технических приемов в вариативных условиях, близких к соревновательным

Знать:

Физиологические механизмы адаптации к мышечной деятельности спортсменов в вариативных условиях, близких к соревновательным.

Уметь:

Оценивать тренировочный эффект в процессе этапных и углублённых комплексных обследований спортсменов с помощью функциональных показателей. Выявлять реакцию организма на физические нагрузки, оценивать уровень тренированности.

Владеть:

Навыками коррекции физических нагрузок в ходе тренировок на основании показателей функционального состояния спортсменов.

ПК-3: Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов

ПК-3.1:Ставит задачи на этап спортивного соревнования

Знать:

Физиологические основы физической подготовки на этапе спортивного соревнования

Уметь:

Использовать приемы, методы снижения утомляемости организма на этапе спортивного соревнования

Владеть:

Навыками использования методов, средств и приемов восстановления функциональных резервов организма после этапа спортивного соревнования

ПК-3.2:Разрабатывает и оперативно корректирует индивидуальные, командные и групповые тактические системы, схемы и варианты при участии в соревнованиях

Знать:

Физиологические механизмы адаптации спортсменов при участии в соревнованиях

Уметь:

Использовать знания о функциональном состоянии спортсменов для оперативного корректирования индивидуальных, командных и групповых тактических систем, схем и вариантов при участии в соревнованиях

Владеть:

Навыками разработки и оперативной корректировки индивидуальных, командных и групповых тактических систем, схем и вариантов при участии спортсменов в соревнованиях на основе анализа их функционального состояния.

ПК-3.3:Составляет отчетную документацию по управлению соревновательной деятельностью и организации контроля соревновательной деятельности сборной команды

Знать:

Физиологические механизмы адаптации организма спортсменов к соревновательной деятельности

Уметь:

Использовать функциональные показатели для анализа адаптационных возможностей спортсменов к соревновательной деятельности

Владеть:

Навыками анализа результатов физиологических исследований для оценки функциональных возможностей и адаптационных способностей спортсменов к соревновательной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Физиологические механизмы адаптации в функциональной подготовке спортсмена						
1.1	Физиологическая природа и закономерности развития двигательных (физических) качеств. /Тема/	3	0				
1.2	Общие понятия адаптации.Функциональная система П.К. Анохина и формирование общего адаптационного синдрома. /Лек/	3	4	УК-1..1-31 УК-1..2-31 УК-1..3-31 ПК-3.1-31 ПК-3.2-31 ПК-3.3-31	Л1.1 Л1.2 Л1.3		
1.3	Общий адаптационный синдром. Срочная адаптация и долговременная адаптация. /Пр/	3	4	ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.3		

1.4	Адаптационные резервы – основные понятия. Виды адаптационных резервов. Система функциональных резервов адаптации к мышечной деятельности. /Пр/	3	4	ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.2 Л1.3		
1.5	Система транспорта кислорода в обеспечении мышечной деятельности /Лек/	3	4	УК-1..1-31 УК-1..2-31 УК-1..3-31 ПК-3.1-31 ПК-3.2-31 ПК-3.3-31	Л1.1 Л1.2		
1.6	Механизм вдоха и выдоха. Основные жизненные параметры дыхания. /Пр/	3	2	УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.3		
1.7	Физиология сердца. Основные законы гемодинамики. /Пр/	3	4	УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2		
1.8	Физиологическая природа и закономерности развития двигательных (физических) качеств. /Ср/	3	50	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3		
1.9	Способы проведения медико-биологического обследования /Тема/	3	0				
1.10	Физиология мышечного сокращения и двигательной активности. /Лек/	3	4	УК-1..1-31 УК-1..2-31 УК-1..3-31 ПК-3.1-31 ПК-3.2-31 ПК-3.3-31	Л1.1 Л1.2		

1.11	Виды мышечного сокращения. Фазы мышечного сокращения. /Пр/	3	4	УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.2 Л1.3		
1.12	Силовые качества и факторы, их определяющие. Формы проявления и резервы развития быстроты. /Пр/	3	4	УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.2 Л1.3		
1.13	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. /Лек/	3	4	УК-1..1-31 УК-1..2-31 УК-1..3-31 ПК-3.1-31 ПК-3.2-31 ПК-3.3-31	Л1.1 Л1.2		
1.14	Пищеварительная функция при физических нагрузках. /Пр/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.2 Л1.3		
1.15	Понятия физической работоспособности и тренированности – как проявлений адаптации /Пр/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2		

1.16	Способы проведения медико-биологического обследования /Ср/	3	52	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3		
1.17	Зачет /Зачёт/	3	0	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Тестовые вопросы:

- После какой работы выше эффективность активного отдыха?
 - после кратковременной работы;
 - после тяжелой работы;
 - после работы средней тяжести;
 - после любой работы.
- Что вы понимаете под гетерохронностью восстановительных процессов?
 - разная скорость восстановительных процессов в разных органах и системах
 - одновременное завершение восстановительных процессов в разных органах и системах;
 - быстрое восстановление работоспособности мышц после мышечной работы;
 - позднее завершение восстановительных процессов в ЦНС.
- Что такое кислородный долг?
 - недостаточное обеспечение организма кислородом в начальной период работы и нормализации его последующем;
 - разница между кислородным запросом и его потреблением за весь период работы;
 - сумма кислородного запроса и его потребления за период работы;
 - увеличение потребления кислорода в конце работы.
- В какое время протекают восстановительные процессы?
 - только в начале работы;
 - только в конце работы;
 - только после завершения работы;
 - на всех этапах.
- В какой фазе восстановительного периода работоспособность достигает наивысшего уровня?
 - в фазе раннего восстановления;
 - в фазе сверхвосстановления;
 - в фазе исходной работоспособности;
 - в поздние фазы восстановления.
- Что такое срочная адаптация?

- а - изменения в организме, возникающие при многократном действии раздражителя
 б – изменения в организме, возникающие сразу после начала действия раздражителя
 в – изменения, возникающие после прекращения действия раздражителя
 г – изменения в организме, развивающиеся до действия раздражителя.
7. Что такое «общий адаптационный синдром» (стресс)?
 а – специфическая адаптация к данному экстремальному раздражителю
 б – параллельная неспецифическая адаптации к другим раздражителям
 в – неспецифическая нейрогуморальная реакция организма на действие неадекватных факторов (стрессоров) внешней среды
 г – повышение работоспособности
8. Какова длительность циклических упражнений большой мощности?
 а – от 20-30 сек до 3-5 мин
 б – не более 20-30 сек
 в – более 30-40 мин
 г – от 3-5 мин до 30-40 мин
9. В какой зоне мощности циклических упражнений наибольший вклад в энергообеспечение организма вносят жиры?
 а – максимальной мощности
 б – умеренной мощности
 в – большой мощности
 г – субмаксимальной мощности
10. Какие из этих видов спорта относятся к ситуационным?
 а – гимнастика
 б – легкая атлетика
 в – спортивные игры
 г – единоборства
11. Какие из этих системы организма участвуют в определении величины МПК?
 а – мышечная
 б – эндокринная
 в – дыхательная
 г – пищеварительная
12. Какое двигательное качество слабее развивается при тренировках?
 а – сила
 б – ловкость
 в – быстрота
 г – выносливость
13. В какой период мышечной работы происходит вработывание?
 а – во второй половине работы
 б – в конце работы
 в – в начальный период работы
 г – перед финишированием
14. Кто является автором центрально-нервной теории утомления?
 а – И.П. Павлов
 б – И.М. Сеченов
 в – Н.Е. Введенский
 г – А.А. Ухтомский
15. Какие из этих закономерностей присущи восстановительным процессам?
 а – непрерывность
 б – неравномерность
 в – наличие фазы суперкомпенсации
 г – независимость от интенсивности выполненной работы
16. У кого восстановительные процессы протекают наиболее быстро?
 а – у взрослых мужчин
 б – у женщин
 в – у детей и подростков
 г – у пожилых людей
17. В каких случаях возникает дизадаптация?
 а – при длительном действии обычных раздражителей
 б – при возобновлении действия фактора, к которому приобретенная ранее адаптация была утрачена
 в – при прекращении действия фактора, к которому была достигнута адаптация
 г – при длительном или многократном действии чрезмерного по силе раздражителя
18. Что такое «цена адаптация»?
 а – истощение нервной системы
 б – повреждения в органах, которые непосредственного участия в адаптации к данному фактору не принимали
 в – истощение органов и систем, которых падает наибольшая нагрузка при адаптации к данному фактору
 г – б + в
19. В каком из этих видов спорта большую роль для формирования двигательных навыков играет экстраполяция?
 а – в легкой атлетике

- б – в гимнастике
 в – в футболе
 г – в фигурном катании
20. В каком возрасте овладение двигательными навыками происходит наиболее успешно?
 а – в зрелом возрасте
 б – в юношеском возрасте
 в – в подростковом возрасте
 г – в раннем детстве
21. Какие физические упражнения относятся к локомоторным движениям?
 а) бег;
 б) ходьба;
 в) прыжки;
 г) а, б, в.
22. В каком режиме работают скелетные мышцы при статических нагрузках?
 а) в изотоническом;
 б) в изометрическом;
 в) в ауксотоническом;
 г) во всех режимах.
23. Что происходит при статических усилиях?
 а) механическая работа равна нулю;
 б) имеет место напряжение скелетных мышц;
 в) расходуется энергия;
 г) а, б, в.
24. В чем суть феномена Линдгарда-Верещагина?
 а) после нагрузки увеличиваются физиологические показатели;
 б) после нагрузки уменьшаются физиологические показатели;
 в) после нагрузки не меняются физиологические показатели;
 г) а, б, в.
25. В каких условиях протекает работа в зоне большой мощности?
 а) анаэробных;
 б) аэробных;
 в) анаэробно-аэробных;
 г) аэробно-анаэробных.
26. Что является причиной утомления при работе в зоне умеренной мощности?
 а) истощение углеводных запасов;
 б) нарушение водно-солевого равновесия;
 в) нарушение функций желез внутренней секреции;
 г) а, б, в.
27. Что такое гипогликемия?
 а) снижение уровня сахара в крови;
 б) обильное потоотделение;
 в) недостаточное снабжение организма кислородом;
 г) пониженное артериальное давление.

5.2. Темы письменных работ

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке. Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

Темы рефератов и презентаций

1. Антигипоксанта. Антигипоксанта прямого (специфического) действия.
2. Критерии оценки эффективности и безопасности применения антигипоксантов.
3. Препараты жирорастворимых витаминов.
4. Препараты водорастворимых витаминов.
5. Влияние витаминных препаратов на работоспособность спортсменов. Виды витаминной терапии.

6. Препараты макро- и микроэлементов.
7. Роль энтеросорбентов в детоксикационных процессах организма. Механизмы лечебного действия энтеросорбентов.
8. Местные анестезирующие средства. Поверхностная анестезия. Средства для поверхностной анестезии. Применение в спортивной медицине и в практике спортивной подготовки.
9. Применение препаратов системной энзимотерапии в спортивной медицине и в практике спортивной подготовки.
10. Нестероидные анаболизаторы.
11. Гормональные препараты.
12. Препараты витаминopodobных веществ.
13. Средства коррекции белкового обмена.
14. Синтетические препараты, регулирующие окислительно-восстановительные процессы в клетке.
15. Понятия о допинговых средствах и методах.
16. Генный допинг.
17. Допинговый контроль. Достижения антидопинговой системы.
18. Роль всемирного антидопингового агентства в контроле за использованием допинга в спорте.
19. Независимое от МОК Всемирное антидопинговое агентство (WADA). Деятельность WADA. Направления работы.
20. Биологический паспорт спортсмена.
21. Маркеры поражения печени.
22. Основные правила центрифугирования образцов.
23. Принцип работы гематологического анализатора.
24. Принцип работы биохимического анализатора.
25. Оптимальный режим тренировки для сжигания жиров. Презентация должна быть выполнена в программе Power Point, содержать не менее 8 слайдов с указанием источников информации в виде URL. На первом слайде должны быть указаны ФИО готовившего презентацию, название темы презентации.

5.3. Фонд оценочных средств

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций).

Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачет.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.
 2. Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.
 3. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.
- Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине или содержательному модулю. Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.
- Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач. Зачет может проводиться в форме тестирования или в форме ответа на вопросы билета.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка (Традиционная оценка) - Уровень сформированности компетенции

50 и менее (Неудовлетворительно) - Не аттестован

51 – 65 (Удовлетворительно) - Низкий уровень

66 – 84 (Хорошо) - Средний уровень

85 – 100 (Отлично) - Высокий уровень

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**6.1. Рекомендуемая литература**

1. Абрамова, Т. Ф. Морфологические критерии - показатели пригодности, общей физической подготовленности и контроля текущей и долговременной адаптации к тренировочным нагрузкам: учебно-методическое пособие / Т. Ф. Абрамова. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 104 с.: ил. - ISBN 978-5-98724-082-3. - Текст: непосредственный.
2. Белоцерковский, З. Б. Сердечная деятельность и функциональная подготовленность у спортсменов (норма и атипичные изменения в нормальных и изменённых условиях адаптации к физическим нагрузкам) / З. Б. Белоцерковский. - М.: Советский спорт, 2012. - 548 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0569-4. - Текст: непосредственный.
3. Захарьева, Н. Н. Спортивная физиология : курс лекций / Н. Н. Захарьева. - М : Физическая культура, 2012. - 284 с. - ISBN 978-5-9746-0145-3. - Текст : непосредственный.
4. Иорданская, Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования): монография / Ф. А. Иорданская. - М.: Советский спорт, 2011. - 142 с. - ISBN 978-5-9718-0496-3. - Текст: непосредственный.
5. Иорданская, Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования) : монография / Ф. А. Иорданская. — 2-е изд., перераб. и дополн. — Москва : Спорт-Человек, 2021. — 176 с. — ISBN 978-5-907225-39-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165153> (дата обращения: 13.11.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Мавлиев, Ф. А. Физиологические аспекты долговременной адаптации организма к мышечной деятельности: учебно-методическое пособие для магистрантов и аспирантов / Ф. А. Мавлиев, А. С. Назаренко, А. А. Набатов. - Казань: ООО "Олитех", 2018. - 68 с. - Текст: непосредственный
7. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. - М.: Советский спорт, 2022. - 620 с. - ISBN 978-5-9718-0485-7. - Текст: непосредственный.
8. Фудин, Н. А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте : монография / Под ред. акад. РАН А.И. Григорьева. - М. : Спорт: Человек, 2018. - 320 с.: ил. - ISBN 978-5-9500178-7-2. - Текст : непосредственный.
9. Чинкин, А. С. Физиология спорта: учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко. - Казань: ФГБОУ ВПО "Поволжская ГАФКСиТ", 2015. - 183 с. - ISBN 978-5-94468-024-2. - Текст: непосредственный.

ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимых для освоения дисциплины

1. Meduniver - физиология человека. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://meduniver.com/Medical/Physiology/>
2. Вестник НГУ (серия «Биология, клиническая медицина»). [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://medf.nsu.ru>
3. Виртуальный атлас. Строение человека. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.e-anatomy.ru/>
4. Волков, В. К. Спортивная адапталогия : методическое пособие / В. К. Волков. - Воронеж : ВГАС, 2022. - 45 с. - (Электронная библиотека ВГАС). - Текст : электронный.//Электронный каталог библиотеки ПГУФКСиТ. - URL: <https://lib.sportacadem.ru>. - Режим доступа: для авториз. пользователей
5. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/3e1d458c-1a04-11dd-bd0b-0800200c9a66>
6. Мавлиев, Ф. А. Физиологические аспекты долговременной адаптации организма к мышечной деятельности : учебно-методическое пособие / Ф. А. Мавлиев, А. С. Назаренко, А. А. Набатов. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2018. — 68 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156421> (дата обращения: 28.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Набатов, А. А. Физиологические и биохимические аспекты управления тренировочным процессом : учебно-методическое пособие / А. А. Набатов, А. С. Назаренко, Ф. А. Мавлиев. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2018. — 48 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154987> (дата обращения: 28.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Капилевич Л. В.	Физиология человека. Спорт: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2024
ЛП.2	Сапего А. В.	Физиология спорта: учебное пособие	Кемерово: КемГУ, 2011
ЛП.3	Капилевич Л. В.	Физиология спорта: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2013

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)

6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	1. Электронный каталог информационно-ресурсного центра ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ». Доступ:
6.3.2.2	https://lib.sportacadem.ru/ .
6.3.2.3	2. Договоры № 44 и № 45 от 13.02.2025 на оказание услуг по предоставлению доступа с 13.02.2025 по
6.3.2.4	12.02.2026 к электронным изданиям ООО «Издательство Лань» – ЭБС «Лань». Доступ: https://e.lanbook.com/ .
6.3.2.5	3. Договор № 451 от 15.08.2025 на оказание услуг по предоставлению доступа с 15.08.2025 по 14.08.2026 к
6.3.2.6	образовательной платформе «ЮРАЙТ». Доступ: https://urait.ru/ .
6.3.2.7	4. Договор № 332-П от 06.12.2024 и № 200910305125100035 от 05.12.2025 на оказание услуг по
6.3.2.8	предоставлению доступа к универсальной базе электронных периодических изданий ИВИС. Доступ:
6.3.2.9	https://eivis.ru/ .

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	Лекционные и практические занятия по дисциплине «Биохимические аспекты в функциональной подготовке спортсмена» проводятся в специализированной аудитории
7.2	вместимостью 30 человек, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: широкоформатного телевизора, персонального компьютера (персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету), блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI.
7.3	В специализированной лаборатории имеется следующее учебно-исследовательское оборудование:
7.4	1. Электрокардиограф – (Россия) – 1 шт.
7.5	2. Стабилан – 01-2 - 1 шт. (Россия) – дополнен: + Каналом ритмограммы – пульса; + Каналом внешнего дыхания; + Каналами интегральных миограмм.
7.6	3. НС-Психотест (полная комплектация) (Россия, Иваново) – 1 шт.
7.7	4. Электромиограф «Синапсис» (стандартная конфигурация) (Россия) – 1 шт.
7.8	5. Эргометрическая система (Велоэргометр) E-Bike (Германия) – 2 шт.
7.9	6. PowerLab: - Система обучения физиологии верхнего уровня РТВ 4263, ADInstruments Ltd. – 1 шт (Австралия); - Набор для физиологических исследований человека при тренировках РТК 14, ADInstruments Ltd – 1 шт. (Австралия) - Набор для упражнения дыхания при физиологических исследованиях человека РТК 20, ADInstruments Ltd – 1 шт. (Австралия)
7.10	7. Спирометр ССП сухой портативный (Россия) – 9 шт.
7.11	8. Анализатор зрения ПНР-03 (Россия) – 2 шт.
7.12	9. Динамометр кистевой ДК-140 (Россия) – 10 шт.
7.13	10. Динамометр становой ДС-500 (Россия) – 1 шт.

7.14	11. Калипер КЭЦ-100-1-И-Д (Россия) – 2 шт.
7.15	12. Молоток неврологический (Россия) – 10 шт.
7.16	13. Ростомер РМ со стульчиком (Россия) – 1 шт.
7.17	14. Аудиометр АА-02 автоматизированный поликлинический (Россия) – 2 шт.
7.18	15. Кресло вращающееся КВ - Барани (Россия) – 1 шт.
7.19	16. Кушетка мед. массажная КММ-01-"МСК" (МСК 204) – 1 шт.
7.20	17. Монитор Polar F7 (Финляндия) – 3 шт.
7.21	18. Монитор анестезиолога-реаниматолога МАРГ 10-01 «Микролюкс» К.12 (Россия) – 1 шт.
7.22	19. Биохимический анализатор Сапфир-400 и сертифицированные для него наборы.
7.23	20. Биохимический портативный анализатор для экспресс-анализа Accutrend Plus (Roche) с сертифицированными аналитическими полосками к нему.
7.24	21. Экспресс-Программно-аппаратные комплексы, например «ПсихоТест», производства ООО «НейроСофт» г. Иваново (модули - сенсомоторные анализаторы, тест «Шультце-Платонова», «Координациометрия», «Динамометрия»).
7.25	22. Полуавтоматические пипетки Ленпипет (набор пипеток: 10, 200, 1000, 5000 микролитров).
7.26	23. Настольная и микроцентрифуга (ELMI).
7.27	24. Пробирки для забора крови (Beckton-Dickenson).
7.28	25. Автоматический гематологический анализатор МЕК.
7.29	26. Расходные материалы (спирт медицинский, вата, хирургические или прозекторские перчатки, нашатырный спирт, сертифицированные растворы для оборудования, лабораторный пластик (пробирки, наконечники для пипеток), и т. п.).
7.30	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки: - абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP; - электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам; - читальный зал 1130,42 кв.м: Информат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям:

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию:

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

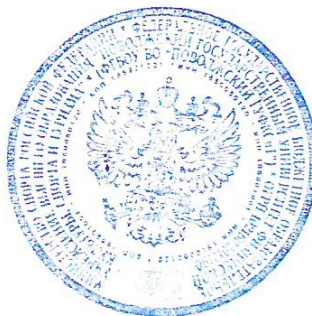
Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Изучение теоретической части дисциплин призвано не только углубить и закрепить знания, полученные на аудиторных занятиях, но и способствовать развитию у студентов творческих навыков, инициативы и способности организовать свое время. Планирование времени, необходимого на изучение дисциплин, студентам лучше всего осуществлять весь семестр, предусматривая при этом регулярное повторение материала. Материал, законспектированный на лекциях, необходимо регулярно прорабатывать и дополнять сведениями из других источников литературы, представленных не только в программе дисциплины, но и в периодических изданиях. При изучении дисциплины сначала необходимо по каждой теме прочитать рекомендованную литературу и составить краткий конспект основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими в этой теме для освоения последующих тем курса. Для расширения знания по дисциплине рекомендуется использовать Интернет-ресурсы; проводить поиски в различных системах и использовать материалы сайтов, рекомендованных преподавателем. Самостоятельную работу следует начинать с доработки конспекта, желательно в тот же день. С целью доработки необходимо в первую очередь прочитать записи, восстановить текст в памяти, а также исправить описки, расшифровать не принятые ранее сокращения, заполнить пропущенные места, понять текст, вникнуть в его смысл. Далее следует изучить материал, используя рекомендуемую литературу, разрешая в ходе чтения возникшие ранее затруднения, находя ответы на вопросы, а также дополняя и исправляя свои записи. Записи должны быть наглядными, для чего следует применять различные способы выделения. Сдать готовую работу преподавателю для проверки точно в срок.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ
 А.В. Павлова

29.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины
Физиологические основы функциональной
подготовки лиц с ограниченными физическими
возможностями

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт
 Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 3

аудиторные занятия

28

самостоятельная работа

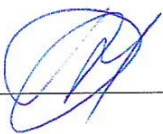
80

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
Неделя	13 5/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	12	12	12	12
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28	28	28	28
Сам. работа	80	80	80	80
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

д.б.н., Проф., Румянцева Эльвира Римовна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	УК-1 – Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.
1.2	ПК-3 - Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов.
1.3	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Функциональная диагностика спортивных возможностей организма
2.1.2	Актуальные проблемы в системе научных знаний о спорте
2.1.3	Оценка эффективности тренировочного и восстановительного процессов спортсмена
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Медико-биологическое сопровождение в спорте
2.2.2	Психофизиологическая диагностика в спорте высших достижений
2.2.3	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
УК-1.: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	
УК-1...1:Анализирует комплексный план подготовки сборной команды и индивидуальных планов подготовки спортсменов сборной команды	

Знать:

- основные аспекты системного подхода как базы научного осмысления интегративной сущности физической культуры и спорта

Уметь:

- интегрировать частные, дифференцированные аспекты научного знания в сфере подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений в целостные концепции с использованием системного подхода в совокупности его аспектов

Владеть:

- осуществления критического анализа проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработки стратегии действий

УК-1...2:Ведет систематический контроль состояния наилучшей индивидуальной и (или) командной готовности (физической, технической, тактической и психической) спортсменов к спортивным достижениям

Знать:

- спектр методов анализа и систематизации научно-методической информации для определения приоритетов в подготовке спортсменов, оценки эффективности принятых организационно-управленческих решений

Уметь:

- соотносить возможности применения результатов исследования, разработанных концептуальных положений с конкретными условиями практики

Владеть:

- сбора, обобщения и анализа информации о состоянии системы подготовки спортивного резерва в организации и об основных показателях ее функционирования, подготовки рекомендаций по достижению качественной спортивной подготовки

УК-1...3:Контролирует навыки выполнения спортсменами технических приемов в вариативных условиях, близких к соревновательным

Знать:

- передовые научно-методические разработки в области подготовки высококвалифицированных спортсменов

Уметь:

- соотносить возможности применения результатов исследования, разработанных концептуальных положений с конкретными условиями практики

Владеть:

- сбора, обобщения и анализа информации о состоянии системы подготовки спортивного резерва в организации и об основных показателях ее функционирования, подготовки рекомендаций по достижению качественной спортивной подготовки

ПК-3: Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов

ПК-3.1: Ставит задачи на этап спортивного соревнования

Знать:

- морфофункциональных особенностей лиц с ОВЗ различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп

Уметь:

- определять функциональные особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм с учетом пола, возраста и нозологии

Владеть:

- способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая функциональный контроль и коррекцию состояний

ПК-3.2: Разрабатывает и оперативно корректирует индивидуальные, командные и групповые тактические системы, схемы и варианты при участии в соревнованиях

Знать:

- медико-биологические и психолого-педагогические факторы, определяющие уровень мастерства спортсменов с ограниченными возможностями здоровья в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности

Уметь:

- планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом пола, возраста, нозологических форм заболеваний

Владеть:

- способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая функциональный контроль и коррекцию состояний

ПК-3.3: Составляет отчетную документацию по управлению соревновательной деятельностью и организации контроля соревновательной деятельности сборной команды

Знать:

- медико-биологические и психолого-педагогические факторы, определяющие уровень мастерства спортсменов с ограниченными возможностями здоровья в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности

Уметь:

- развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с ОВЗ, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций

Владеть:

- способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая функциональный контроль и коррекцию состояний

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Модуль 1						
1.1	Лекция 1. Общие понятия теории компенсаторных реакций /Тема/	3	0				
1.2	Общие понятия теории компенсаторных реакций /Лек/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1	Л1.3 Л1.4		
1.3	Лекция 2. Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт слепых /Тема/	3	0				

1.4	Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт слепых /Лек/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
1.5	Лекция 3. Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт ПОДА /Тема/	3	0				
1.6	Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт ПОДА /Лек/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
1.7	Лекция 4. Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт глухих /Тема/	3	0				
1.8	Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт глухих /Лек/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
1.9	Лекция 5. Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт лиц с нарушениями интеллекта /Тема/	3	0				
1.10	Физиологические основы адаптации к мышечной деятельности. Спорт лиц с нарушениями интеллекта /Лек/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
1.11	Лекция 6. Адаптация отдельных функциональных систем лиц с ОВЗ к интенсивной мышечной деятельности. /Тема/	3	0				
1.12	Адаптация отдельных функциональных систем лиц с ОВЗ к интенсивной мышечной деятельности. /Лек/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
	Раздел 2. Модуль 2						
2.1	Практическое 1. Тестирование и оценка в адаптивном спорте /Тема/	3	0				

2.2	Комплексный контроль спортсменов с ограниченными возможностями здоровья. Оценка результатов функционального тестирования. Стратегии оценки результатов. Тестирование рефлексов и реакций. Тестирование физической подготовленности. Брокпортский тест физической подготовленности /Пр/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1			
2.3	Тестирование и оценка в адаптивном спорте /Ср/	3	10	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1			
2.4	Практическое 2. Персонализация физической подготовки спортсменов с ОВЗ /Тема/	3	0				
2.5	Взаимосвязи между двигательной активностью, здоровьем и физической подготовленностью. Критерии подготовленности, используемые в системе комплексного контроля спортсменов-паралимпийцев. Основы персонализации физической подготовки спортсмена с ОВЗ. Оценка двигательной активности и физической подготовленности. Особенности оценки уровня развития навыков, необходимых для занятий в воде. /Пр/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.6	Персонализация физической подготовки спортсменов с ОВЗ /Ср/	3	10	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.7	Практическое 3. Комплексная оценка долговременной адаптации при занятиях оздоровительной физической культурой /Тема/	3	0				
2.8	Функциональные резервы и эффект от занятий оздоровительной физической культурой. Комплексная методика оценки морфофункционального состояния людей, занимающихся оздоровительной физической культурой. Экспресс-оценка уровня соматического здоровья по Г.Л. Апанасенко /Пр/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.9	Комплексная оценка долговременной адаптации при занятиях оздоровительной физической культурой /Ср/	3	10	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			

2.10	Практическое 4. Оценка функциональной подготовленности лиц с ПОДА /Тема/	3	0				
2.11	Способ оценки функционального состояния спортсмена с тяжелой патологией нижних конечностей. Выбор вида и интенсивности физической нагрузки по данным функционального состояния сердечно-сосудистой системы /Пр/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.12	Оценка функциональной подготовленности лиц с ПОДА /Ср/	3	10	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.13	Практическое 5. Оценка функциональной подготовленности лиц с нарушением слуха и с нарушением зрения /Тема/	3	0				
2.14	Оценка функциональных характеристик лиц с нарушением слуха. Оценка состояния вестибулярного анализатора. Пробы Ромберга. Оценка функциональных характеристик лиц с нарушением зрения. Диагностика осязательного восприятия. Диагностика слухового восприятия. Звуковой тест исследования особенностей мышления лиц с нарушением зрения. /Пр/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.15	Оценка функциональной подготовленности лиц с нарушением слуха и с нарушением зрения /Ср/	3	10	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.16	Практическое 6. Оценка функциональной подготовленности лиц с нарушением интеллекта /Тема/	3	0				
2.17	Психолого-педагогические аспекты оценки нарушений в эмоциональной сфере у лиц с ограниченными умственными возможностями. Эмоции, их классификация и влияние на общее функциональное состояние. Тест «Самочувствие, активность, настроение». Экспресс-диагностика психологического состояния тест Люшера. Оценка нервно-психического состояния по Немчину. /Пр/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-В1 ПК-3.3-У1			

2.18	Оценка функциональной подготовленности лиц с нарушением интеллекта /Ср/	3	10	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.19	Практическое 7. Перцептивно-моторное развитие и дефицит /Тема/	3	0				
2.20	Общая характеристика перцептивно-моторного процесса. Схема перцептивно-моторного функционирования. Анализ основных перцептивно-моторных навыков при различных двигательных действиях. Перцептивно-моторный дефицит. Основные потребности и области дефицита спортсменов с инвалидностью с различной нозологией. Типичные компоненты и упражнения, взаимосвязанные с сенсорным развитием. /Пр/	3	2	ПК-3.1-31 ПК-3.1-В1 ПК-3.1-У1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.21	Перцептивно-моторное развитие и дефицит /Ср/	3	10	ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			
2.22	Практическое 8. Итоговое занятие /Тема/	3	0				
2.23	Подведение итогов. Проверка тем для СРС: коррекция нарушений осанки в процессе спортивной подготовки, ограничения по видам нагрузок для спортсменов с нарушением зрения, слуха, ЛИН, ПОДА (ДЦП, травмы позвоночника, ампутации) /Пр/	3	2	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1			

2.24	Итоговое занятие /Ср/	3	10	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-3.1-31 ПК-3.1-У1 ПК-3.1-В1 ПК-3.2-31 ПК-3.2-У1 ПК-3.2-В1 ПК-3.3-31 ПК-3.3-У1 ПК-3.3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8		
------	-----------------------	---	----	---	-------------------------------------	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций организма в центральной нервной системе. Свойства центральной нервной системы, обеспечивающие механизмы компенсации нарушенных функций. Способы компенсации нарушенных функций.
2. Классификация нарушений зрения. Классификация спортсменов в спорте слепых. Функциональная характеристика лиц с нарушением зрения. Характерные особенности развития лиц с нарушением зрения: функциональные, эмоциональные и социальные нарушения.
3. Компенсаторные реакции организма слабовидящих спортсменов. Особенности развития физических качеств слабовидящих спортсменов и факторы, определяющие степень их развития. Специальные (коррекционные, компенсаторные и профилактические) задачи спортивной подготовки лиц с нарушением зрения.
4. Классификация спортсменов с ПОДА. Функциональная и нозологическая классификация. Абсолютные противопоказания к занятиям спортом.
3. Повреждения спинного мозга. Функциональные и двигательные нарушения. Спортивная классификация инвалидов с повреждениями спинного мозга и последствиями полиомиелита. Рекомендации по подготовке спортсменов с повреждениями спинного мозга. Коррекционно-реабилитационная программа
4. Ампутация конечностей. Спортивная классификация инвалидов с ампутациями конечностей. Функциональные особенности инвалидов с ампутациями конечностей (верхних, нижних) и их адаптация к тренировочным нагрузкам.
5. Детский церебральный паралич. Функциональные особенности, причины. Виды нарушений жизненно важных функций. Нейромоторная классификация и особенности реализации двигательных функций. Спортивная классификация для лиц с последствием детского церебрального паралича (ДЦП). Особенности развития физических качеств: сила, гибкость, скорость, двигательная координация
6. Особенности лиц, включенных к нозологическую группу спортсмены с прочими ПОДА. Нанизм (карликовость). Мышечная дистрофия. Юношеский ревматоидный артрит. Артрогриппоз и др.
7. Классификация нарушений слуха. Краткая анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Функциональная характеристика лиц с нарушением слуха. Особенности психофизиологического развития детей с нарушением слуха. Особенности обследования лиц с нарушением слуха.
8. Методические особенности коррекции двигательных навыков у глухих. Программа вида спорта Спорт глухих. Сурдлимпийское движение.
9. Специальное Олимпийское движение. Спортсмены Специальной Олимпиады. Характеристика лиц с нарушением интеллекта. Классификация ЛИН. Виды и причины нарушений интеллекта.
10. Функциональная характеристика ЛИН. Особенности развития физических качеств у ЛИН. Сопутствующие заболевания у ЛИН. Особенности работы и общие правила организации тренировочного процесса с ЛИН. Методы обучения и безопасность занятий спортом ЛИН
11. Комплексный контроль спортсменов с ограниченными возможностями здоровья. Оценка результатов функционального тестирования. Стратегии оценки результатов.
12. Взаимосвязи между двигательной активностью, здоровьем и физической подготовленностью. Критерии подготовленности, используемые в системе комплексного контроля спортсменов-паралимпийцев. Основы персонализации физической подготовки спортсмена с ОВЗ.
13. Функциональные резервы и эффект от занятий оздоровительной физической культурой. Комплексная методика оценки морфофункционального состояния людей, занимающихся оздоровительной физической культурой.
14. Общая характеристика перцептивно-моторного процесса. Схема перцептивно-моторного функционирования. Анализ основных перцептивно-моторных навыков при различных двигательных действиях. Перцептивно-моторный дефицит. Основные потребности и области дефицита спортсменов с инвалидностью с различной нозологией. Типичные компоненты и упражнения, взаимосвязанные с сенсорным развитием.
15. Ограничения по видам нагрузок для спортсменов с нарушением зрения, слуха, ЛИН, ПОДА (ДЦП, травмы позвоночника, ампутации)

5.2. Темы письменных работ

1. Способы компенсации нарушенных функций в организме при депривации зрения
2. Способы компенсации нарушенных функций в организме при депривации слуха
3. Способы компенсации нарушенных функций в организме при патологиях ЦНС
4. Способы компенсации нарушенных функций в организме при патологиях опорно-двигательного аппарата

5.3. Фонд оценочных средств

1. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций организма в центральной нервной системе. Свойства центральной нервной системы, обеспечивающие механизмы компенсации нарушенных функций. Способы компенсации нарушенных функций.
2. Классификация нарушений зрения. Классификация спортсменов в спорте слепых. Функциональная характеристика лиц с нарушением зрения. Характерные особенности развития лиц с нарушением зрения: функциональные, эмоциональные и социальные нарушения.
3. Компенсаторные реакции организма слабовидящих спортсменов. Особенности развития физических качеств слабовидящих спортсменов и факторы, определяющие степень их развития. Специальные (коррекционные, компенсаторные и профилактические) задачи спортивной подготовки лиц с нарушением зрения.
4. Классификация спортсменов с ПОДА. Функциональная и нозологическая классификация. Абсолютные противопоказания к занятиям спортом.
3. Повреждения спинного мозга. Функциональные и двигательные нарушения. Спортивная классификация инвалидов с повреждениями спинного мозга и последствиями полиомиелита. Рекомендации по подготовке спортсменов с повреждениями спинного мозга. Коррекционно-реабилитационная программа
4. Ампутация конечностей. Спортивная классификация инвалидов с ампутациями конечностей. Функциональные особенности инвалидов с ампутациями конечностей (верхних, нижних) и их адаптация к тренировочным нагрузкам.
5. Детский церебральный паралич. Функциональные особенности, причины. Виды нарушений жизненно важных функций. Нейромоторная классификация и особенности реализации двигательных функций. Спортивная классификация для лиц с последствием детского церебрального паралича (ДЦП). Особенности развития физических качеств: сила, гибкость, скорость, двигательная координация
6. Особенности лиц, включенных к нозологическую группу спортсмены с прочими ПОДА. Нанизм (карликовость). Мышечная дистрофия. Юношеский ревматоидный артрит. Артрогриппоз и др.
7. Классификация нарушений слуха. Краткая анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Функциональная характеристика лиц с нарушением слуха. Особенности психофизиологического развития детей с нарушением слуха. Особенности обследования лиц с нарушением слуха.
8. Методические особенности коррекции двигательных навыков у глухих. Программа вида спорта Спорт глухих. Сурдлимпийское движение.
9. Специальное Олимпийское движение. Спортсмены Специальной Олимпиады. Характеристика лиц с нарушением интеллекта. Классификация ЛИН. Виды и причины нарушений интеллекта.
10. Функциональная характеристика ЛИН. Особенности развития физических качеств у ЛИН. Сопутствующие заболевания у ЛИН. Особенности работы и общие правила организации тренировочного процесса с ЛИН. Методы обучения и безопасность занятий спортом ЛИН
11. Комплексный контроль спортсменов с ограниченными возможностями здоровья. Оценка результатов функционального тестирования. Стратегии оценки результатов.
12. Взаимосвязи между двигательной активностью, здоровьем и физической подготовленностью. Критерии подготовленности, используемые в системе комплексного контроля спортсменов-паралимпийцев. Основы персонализации физической подготовки спортсмена с ОВЗ.
13. Функциональные резервы и эффект от занятий оздоровительной физической культурой. Комплексная методика оценки морфофункционального состояния людей, занимающихся оздоровительной физической культурой.
14. Общая характеристика перцептивно-моторного процесса. Схема перцептивно-моторного функционирования. Анализ основных перцептивно-моторных навыков при различных двигательных действиях. Перцептивно-моторный дефицит. Основные потребности и области дефицита спортсменов с инвалидностью с различной нозологией. Типичные компоненты и упражнения, взаимосвязанные с сенсорным развитием.
15. Ограничения по видам нагрузок для спортсменов с нарушением зрения, слуха, ЛИН, ПОДА (ДЦП, травмы позвоночника, ампутации)

5.4. Перечень видов оценочных средств

- Собеседование (устный опрос);
- Доклад с презентацией;
- Тестовые задания ;
- Ответ на вопрос зачетного билета.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1. - Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для высших учебных заведений физической культуры /А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – М.: Советский спорт, 2011. – 620 с. – ISBN 978-5-9718-0485-7. – Текст: непосредственный.
2. - Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 8-е изд. – Москва: Спорт-Человек, 2018. – 620 с. – ISBN 978-5-9500179-3-3. – Текст: электронный// Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/104019> (дата обращения: 10.12.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей
3. - Физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти доктора биол. наук, профессора А.С. Чинкина. – Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2017. – 620 с. – ISBN 9-8-5-442 8 0055-5. – Текст: непосредственный
4. - Курдыбайло, С. Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие /С. Ф. Курдыбайло. – М.: Советский спорт, 2003. – 184 с. – ISBN 5-85009-746-5. – Текст: непосредственный
5. - Мышцы в спорте. Анатомия. Физиология. Тренировка. Реабилитация / под ред. Й.М. Йегера, К. Крюгера; пер. с нем. под общ. ред. Д.Г. Калашникова. – М.: Практическая медицина, 2016. – 408 с. : 425 ил. – ISBN 978-5-98811-347-8. – Текст: непосредственный

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Сапего А. В.	Физиология спорта: учебное пособие	Кемерово: КемГУ, 2011

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.2	Капилевич Л. В.	Физиология спорта: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2013
Л1.3	Чинкин А. С., Назаренко А. С.	Физиология человека: учебное пособие	Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2017
Л1.4	Чинкин А. С., Назаренко А. С.	Физиология человека: краткий курс лекций по регуляторным системам организма человека: краткий курс лекций по регуляторным системам организма человека	Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2016
Л1.5	Артемьева С. С., Двурекова Е. А.	Физиология спорта: учебное пособие для самостоятельной работы студентов	Воронеж: ВГАС, 2023
Л1.6	Капилевич Л. В.	Физиология человека. Спорт: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.7	Апрасюхина Н. И.	Физиология спорта	Новополюцк: ПГУ им. Евфросинии Полоцкой, 2024
Л1.8	Селиверстова В. В., Мельников Д. С., Щедрина Ю. А., Селитреникова Т. А., Кудрявцева Н. В.	Анатомия и физиология человека. Физиологические адаптации к физической нагрузке: учебник для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2025

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при освоении дисциплины
6.3.1.2	Система обучения с применением элементов дистанционных образовательных технологий // Официальный сайт ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://do.sportacadem.ru/ (регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»).
6.3.1.3	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License - Распоряжение Министерства земельных и имущественных отношений РТ №229-р от 06.02.2015 «О передаче в безвозмездное пользование».
6.3.1.4	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015).
6.3.1.5	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 1752-1512-3013-4241-820-78 (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №470 от 01.01.2016).

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Лекционные и практические занятия по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации в функциональной подготовке спортсмена» проводятся в специализированной аудитории вместимостью 30 человек, оснащенной современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: широкоформатного телевизора, персонального компьютера (персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету), блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Программное обеспечение Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License - Распоряжение Министерства земельных и имущественных отношений РТ №229-р от 06.02.2015 «О передаче в безвозмездное пользование» Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL Academic Edition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» № 228 от 10.04.2015). Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 1752-1512-3013-4241-820-78 (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №470 от 01.01.2016).
7.2	В специализированной лаборатории имеется следующее учебно-исследовательское оборудование:
7.3	1. Электрокардиограф – (Россия) – 1 шт.
7.4	2. Стабилан – 01-2 - 1 шт. (Россия) – дополнен: + Каналом ритмограммы – пульса; + Каналом внешнего дыхания; + Каналами интегральных миограмм.
7.5	3. НС-Психотест (полная комплектация) (Россия, Иваново) – 1 шт.
7.6	4. Электромиограф «Синапсис» (стандартная конфигурация) (Россия) – 1 шт.
7.7	5. Эргометрическая система (Велоэргометр) E-Bike (Германия) – 2 шт.
7.8	6. PowerLab: - Система обучения физиологии верхнего уровня PTB 4263, ADInstruments Ltd. – 1 шт (Австралия);
7.9	- Набор для физиологических исследований человека при тренировках РТК 14, ADInstruments Ltd – 1 шт. (Австралия)

7.10	- Набор для упражнения дыхания при физиологических исследованиях человека РТК 20, ADInstruments Ltd – 1 шт. (Австралия)
7.11	7. Спирометр ССП сухой портативный (Россия) – 9 шт.
7.12	8. Анализатор зрения ПНР-03 (Россия) – 2 шт.
7.13	9. Динамометр кистевой ДК-140 (Россия) – 10 шт.
7.14	10. Динамометр становой ДС-500 (Россия) – 1 шт.
7.15	11. Калипер КЭЦ-100-1-И-Д (Россия) – 2 шт.
7.16	12. Молоток неврологический (Россия) – 10 шт.
7.17	13. Ростомер РМ со стульчиком (Россия) – 1 шт.
7.18	14. Аудиометр АА-02 автоматизированный поликлинический (Россия) – 2 шт.
7.19	15. Кресло вращающееся КВ - Барани (Россия) – 1 шт.
7.20	16. Кушетка мед. массажная КММ-01-"МСК" (МСК 204) – 1 шт.
7.21	17. Монитор Polar F7 (Финляндия) – 3 шт.
7.22	18. Монитор анестезиолога-реаниматолога МАРГ 10-01 «Микролюкс» К.12 (Россия) – 1 шт.
7.23	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
7.24	- абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;
7.25	- электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам;
7.26	- читальный зал 1130,42 кв.м.: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Студентам необходимо: перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы; на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции; перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Студентам следует:

приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию; до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия; при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы; в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения; на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю. Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу экзаменационной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту нужно обязательно научиться работать с книгой. Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам – справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники – важное подспорье в самостоятельной работе студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить

новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал – составить план или конспект. Конспект, план-конспект – это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражение новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

Методические указания для подготовки к экзамену/зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена /зачета.

Экзамен/зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения экзамена/зачета является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели экзамена/зачета и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка студентов к экзамену/зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену/зачету;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Подготовку к экзамену/зачету целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы. Прежде всего следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к экзамену, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на экзамен. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к экзамену/зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к экзамену/зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники.

Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого студент сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Экзамены/зачеты проводятся строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному деканатом и утвержденному проректором по учебной работе.

К экзамену/зачету допускаются обучающиеся, выполнившие все требования учебной программы по дисциплине и набравшие в течение семестра/семестров от 0 до 50 баллов по текущей успеваемости.

Экзамен/зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием.

Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к экзамену/зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора экзаменационного/зачетного билета.

Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу. Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Для ответа по экзаменационному/зачетному билету, обучающемуся предоставляется до 15-20 минут.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на экзамене/зачете неудовлетворительную оценку, решением деканата устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена/зачета.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям.

Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию — количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц — или предоставление студентам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины **Философские и социальные проблемы физической культуры**

Закреплена за кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт, направленность (профиль):
 Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 2

аудиторные занятия

30

самостоятельная работа

78

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	10 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	30	30	30	30
Контактная работа	30	30	30	30
Сам. работа	78	78	78	78
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.и.н., Аппакова-Шогина Нурия Закариевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 18.03.2025 г. № 5

Зав. кафедрой И.о. Щигорцова Е.С.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цель освоения дисциплины «Философские и социальные проблемы в физической культуре» — сформировать у обучающихся глубокое понимание мировоззренческой и социальной роли физической культуры, развить навыки анализа ее влияния на личность, общество, здоровье и профессиональную деятельность, а также воспитать потребность в систематических занятиях спортом для гармоничного развития и самосовершенствования в контексте здорового образа жизни и профессиональной подготовки
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	История и методология научных исследований в области спорта	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..1: Анализирует ценностные аспекты спортивной и физкультурной деятельности

Знать:

ценностные аспекты спортивной и физкультурной деятельности

ОПК-5.: Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу

ОПК-5..1: Развивает мотивацию к ведению здорового образа жизни без вредных привычек, воспитание волевых качеств и исполнительской дисциплины у спортсменов сборной команды

Знать:

пути и способы формирования мотивации к ведению здорового образа жизни без вредных привычек,

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..1: Анализирует ценностные аспекты спортивной и физкультурной деятельности

Уметь:

анализировать ценностные аспекты спортивной и физкультурной деятельности

ОПК-5.: Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу

ОПК-5..1: Развивает мотивацию к ведению здорового образа жизни без вредных привычек, воспитание волевых качеств и исполнительской дисциплины у спортсменов сборной команды

Уметь:

развивать мотивацию к ведению здорового образа жизни без вредных привычек

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..1: Анализирует ценностные аспекты спортивной и физкультурной деятельности

Владеть:

навыками анализа и формирования ценностных аспектов спортивной и физкультурной деятельности

ОПК-5.: Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу

ОПК-5..1: Развивает мотивацию к ведению здорового образа жизни без вредных привычек, воспитание волевых качеств и исполнительской дисциплины у спортсменов сборной команды

Владеть:

навыками воспитания волевых качеств и исполнительской дисциплины у спортсменов сборной команды

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..2:Учитывает основы кросс-культурного взаимодействия в процессе физкультурно-спортивной деятельности в условиях спортивной конкуренции

Знать:
основы кросс-культурного взаимодействия

ОПК-5.: Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу

ОПК-5..2:Применяет методы и технологии пропаганды по патриотическому воспитанию, по формированию национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, принципов честной игры в спорте

Знать:
методы и технологии пропаганды

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..2:Учитывает основы кросс-культурного взаимодействия в процессе физкультурно-спортивной деятельности в условиях спортивной конкуренции

Уметь:
учитывать основы кросс-культурного взаимодействия в процессе физкультурно-спортивной деятельности в условиях спортивной конкуренции

ОПК-5.: Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу

ОПК-5..2:Применяет методы и технологии пропаганды по патриотическому воспитанию, по формированию национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, принципов честной игры в спорте

Уметь:
применять методы и технологии пропаганды по патриотическому воспитанию, по формированию национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, принципов честной игры в спорте

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..2:Учитывает основы кросс-культурного взаимодействия в процессе физкультурно-спортивной деятельности в условиях спортивной конкуренции

Владеть:
навыками применения кросс-культурного анализа в процессе физкультурно-спортивной деятельности в условиях спортивной конкуренции

ОПК-5.: Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу

ОПК-5..2:Применяет методы и технологии пропаганды по патриотическому воспитанию, по формированию национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, принципов честной игры в спорте

Владеть:
навыками формирования национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, принципов честной игры в спорте

УК-5.: Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

УК-5..3:Формирует позитивные социально-психологические отношения в межкультурном пространстве с учетом морально-этических ценностей спортивной конкуренции и норм честной игры в спорте

Знать:
морально-этические ценности спортивной конкуренции и нормы честной игры в спорте

Уметь:
формировать позитивные социально-психологические отношения в межкультурном пространстве с учетом морально-этических ценностей спортивной конкуренции и норм честной игры в спорте

Владеть:
навыками формирования позитивных социально-психологических отношений

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
-------------	---	----------------	-------	--------------	--------------------------	------------	------------

	Раздел 1. модуль 1						
1.1	Философские проблемы физической культуры и спорта /Тема/	2	0				
1.2	Игровая концепция культуры /Лек/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4		
1.3	Тело и дух в процессе образования личности /Лек/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
1.4	Игра как основание культуры. Специфика игры у животных и людей. Социальные функции игры. Концепции Й. Хейзинга и Х. Ортега - и - Гассета /Лек/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			

1.5	Представления о совершенстве и превосходстве в современном мире /Пр/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
1.6	Социальность, культура и телесность человека. Телесная культура. Модели физической культуры. /Пр/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
	Раздел 2. модуль 2						
2.1	Социальные проблемы физической культуры и спорта /Тема/	2	0				
2.2	Природа социально-гуманитарных проблем физической культуры и спорта /Лек/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			

2.3	Модели решения социально-гуманитарных проблем физической культуры и спорта /Лек/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
2.4	Основания, происхождение и структура личностных и общественных проблем в сфере спорта. Рождение спорта и современные социальные проблемы /Пр/	2	4	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
2.5	Субъекты социальной сферы физической культуры и спорта: формирование и структура личностей, коллективов, учреждений /Пр/	2	2	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			

2.6	Педагогика спорта. Гуманитарный и инструментальный подходы в физической культуре и образовании.. Спорт и социализация. Спортивное и неспортивное поведение. Обман и насилие в спорте /Пр/	2	6	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
2.7	Проблемы организационной среды спортивного мира: конфликты и решения. Проблемы взаимоотношений в спортивных коллективах: конфликты и решения. Проблемы индивидуальных стратегий образовательного и спортивного поведения: конфликты и решения. Регулирование конфликтов в сфере спорта: структурные и другие возможные модели. Управление конфликтами в сфере спорта /Пр/	2	4	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			
2.8	Самостоятельная работа /Ср/	2	78	УК-5..1-31 ОПК-5..1-31 УК-5..1-У1 ОПК-5..1-У1 УК-5..1-В1 ОПК-5..1-В1 УК-5..2-31 ОПК-5..2-31 УК-5..2-У1 ОПК-5..2-У1 УК-5..2-В1 ОПК-5..2-В1 УК-5..3-31 УК-5..3-У1 УК-5..3-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы к промежуточной аттестации (зачет)

1. Основания, происхождение и структура личностных и общественных проблем спорта.
2. Рождение спорта и современные социальные проблемы.
3. Различие социальных сред и характера социально-гуманитарных проблем России и Западного мира.
4. Спорт как досуг, игра, труд, ритуал.
5. Ценности в сфере спорта.

6. Социальная мобильность спортсменов и специалистов в спорте.
7. Достижения в спортивной карьере и переустройство жизни после завершения карьеры.
8. Гендерные характеристики в спорте.
9. Проблемы индивидуальных стратегий образовательного и спортивного поведения.
10. Идентификация и социализация в сфере спорта.
11. Основания дифференциации (образования групп, слоев) в сфере спорта.
12. Спорт и социальное управление. Проблемы взаимоотношений в спортивных коллективах.
13. Социальная среда и формирование субъекта.
14. Значение соревнований и конфликтов в развитии общества и культуры.
15. Спорт и регуляция агрессии.
16. Становление индивидуального организма, личности и познающего субъекта.
17. Педагогика спорта..
18. Гуманитарный и инструментальный подходы в образовании.
19. Спорт и социализация.
20. Современные спортивные практики: тело как социальная форма личности.
21. Социальное развитие. Образовательные идеалы в качестве аргументов социального развития.
22. Образовательные идеалы России и Западного мира.
23. Спорт социальное развитие.
24. Образовательные идеалы в спорте.
25. Эстетика спорта. Искусство и спорт. Героизм и трагизм в спорте.
26. Олимпийское движение и социальный облик спортсмена.
27. Олимпийская культура и спартанское воспитание.
28. Представления о совершенстве и превосходстве в Античности.
29. Социальность, культура и телесность человека.
30. Телесная культура. Культура здоровья, здоровый образ и стиль жизни.
31. Проблемы организационной среды спортивного мира: конфликты и решения.
32. Проблемы взаимоотношений в спортивных коллективах: конфликты и решения.
33. Проблемы индивидуальных стратегий образовательного и спортивного поведения: конфликты и решения.
34. Разбор и регулирование конфликтов в сфере спорта: структурные и другие возможные модели.
35. Двигательная активность и социализация индивида.
36. Социальный статус и институты социализации. Социальные барьеры.
37. Непрерывное образование как фактор преодоления социально-гуманитарных проблем в спорте.
38. Рождение спорта и современные социальные проблемы.
39. .Социальная мобильность спортсменов и специалистов в спорте.
40. Достижения в спортивной карьере и переустройство жизни после завершения карьеры.
41. Гендерные характеристики в спорте.
42. Основания дифференциации (образования групп, слоев) в сфере спорта.
43. Спорт и социальное управление. Проблемы взаимоотношений в спортивных коллективах.
44. Спорт и регуляция агрессии.
45. Становление индивидуального организма, личности и познающего субъекта.
46. Педагогика спорта..
47. Спорт и социализация.
48. Современные спортивные практики: тело как социальная форма личности.
49. Спорт социальное развитие.
50. Образовательные идеалы в спорте.
51. Олимпийское движение и социальный облик спортсмена.
52. Олимпийская культура и спартанское воспитание.
53. Проблемы организационной среды спортивного мира: конфликты и решения.
54. Проблемы взаимоотношений в спортивных коллективах: конфликты и решения.
55. Проблемы индивидуальных стратегий образовательного и спортивного поведения: конфликты и решения.
56. Разбор и регулирование конфликтов в сфере спорта: структурные и другие возможные модели.
57. Двигательная активность и социализация индивида.

5.2. Темы письменных работ

Темы рефератов

1. Классификация и генезис проблем в социальной сфере спорта.
2. Рождение спорта и современные социальные проблемы.
3. Различия социальных сред и характера социально-гуманитарных проблем России и Западного мира.
4. Субъекты социальной сферы спорта: формирование и структура личностей, коллективов, учреждений.
5. Социальное формирование субъекта.
6. Проблемы организационной среды спортивного мира: конфликты и решения.
7. Проблемы взаимоотношений в спортивных коллективах: конфликты и решения.
8. Проблемы индивидуальных стратегий образовательного и спортивного поведения: конфликты и решения.
9. Ценности и цели личной жизни в спорте.
10. Спортивное и неспортивное поведение. Обман и насилие в спорте.
11. Становление индивидуального организма, личности и познающего субъекта.
12. Современные спортивные практики: тело как социальная форма личности.

12. Значение соревнований и конфликтов в развитии общества и культуры.
13. Природа образовательных идеалов.
14. Представления о совершенстве и превосходстве в Античности.
15. Образовательные идеалы России и Западного мира.
16. Значение активной образовательной среды для становления личности.
17. Значение проблем и конфликтов для образования личности.
18. Тело и дух в процессе образования личности.
19. Соотношение биологических, социальных, психических сторон человеческой сущности на примере спортивной деятельности

5.3. Фонд оценочных средств

Работа 1. Эссе "Спорт и общество"

1. Выбрать любую социальную сферу: политика, экономика, наука, религия, образование, право, искусство (любой вид искусства либо искусство в целом), СМИ (телевидение, интернет), шоу-бизнес,

2. Написать эссе: Спорт и выбранная сфера общества.

Например: выбрали образование. Написать свои мысли по поводу:

что общего и различного в этих сферах (спорта и образования)

как спорт влияет на образование и как образование влияет на спорт (возможные плюсы и минусы)

Работа 2. Анализ статьи У.Моргана "Философия спорта. Исторический и концептуальный обзор"

Вопросы для анализа статьи:

Где и когда родилась философия спорта?

Какая работа, по мнению автора, считается первой, давшей толчок формированию этого направления философии?

В каких цивилизациях спорт приобрел огромное влияние?

Структура философии. Вопросы, на которые отвечают выделенные автором направления философии.

Автор выделяет аналитическую философию и прагматизм как основные направления современной философии. Какие основные цели ставят перед собой эти направления, согласно автору.

Признаки институционализации философии спорта.

Формула спорта, которую вывел Бернанд Сьюйтс. Какую особенность игры отметил Сьюйтс?

Какие темы в изучении спорта актуальны для современной философии по мнению автора статьи.

Работа 3. Анализ отрывка из книги Йохана Хейзинги "Homo Ludens"

1. Прочитать 1 главу "Характер и значение игры как явления культуры".

2. Ответить на вопросы и прикрепить ответ в ДО или принести на занятие (в письменном или печатном виде):

1) Игра - это биологическое или социальное явление?

2) Какие биологические и социальные функции игры выделяет автор?

3) Какие игры возникли в процессе социальной эволюции человека (какие формы деятельности человека имеют игровую природу)?

4) Выпишите из текста авторское определение игры

5) Какой образ жизни должны вести люди по мнению Платона?

Работа 4. Анализ статьи Умберто Эко "Болтовня о спорте"

Вопросы:

1. Какой смысл вкладывает автор в название статьи - "болтовня о спорте"?

2. Какое противоречие современного спорта выделяет автор (его плюсы и минусы)?

3. Почему автор называет спортсменов "монстрами" и "предметом тотальной инструментализации", а болельщиков называет вуайеристами?

4. Что общего автор находит между "болтовней о спорте" и политическими дебатами? Какую функцию это "болтовни" он при этом выделяет?

5. Что означает понятие "фатический дискурс"?

Работа 5. Анализ статьи В.Б. Барабановой "Человекообразность в спорте как потенциал социальных технологий"

Прочитайте статью и ответьте письменно на вопросы:

1. Причины роста популярности спорта в современном обществе

2. Какие подходы к пониманию содержания спорта существуют в научной литературе?

3. Автор понятия "человекообразность". Что означает это понятие, дайте определение.

4. В чем проявляется человекообразность в спорте? Какие аспекты человека "измеряет" спорт?

5. Что такое пансоциологизм?

6. Что помог "измерить" спорт Вам в себе?

Работа 6. Константин Григорович о философии спорта. Видео

Вопросы:

Какие две основы спорта (биологического и социального характера) выделяет автор?

Кто из изученных ранее авторов в нашем курсе также изучал проблему биологических и социальных основ спорта?

Что такое нарратив? Автор этого понятия. Какие виды спорта "нарративны", на ваш взгляд?

В какой характеристике современный спорт проигрывает компьютерному спорту? Есть ли возможность реализовать эту характеристику в спорте будущего?

Работа 7. Семинар 7. Анализ отрывка из текста И.М.Быховской "Homo somatikos"

1. Какие социальные факторы влияют на развитие телесности человека
2. На какие изменения телесности влияют генетические и социальные факторы?
3. Объясните мысль «однако, это не означает, что духовность "надвигательна" или "противовитальна"
4. Объясните, как вы понимаете термины «биологическое тело», «социальное тело», «культурное тело»
5. С каким аспектом в структуре личности по Фрейду (бессознательное «ОНО», сознание «Я», сверх-сознание «Сверх-Я») можно соотнести «биологическую» и «социальную» телесность
6. Какие ценности называют инструментальными и терминальными? Как менялась ценность телесности в историческом развитии?
7. Объясните мысль: «...инструментальные ориентации в отношении телесности неизбежно ведут к отчуждению тела, его объективации, отделению от субъекта этой деятельности»
8. Какие ценности отражает советский лозунг «Готов к труду и обороне»?
9. Для производства (с преобладанием физического труда) и спорта характерно инструментальное отношение к телу. Чем же тогда отличается отношение к телу в этих сферах (производстве и спорте)?
10. В чем заключается амбивалентность понимания спорта как вида деятельности

Семинар 8-9. Творческая работа-эссе "Перспективы спорта"

Условия. Развитие спорта в тупике: как по причине физиологической (достигнуты пределы физических возможностей "человека обыкновенного"), так и по социальным причинам (спорт стал объектом политических и экономических манипуляций).

Вопрос. Определите спектр проблем, осложняющих развитие спорта на сегодня. Опишите возможные пути выхода спорта из формирующегося тупика. Какие изменения ожидают спорт в будущем?

Решение. Оформляете текст в свободной форме (письменно или печатно).

5.4. Перечень видов оценочных средств

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний, обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.
2. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине или содержательному модулю.

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основные формы: зачет

Зачет служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Сдача зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета:

- 50 и менее баллов – не зачтено (не аттестован)
- 51-100 баллов – зачтено (аттестован)

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1. Лубышева, Л. И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие / Л. И. Лубышева. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: ИЦ "Академия", 2010. – 272 с. – ISBN 978-5-7695-5284-7. – Текст: непосредственный.

2. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: учебник / А. А. Передельский. – Москва: Спорт-Человек, 2016. – 416 с. – ISBN 978-5-906839-04-6. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/97467> (дата обращения: 01.09.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Наука о спорте. Энциклопедия систем жизнеобеспечения. – М.: ИД МАГИСТР-ПРЕСС, 2011. – 1000 с. – ISBN 978-5-89317-225-2. – Текст: непосредственный.

4. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социальных наук. Социология спорта: учебник / А. А. Передельский. – М.: Спорт, 2016. – 416 с. – ISBN 978-5-906839-04-6. – Текст: непосредственный.

5. Столяров, В. И. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта: учебник / В. И. Столяров, А. А. Передельский, М. М. Башаева. – М.: Советский спорт, 2015. – 464 с. – ISBN 978-5-9718-0718-6. – Текст: непосредственный

6. Столяров, В. И. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта: учебник / В. И. Столяров, А. А. Передельский, М. М. Башаева. – Москва: Советский спорт, 2015. – 464 с. – ISBN 978-5-9718-0718-6. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/69838> (дата обращения: 01.09.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимых для освоения дисциплины

1. Сайт Института философии РАН [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://iph.ras.ru>

2. Сайты: <http://philosophy.ru>, <http://filosof.historic.ru>, <http://antology.rchgi.spb.ru/>, <http://philos.msu.ru>, <http://filosofia.ru>, <http://psylib.org.ua/>, <http://www.philosophy.ru/>, <http://www.vehi.net/vehi/index.html>, <http://philosoff.ru/>, <http://www.zipsites.ru/psy/psylib/>, <http://www.gumfak.ru/filosof.shtml>, <http://intencia.ru/index.php>, <http://psylib.org.ua/books/#fil>, <http://www.ihitika.net>, <http://philosophylib1.narod.ru/>, <http://www.newlibrary.ru/>

3. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 04.09.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

4. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. – Текст: электронный. – URL: <https://urait.ru> (дата обращения: 04.09.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

5. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения 04.09.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Передельский А. А.	Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: учебник	Москва: Спорт-Человек, 2016
Л1.2	Рахматов А. А., Рахматов А. И.	Теория и история физической культуры: социология физической культуры и спорта: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2023
Л1.3	Иванов С. А., Старченко В. Н.	Социология физической культуры и спорта: практикум	Гомель: ГГУ имени Ф. Скорины, 2023
Л1.4	Волхонская Г. П.	Социология физической культуры. Практикум	Омск: СибГУФК, 2023

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Шилько В. Г.	Социология физической культуры: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 49.03.01 – физическая культура	Томск: ТГУ, 2018
Л2.2	Бацина О. Н.	Социология физической культуры: практикум	Чайковский: ЧГАФКиС, 2018
Л2.3	Хурамушина А. З., Хурамушин И. Г.	Социология физической культуры и спорта: учебное пособие	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2020

Л2.4	Пашарина Е. С.	Социология физической культуры: учебное пособие	Волгоград: ВГАФК, 2020
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства			
6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025		
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016		
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)		
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)		
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем			
6.3.2.1	1.Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 04.09.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.		
6.3.2.2	2.Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 04.09.2023).		
6.3.2.3	3.Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения: 04.09.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.		
6.3.2.4	4.eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru (дата обращения 04.09.2023). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.		
6.3.2.5	5. Сайт Института философии РАН [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://iph.ras.ru		
7. МТО (оборудование и технические средства обучения)			
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)		
7.2			
7.3	А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету		
7.4	А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету		

7.5	A 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.6	A 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
7.7	A 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.8	D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
7.9	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.10	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.11	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.12	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.13	B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	B203 (массаж) - персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету.
7.15	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.19	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.20	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.21	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.22	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.23	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.24	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.25	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.26	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.27	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.28	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.29	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.30	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.31	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.33	E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету

7.34	E305 (потоковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.35	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.36	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.37	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.38	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.39	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.40	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.41	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.42	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.43	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.45	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.46	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.47	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.49	E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.50	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.51	E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.52	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.53	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Студентам необходимо:

-перед каждой лекцией желательно просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на понимание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

-перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует изучить рекомендуемую основную и дополнительную литературу, либо обратиться к преподавателю (по графику его консультаций).

2.Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся с целью изучения, обобщения и закрепления теоретических вопросов конфликтологии, это помогает студентам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает студентам быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать студентам страницы в конспекте лекций, разделы учебников и

учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) выполнение контрольных (в форме тестирования);
- 3) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию студенты повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.

2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.

3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда студенты готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам.

В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа: 1й – организационный; 2й - закрепление и углубление

теоретических знаний. На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает: - уяснение задания на самостоятельную работу; - подбор рекомендованной литературы; - составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

3. Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Практическое занятие включает в себя выполнение практико-ориентированных заданий;

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованные материалы к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить все задания до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям и выполнения различного вида самостоятельных работ. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию — количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц, либо предоставление студентам возможности самостоятельного поиска необходимой информации.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту нужно обязательно научиться работать с книгой. Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход

предусматривает не только чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам — справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники — важное подспорье в самостоятельной работе студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно — освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.). Главная задача преподавателя — мотивировать студента на поиск и изучение литературы по дисциплине, и мотивировать так, чтобы интерес к поиску и чтению соответствующей литературы сохранился и после завершения курса. Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдает преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге. Наиболее надежный способ собрать нужный материал — составить план или конспект. Конспект, план-конспект — это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации. При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражения новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

Рекомендации по написанию реферата (в форме презентации)

Реферат — это письменная работа на определенную тему, сделанная в результате обобщения источников и литературы по теме и обобщения личных наблюдений и опыта.

Порядок работы над рефератом следующий:

1. составить библиографию по теме, привлекая справочные, энциклопедические, биографические, библиографические издания, учебные и методические пособия; а также произведя поиск в сети Internet;
2. продумать структуру работы, цель и исследовательские задачи своего доклада;
3. ознакомиться с источниками и литературой, подготовить выписки из них;
4. скорректировать план и цель работы;
5. написать текст, сформулировать выводы.

На этапе определения структуры и цели доклада студенту следует обратиться за консультацией к руководителю семинарских занятий. Затем студент приступает к написанию научной работы (реферата).

Требования к оформлению реферата.

Текст пишется на одной стороне листа бумаги формата А4 (296-210). Объем реферата не менее 20 стр. Все страницы, начиная с 3й, должны быть пронумерованы. На титульном листе цифра 1 не ставится. Желательно напечатать текст на принтере или печатной машинке, но если такой возможности нет, то надо написать текст разборчивым почерком, без помарок. Шрифт Times New Roman, 14 кегль, межстрочный интервал полуторный. Оставьте поля: верхнее и нижнее — 20 мм, левое — 30-35 мм, правое — 15-20 мм.

Цитаты (выдержки) из источников и литературы используются в тех случаях, когда свою мысль хотят подтвердить точной выдержкой. Цитаты должны быть текстуально точными и заключены в кавычки. В тексте необходимо указать источник приводимых цитат. Существует три способа сделать ссылку. 1. Внизу страницы под чертой (подстрочные сноски могут иметь постраничную или сквозную нумерацию). 2. В конце текста реферата в виде «Примечания». 3. В квадратных (или круглых) скобках в конце цитаты. Например: [4, 309], где первая цифра означает порядковый номер из «Списка использованных источников и литературы», вторая — номер процитированной страницы.

Структура работы:

1. Титульный лист.
2. Оглавление. Оно состоит из перечня основных частей работы: введения, названия каждой главы и разделов, выводов или заключения, списка использованных источников и литературы;
3. Введение, где оговаривается научная значимость темы, проблематика исследования, степень изученности, т.е. дается общая характеристика использованных источников и литературы; цель и задачи работы (2-3 стр.).
4. Основная часть, в которой решаются поставленные задачи. Она должна состоять из двух — четырех глав, которые можно разделить на параграфы. Каждая глава обязательно заканчивается выводом (11-15 стр.).
5. Выводы или заключение, где формулируются выводы исследования (1-2 стр.).
6. Список использованных источников и литературы. В нем выделяют следующие составные части:

I. Источники (монографии, носящие теоретический характер для данного исследования; законодательные источники; делопроизводственная документация учреждений и организаций; статистические материалы; мемуары, дневники, переписка).

- II. Литература (монографии, книги, статьи из сборников, научных журналов, учебные пособия).
- III. Периодическая печать (статьи из газет, публицистических журналов)
- IV. Справочная литература.

Конечная оценка реферата по пятибалльной системе учитывает полноту и глубину раскрытия темы, степень самостоятельности в изложении основных проблем, умение делать выводы, культуру оформления реферата (наличие плана, правильно оформленных сносок и списка литературы, выверенность текста от опечаток и ошибок и т.д.).

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УРиЦТ
А.В. Павлова

29.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины
Функциональная диагностика спортивных
возможностей организма

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт

Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

экзамены 2

аудиторные занятия

30

самостоятельная работа

51

часов на контроль

27

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	10 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	30	30	30	30
Контактная работа	30	30	30	30
Сам. работа	51	51	51	51
Часы на контроль	27	27	27	27
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.б.н., Доц., Мавлиев Фанис Азгатович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УРиЦТ

_____ А.В. Павлова

_____ г.

Рабочая программа дисциплины
Функциональная диагностика спортивных
возможностей организма

Закреплена за кафедрой

Кафедра медико-биологических дисциплин

Учебный план

Направление подготовки 49.04.03 Спорт

Направленность (профиль) Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов, Функциональная подготовка квалифицированных спортсменов

Квалификация

магистр

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

аудиторные занятия

0

самостоятельная работа

51

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	10 1/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	10	10	10	10
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	30	30	30	30
Контактная работа	30	30	30	30
Сам. работа	51	51	51	51
Часы на контроль	27	27	27	27
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.б.н., Проф., Мавлиев Фанис Азгатович _____

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.04.2025 г. № 7

Зав. кафедрой И.о. Исхакова А.Т. _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения дисциплины является формирование у будущих тренеров и специалистов сборных команд системных теоретических знаний и практических компетенций в области функциональной диагностики, позволяющих проводить комплексную оценку адаптационных возможностей, физической работоспособности и функционального состояния организма высококвалифицированных спортсменов для оптимизации тренировочного процесса, повышения эффективности соревновательной деятельности и научно обоснованного отбора перспективных спортсменов в спортивный резерв.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	История и методология научных исследований в области спорта	
2.1.2	Технология научных исследований в спорте высших достижений	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	
2.2.2	Управленческая деятельность в спорте (в том числе управление проектами)	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-1.: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

УК-1..1:Анализирует комплексный план подготовки сборной команды и индивидуальных планов подготовки спортсменов сборной команды

Знать:

Теоретические основы и методики планирования подготовки в спорте; структуру построения тренировочного процесса (макро-, мезо-, микроциклы); принципы индивидуализации подготовки спортсменов разного амплуа и уровня подготовленности; нормативные требования и календарь соревнований.

Уметь:

Проводить сравнительный анализ комплексного и индивидуальных планов на предмет их сбалансированности и соответствия поставленным целям; выявлять противоречия и диспропорции в нагрузках; оценивать реалистичность выполнения запланированных показателей.

Владеть:

Навыками системного анализа тренировочной документации; методами коррекции планов на основе текущих результатов и динамики состояния спортсменов; способностью прогнозировать последствия внесенных в план изменений.

УК-1..2:Ведет систематический контроль состояния наилучшей индивидуальной и (или) командной готовности (физической, технической, тактической и психической) спортсменов к спортивным достижениям

Знать:

Современные методы комплексного контроля в спорте (педагогические, медико-биологические, психологические); критерии оценки физической, технико-тактической и психической готовности; признаки перетренированности и недовосстановления; методики тестирования специальной работоспособности.

Уметь:

Применять диагностический инструментарий для оценки различных сторон подготовленности; интерпретировать результаты тестирования и наблюдений; выявлять сильные и слабые стороны готовности конкретного спортсмена и команды в целом.

Владеть:

Навыками проведения функциональных проб, хронометража, педагогических наблюдений; методиками обработки и систематизации данных контроля; способностью давать заключение о текущем состоянии готовности спортсмена.

УК-1..3:Контролирует навыки выполнения спортсменами технических приемов в вариативных условиях, близких к соревновательным

Знать:

Биомеханические основы техники видов спорта; критерии эффективности и надежности выполнения технических приемов; факторы сбивающего воздействия в условиях соревнований; методику моделирования соревновательных условий в тренировке.

Уметь:

Выявлять технические ошибки и отклонения в структуре движений в условиях утомления и противодействия соперника; оценивать стабильность техники при смене внешних условий; использовать видеонализ и другие средства срочной информации.

Владеть:

Методами педагогического контроля за технической подготовленностью в усложненных условиях; навыками оперативного вмешательства в тренировочный процесс для исправления ошибок; способностью создавать вариативные ситуации на

тренировках.

ПК-2: Способен выявлять перспективных спортсменов и проводить отбор для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды

ПК-2.1: Формирует план мероприятий по выявлению перспективных спортсменов и отбору спортсменов

Знать:
Нормативно-правовые основы формирования сборных команд; современные концепции спортивного отбора (этапы, методы); календарь региональных, ведомственных и всероссийских соревнований; контингент потенциальных кандидатов (ДЮСШ, училища, клубы).

Уметь:
Разрабатывать регламенты и программы просмотровых мероприятий (сборы, контрольные тренировки, тестирования); планировать логистику и ресурсное обеспечение отбора; распределять зоны ответственности между членами тренерского совета.

Владеть:
Технологией календарно-сетевого планирования; навыками разработки положения о смотре кандидатов; способностью обосновывать сроки и форматы проводимых мероприятий.

ПК-2.2: Определяет ключевые показатели и этапы отбора спортсменов в сборную команду

Знать:
Модельные характеристики сильнейших спортсменов на текущий момент; требования к морфофункциональным, психологическим и координационным данным для конкретного вида спорта (игровое амплуа); динамику прироста показателей на разных этапах многолетней подготовки.

Уметь:
Формировать батареи тестов для разных этапов отбора (предварительный, промежуточный, основной); определять проходные баллы и весовые коэффициенты значимости различных показателей; учитывать биологический возраст и темпы созревания юных спортсменов.

Владеть:
Методами математической статистики для обработки результатов отбора; навыками ранжирования кандидатов по комплексу показателей; способностью разрабатывать критерии допуска к участию в соревнованиях за сборную.

ПК-2.3: Проводит анализ итоговой информации системы отбора и определение состава сборной команды

Знать:
Требования Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК); порядок комплектования и утверждения списков сборных команд; конфликтогенные зоны при определении состава и способы их нивелирования.

Уметь:
Составлять аналитический отчет по итогам сезона и отборочных кампаний; аргументированно представлять кандидатуры в состав команды вышестоящему руководству и тренерскому совету; работать с базами данных кандидатов в сборную.

Владеть:
Навыками подготовки служебной документации (представления, списки, протоколы); способностью к коллегиальному обсуждению и защите своего мнения при утверждении состава; методами долгосрочного прогноза успешности кандидата на основе динамики его развития.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Теоретический материал						
1.1	Общая теория адаптации. Гомеостаз и адаптация. Понятие адаптации. Теория стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром. Срочная адаптация и долговременная адаптация. Системный структурный след. Функциональная система П.К. (0) /Тема/	2	0				

[illegible]

1.9	Функциональная диагностика опорно-двигательного аппарата. Системы для тестирования кинематических характеристик движения. Системы для тестирования динамических характеристик движения. Тестовые протоколы изокинетического, изотонического и изометрического тестирования. Интерпретация результатов функциональных тестов опорно-двигательного аппарата. /Тема/	2	0				
1.10	Системы для тестирования кинематических характеристик движения. Системы для тестирования динамических характеристик движения. Тестовые протоколы изокинетического, изотонического и изометрического тестирования. Интерпретация результатов функциональных тестов опорно-двигательного аппарата. /Лек/	2	2				
	Раздел 2. Практический материал						
2.1	Анализ некоторых показателей газоанализа в ходе велоэргометрии /Тема/	2	0				
2.2	Анализ некоторых показателей газоанализа в ходе велоэргометрии /Пр/	2	2				
2.3	Оценка аэробной мощности на беговом эргометре с использованием газоанализатора /Тема/	2	0				
2.4	Оценка аэробной мощности на беговом эргометре с использованием газоанализатора /Пр/	2	2				
2.5	Оценка силы мышц с использованием силоизмерительной установки (разгибание ног) /Тема/	2	0				
2.6	Оценка силы мышц с использованием силоизмерительной установки (разгибание ног) /Пр/	2	2				
2.7	Оценка силы мышц с использованием силоизмерительной установки при различных углах в коленном суставе /Тема/	2	0				
2.8	Оценка силы мышц с использованием силоизмерительной установки при различных углах в коленном суставе /Пр/	2	2				
2.9	Анализ выносливости посредством бегового теста и показателей лактата /Тема/	2	0				
2.10	Анализ выносливости посредством бегового теста и показателей лактата /Пр/	2	2				
2.11	Определение координационных способностей с использованием системы "Стабилан" до и после силовой нагрузки и нагрузки на выносливость /Тема/	2	0				

2.12	Определение координационных способностей с использованием системы "Стабилан" до и после силовой нагрузки и нагрузки на выносливость /Пр/	2	2				
2.13	Измерение скорости и мощности с помощью теста Вингейта /Тема/	2	0				
2.14	Измерение скорости и мощности с помощью теста Вингейта /Пр/	2	2				
2.15	Функциональная диагностика аэробных возможностей с учетом и без учета композиционного состава тела /Тема/	2	0				
2.16	Функциональная диагностика аэробных возможностей с учетом и без учета композиционного состава тела /Пр/	2	2				
2.17	Анализ психоэмоционального состояния: Оценка уровня стресса и восстановления с помощью психологических тестов или опросников /Тема/	2	0				
2.18	Анализ психоэмоционального состояния: Оценка уровня стресса и восстановления с помощью психологических тестов или опросников /Пр/	2	2				
2.19	Влияние когнитивных нагрузок на физические качества. /Тема/	2	0				
2.20	Влияние когнитивных нагрузок на физические качества. /Пр/	2	2				
	Раздел 3. Самостоятельные работы						
3.1	Самостоятельные работы /Тема/	2	0				
3.2	Сам. работы /Ср/	2	51	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-31 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-В1 ПК-2.3-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.2-В1			
	Раздел 4. Контроль						
4.1	Контроль /Тема/	2	0				

4.2	Контроль /Экзамен/	2	27	УК-1..1-31 УК-1..1-У1 УК-1..1-В1 УК-1..2-31 УК-1..2-У1 УК-1..2-В1 УК-1..3-31 УК-1..3-У1 УК-1..3-В1 ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-31 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-В1 ПК-2.3-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.2-В1			
-----	--------------------	---	----	---	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Раздел 1-2: Теоретические основы и общие подходы

Дайте определение функциональной диагностике в спорте. Какова её основная цель в системе подготовки спортсменов высокой квалификации?

Раскройте понятия «срочная адаптация» и «долговременная адаптация» в контексте спортивной деятельности. В чём их принципиальное различие?

Опишите стадии общего адаптационного синдрома (теория стресса Г. Селье) и приведите пример их проявления у спортсмена в процессе тренировок.

Что понимается под «системным структурным следом» адаптации? Каково его значение для прогнозирования спортивных результатов?

Какие основные группы инструментальных методов функциональной диагностики вы знаете? Кратко охарактеризуйте каждую группу.

Раздел 3, 6, 10: Диагностика аэробных и анаэробных возможностей

6. Объясните, почему оценка транспорта кислорода является ключевой для прогнозирования выносливости в циклических видах спорта.

7. Опишите принцип спироэргометрии. Какие ключевые показатели (например, МПК, ПАНО, дыхательный коэффициент) она позволяет определить и как их интерпретировать?

8. Что такое «порог анаэробного обмена (ПАНО)»? Как его определение используется для индивидуализации тренировочных нагрузок?

9. Каковы цели и методические особенности проведения тестирования максимальной анаэробной мощности спортсмена?

10. Назовите и охарактеризуйте не менее трёх полевых тестов для косвенной оценки аэробной производительности. В чём их преимущества и ограничения по сравнению с лабораторными тестами?

11. Как определяется композиция (соотношение типов) мышечных волокон косвенными методами? Почему этот параметр важен для спортивного отбора?

Раздел 5: Диагностика опорно-двигательного аппарата

12. В чём заключаются различия между изокинетическим, изотоническим и изометрическим режимами мышечного сокращения при тестировании?

13. Опишите, как данные изокинетического тестирования (например, график «момент-угол») могут быть использованы для выявления мышечного дисбаланса и профилактики травм.

14. Какие кинематические и динамические характеристики движения оцениваются с помощью современных систем биомеханического анализа (например, на основе видео- или датчиков движения)?

Раздел 7, 9: Диагностика эффективности и сердечно-сосудистой системы

15. Раскройте понятие «эффективность движений» с позиций биомеханики и физиологии. Какие параметры её характеризуют?

16. Каковы особенности функционального состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) у высококвалифицированных спортсменов по сравнению с нетренированными людьми (например, спортивное брадикардия, гипертрофия миокарда)?

17. Какие методы функциональной диагностики ССС (помимо стандартной ЭКГ покоя) наиболее информативны для оценки работоспособности спортсмена? (Например, эхокардиография, холтеровское мониторирование).

Раздел 8: Гендерные и индивидуальные особенности

18. Охарактеризуйте основные проявления полового диморфизма, влияющие на функциональные возможности в спорте.
19. Как овариально-менструальный цикл (ОМЦ) может влиять на работоспособность и результаты функционального тестирования спортсменки? Каковы практические рекомендации по планированию тестирования и нагрузок?
20. Почему при проведении функциональной диагностики и интерпретации её результатов необходимо учитывать не только пол, но и индивидуальные особенности спортсмена (возраст, спортивный стаж, специализацию)?

Раздел 4: Нагрузочное тестирование (сквозная тема)

21. Обоснуйте необходимость применения нагрузочных тестов в функциональной диагностике спортсменов. Что они позволяют оценить, чего нельзя увидеть в состоянии покоя?
22. Какие факторы определяют выбор конкретного протокола нагрузочного тестирования (ступенчатый, рамповый, спортивно-специфичный) для атлета?
23. Перечислите основные правила безопасности и противопоказания к проведению максимальных нагрузочных тестов.

Методология и практика

24. Какова роль функциональной диагностики в системе комплексного контроля подготовки спортсменов? С какой периодичностью рекомендуется её проводить?
25. Разработайте примерный алгоритм действий специалиста при проведении первичного комплексного функционального тестирования спортсмена (от планирования до написания заключения).
26. Как следует интегрировать данные различных функциональных тестов (например, кардиореспираторные, биомеханические, показатели крови) для формирования целостной картины подготовленности атлета?
27. Каковы основные принципы составления понятного и полезного заключения по результатам функциональной диагностики для тренера и спортсмена?
28. Проанализируйте, как результаты функциональной диагностики могут быть использованы для решения задачи отбора перспективных спортсменов в резерв сборной команды (ПК-2).
29. В чём заключается критический анализ проблемных ситуаций (УК-1) на примере интерпретации неоднозначных или противоречивых данных функционального тестирования?
30. Спрогнозируйте возможные направления развития методов функциональной диагностики в спорте высших достижений на ближайшие 5-10 лет (например, применение искусственного интеллекта, портативных сенсоров и т.д.).

5.2. Темы письменных работ

Тема 1. Разработка и обоснование комплексной программы функционального тестирования для спортсменов циклического вида спорта (на примере академической гребли/велоспорта/лыжных гонок)

Главный вопрос: Как спроектировать научно обоснованную, этапную программу диагностики, которая максимально точно оценит ключевые компоненты подготовленности и даст тренеру информацию для управления процессом?

Тема 2. Гендерные аспекты в функциональной диагностике: физиологические обоснования и практические рекомендации для работы со спортсменками высокой квалификации

Главный вопрос: Какие физиологические особенности женского организма (помимо ОМЦ) необходимо обязательно учитывать при планировании, проведении и интерпретации функциональных тестов, и как это должно влиять на тренировочный процесс

Тема 3. Диагностика и интерпретация состояния перетренированности с позиций комплексной функциональной диагностики

Главный вопрос: По каким комплексам объективных функциональных показателей и их динамике можно наиболее достоверно выявить состояние перенапряжения и перетренированности, отличив его от нормальной усталости?

Тема 4. Применение изокINETической динамометрии в спортивной практике: от оценки мышечного баланса до профилактики травматизма и управления реабилитацией

Главный вопрос: Как данные изокINETического тестирования трансформируются из цифр на графике в конкретные решения для повышения результативности, снижения риска травм и ускорения возвращения к спорту после повреждения?

Тема 5. Современные тенденции и этические вызовы в функциональной диагностике: от больших данных и портативных сенсоров до генетического тестирования

Главный вопрос: Как новые технологии (ИИ, wearable devices, геномика) меняют парадигму функционального контроля, и какие этические и методологические проблемы возникают перед специалистом?

5.3. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств (ФОС) для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Функциональная диагностика спортивных возможностей организма» представляет собой комплект методических и контрольно-измерительных материалов, предназначенных для оценивания уровня сформированности компетенций (УК-1 и ПК-2) у обучающихся.

Цель создания ФОС: Обеспечение объективной и достоверной оценки качества освоения программы дисциплины, степени достижения запланированных результатов обучения (знаний, умений, навыков) и уровня сформированности компетенций выпускника, необходимых для профессиональной деятельности в сфере спорта высших достижений.

Задачи ФОС:

Контроль усвоения теоретических основ адаптации, функциональной диагностики различных систем организма (кардиореспираторной, нервно-мышечной и др.).

Оценка способности применять полученные знания для выбора и интерпретации протоколов нагрузочного тестирования.

Проверка сформированности практических навыков работы с диагностическим оборудованием и анализа полученных данных.

Оценка готовности использовать результаты диагностики для решения профессиональных задач: коррекции тренировочного процесса, отбора перспективных спортсменов, профилактики травматизма.

Структура ФОС включает:

Паспорт ФОС (соответствие компетенций, индикаторов и оценочных средств).

Оценочные материалы для текущего контроля (вопросы для устного опроса на лекциях и практических занятиях, темы для дискуссий, отчеты по практическим работам, проверка конспектов).

Оценочные материалы для промежуточной аттестации (экзамен): перечень контрольных вопросов к экзамену, темы письменных работ (рефератов/докладов), практико-ориентированные задания (кейсы) по интерпретации результатов тестирования.

Оценка качества формирования компетенций проводится с использованием традиционной шкалы оценивания («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно») на экзамене, а также в рамках балльно-рейтинговой системы, учитывающей работу обучающегося в течение семестра.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Ниже представлен перечень оценочных средств, используемых в процессе изучения дисциплины для контроля знаний, умений и навыков обучающихся.

Устный опрос (собеседование). Средство контроля усвоения теоретического материала, организованное как беседа преподавателя с обучающимся (или группой) по вопросам темы. Позволяет оценить глубину знаний, понимание терминологии и логических связей. Используется для текущего контроля на лекциях и практических занятиях (Разделы 1, 2).

Отчет по практической работе. Форма контроля, предполагающая выполнение обучающимся практического задания (проведение тестирования, анализ данных) с последующим оформлением отчета, содержащего цель, методику, полученные результаты и их интерпретацию. Оценивает сформированность практических умений и навыков. Используется для текущего контроля (Темы 2.2-2.20).

Творческое задание / Аналитический обзор. Частично регламентированное задание, имеющее нестандартное решение и позволяющее диагностировать умения интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения, критически анализировать источники. Является частью самостоятельной работы (Раздел 3).

Контрольная работа (в рамках рейтинга). Средство проверки знаний и умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по конкретной теме или разделу. Проводится в письменной форме или с использованием тестовых заданий. Является формой рубежного контроля, предусмотренной рейтинг-планом.

Экзамен (собеседование по билетам). Итоговая форма контроля, направленная на оценку результатов обучения и степени овладения компетенциями в целом. Включает ответ на теоретические вопросы (из п. 5.1) и решение практико-ориентированного задания / анализ кейса. Является формой промежуточной аттестации.

Письменная работа (реферат). Средство, позволяющее оценить способность обучающегося самостоятельно работать с литературными источниками и нормативной документацией, излагать материал, делать выводы и обобщения. Является частью самостоятельной работы (на выбор студента из п. 5.2).

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Направление подготовки: 49.04.03 Спорт

Дисциплина: Функциональная диагностика спортивных возможностей организма

Семестр: 2

Форма контроля: Экзамен (27 часов)

Максимальное количество баллов: 100 баллов.

I. Распределение баллов по разделам и видам работ

Для получения допуска к экзамену обучающийся должен набрать не менее 40 баллов по итогам текущей и рубежной аттестации в семестре.

Раздел 1. Теоретический материал (лекционный курс)

Максимальная оценка за раздел — 20 баллов.

Включает посещаемость лекций, активное участие в устных опросах и дискуссиях, ведение конспекта.

Раздел 2. Практический материал (лабораторные работы)

Максимальная оценка за раздел — 40 баллов.

Включает выполнение и защиту отчетов по 10 практическим работам. Каждая работа оценивается максимум в 4 балла (суммарно 40 баллов). Критерии оценки: правильность выполнения, глубина анализа полученных данных, качество оформления отчета.

Раздел 3. Самостоятельная работа

Максимальная оценка за раздел — 10 баллов.

Включает выполнение творческого задания (аналитический обзор) или подготовку письменной работы (реферата) по одной из предложенных тем (п. 5.2). Оценивается актуальность, полнота раскрытия темы, использование современных источников, оригинальность выводов.

Итоговый контроль (экзамен)

Максимальная оценка — 30 баллов.

Экзамен проводится в форме собеседования по билетам. Билет включает 2 теоретических вопроса и 1 практико-ориентированное задание (ситуационную задачу).

Критерии оценки на экзамене:

Полный, развернутый ответ на все вопросы, демонстрация системного понимания материала, успешное решение задачи — 25-30 баллов.

Ответы на вопросы содержат незначительные пробелы, задача решена с небольшими ошибками — 15-24 балла.

Фрагментарные знания по вопросам билета, ошибки в решении задачи — 5-14 баллов.

Отсутствие ответа по ключевым вопросам, непонимание сути задачи — 0-4 балла.

II. Итоговая оценка

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по сумме баллов, набранных в течение семестра (Разделы 1, 2, 3) и на экзамене (Раздел 4), и переводится в традиционную шкалу:

от 86 до 100 баллов — «отлично»;

от 71 до 85 баллов — «хорошо»;

от 51 до 70 баллов — «удовлетворительно»;

50 баллов и менее — «неудовлетворительно».

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

1. Мавлиев, Ф. А. Физиологические аспекты долговременной адаптации организма к мышечной деятельности: учебно-методическое пособие для магистрантов и аспирантов / Ф. А. Мавлиев, А. С. Назаренко, А. А. Набатов. – Казань: ООО "Олитех", 2018. – 68 с. – Текст: непосредственный.
2. Медицинская реабилитация Книга I / Под ред. акад. РАМН В.М. Боголюбова. – М.: Изд-во БИНОМ, 2010. – 416 с.: ил. – ISBN 978-5-9518-0408-2. – Текст: непосредственный.
3. Никитушкин, В. Г. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов: монография / В. Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2013. – 208 с. – ISBN 978-5-9746-0140-8. – Текст: непосредственный.
4. Фудин, Н. А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте: монография / Под ред. акад. РАН А.И. Григорьева. – М.: Спорт: Человек, 2018. – 320 с.: ил. – ISBN 978-5-9500178-7-2. – Текст: непосредственный.
5. Фудин, Н. А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте: монография / Н. А. Фудин, А. А. Хадарцев, В. А. Орлов. – Москва: Спорт-Человек, 2018. – 320 с. – ISBN 978-5-9500178-7-2. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/104020> (дата обращения: 08.02.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Капилевич Л. В.	Физиология человека. Спорт: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.2	Селиверстова В. В., Мельников Д. С., Щедрина Ю. А., Селитреникова Т. А., Кудрявцева Н. В.	Физиология человека: учебник для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2025
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства			
6.3.1.1	Для успешного освоения дисциплины «Функциональная диагностика спортивных возможностей организма» используется следующее программное обеспечение:		
6.3.1.2			
6.3.1.3	Операционная система: Microsoft Windows Pro (лицензионное ПО, версии 7 и выше). Обеспечивает функционирование персональных компьютеров в аудиториях и лабораториях, доступ к файловой системе и базовым функциям.		
6.3.1.4			
6.3.1.5	Офисный пакет: Microsoft Office Professional Plus (лицензионное ПО, версии 2013 и выше). Включает приложения Word, Excel, PowerPoint, необходимые для оформления отчетов по практическим работам, подготовки презентаций, ведения документации и обработки данных тестирования с помощью электронных таблиц.		
6.3.1.6			
6.3.1.7	Специализированное программное обеспечение для диагностического оборудования (лицензионное/фирменное):		
6.3.1.8			
6.3.1.9	Программное обеспечение для работы с комплексом «Стабилан-01-2» (Россия) — для анализа устойчивости и координационных способностей.		
6.3.1.10			
6.3.1.11	Программное обеспечение для электромиографа «Синапсис» (Россия) — для регистрации и анализа биоэлектрической активности мышц.		
6.3.1.12			
6.3.1.13	Программное обеспечение для системы газоанализа Metalyzer 3b — для обработки данных спироэргометрии и определения аэробных возможностей.		
6.3.1.14			
6.3.1.15	Программное обеспечение LabChart (ADInstruments) для работы с физиологическим оборудованием PowerLab (Австралия) — для сбора и анализа данных в реальном времени (ЭКГ, дыхание, давление).		
6.3.1.16			
6.3.1.17	Программное обеспечение для НС-Психотест (Россия) — для проведения и интерпретации психофизиологических тестов.		
6.3.1.18			
6.3.1.19	Вспомогательное и коммуникационное ПО:		
6.3.1.20			
6.3.1.21	Веб-браузеры (Яндекс.Браузер, Google Chrome, Mozilla Firefox) — для доступа к электронно-библиотечным системам (ЭБС), профессиональным базам данных и поиска научной информации.		
6.3.1.22			
6.3.1.23	Программы для просмотра PDF-файлов (Adobe Acrobat Reader) — для работы с учебной и научной литературой.		
6.3.1.24			
6.3.1.25	*Примечание: Использование отечественного программного обеспечения (ОС Astra Linux, Ред ОС, пакет Р7-Офис, МойОфис) может быть реализовано в рамках импортозамещения при наличии соответствующей материально-технической базы.*		
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем			

6.3.2.1	Обучающимся в ходе изучения дисциплины обеспечивается доступ к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам:
6.3.2.2	
6.3.2.3	Электронно-библиотечные системы (ЭБС) и базы данных учебной литературы:
6.3.2.4	
6.3.2.5	ЭБС «Лань» — содержит коллекции книг и периодических изданий по физической культуре, спорту, медицине и биологии.
6.3.2.6	
6.3.2.7	ЭБС «Znaniy.com» — доступ к учебным и научным изданиям по широкому спектру дисциплин.
6.3.2.8	
6.3.2.9	ЭБС «Юрайт» — образовательная платформа с учебниками и интерактивными курсами.
6.3.2.10	
6.3.2.11	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU — крупнейший российский информационно-аналитический портал, содержащий базу данных научных публикаций, включая журналы по спортивной медицине и физиологии.
6.3.2.12	
6.3.2.13	Профессиональные базы данных и поисковые системы научной информации:
6.3.2.14	5. PubMed / MEDLINE — крупнейшая библиографическая база данных медицинских и биологических публикаций (США, открытый доступ).
6.3.2.15	6. Google Scholar (Академия Google) — поисковая система по научной литературе всех форматов и дисциплин.
6.3.2.16	7. КиберЛенинка — научная электронная библиотека открытого доступа (полнотекстовые статьи из российских журналов).
6.3.2.17	8. SportDiscus (при наличии подписки) — ведущая база данных по спортивной науке, физиологии, психологии спорта и смежным дисциплинам.
6.3.2.18	
6.3.2.19	Информационно-справочные системы:
6.3.2.20	9. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» (или «Гарант») — доступ к актуальной нормативно-правовой базе в сфере физической культуры, спорта и образования.
6.3.2.21	10. Официальный сайт Министерства спорта РФ — нормативные документы, приказы, Единая всероссийская спортивная классификация (ЕВСК), федеральные стандарты спортивной подготовки.
6.3.2.22	
6.3.2.23	Ресурсы собственной генерации университета:
6.3.2.24	11. Электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС) Университета — обеспечивает доступ к рабочим программам, методическим указаниям, фондам оценочных средств, электронным версиям учебных пособий, разработанных преподавателями кафедры медико-биологических дисциплин.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Лекционные и практические занятия по дисциплине «Функциональная диагностика спортивных возможностей организма» проводятся в специализированной аудитории вместимостью 30 человек, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: широкоформатного телевизора, персонального компьютера (персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету), блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Программное обеспечение Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License - Распоряжение Министерства земельных и имущественных отношений РТ №229-р от 06.02.2015 «О передаче в безвозмездное пользование» Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL Academic Edition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» № 228 от 10.04.2015). Warcraft III: Reforged Spoils of War Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 1752-1512-3013-4241-820-78 (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №470 от 01.01.2016).
7.2	В специализированной лаборатории имеется следующее учебно-исследовательское оборудование:
7.3	1. Электрокардиограф – (Россия) – 1 шт.

7.4	2. Стабилан – 01-2 - 1 шт. (Россия) – дополнен: + Каналом ритмограммы – пульса; + Каналом внешнего дыхания; + Каналами интегральных миограмм.
7.5	3. НС-Психотест (полная комплектация) (Россия, Иваново) – 1 шт.
7.6	4. Электромиограф «Синапсис» (стандартная конфигурация) (Россия) – 1 шт.
7.7	5. Эргометрическая система (Велоэргометр) E-Bike (Германия) – 2 шт.
7.8	6. PowerLab: - Система обучения физиологии верхнего уровня РТВ 4263, ADInstruments Ltd. – 1 шт (Австралия);
7.9	- Набор для физиологических исследований человека при тренировках РТК 14, ADInstruments Ltd – 1 шт. (Австралия)
7.10	- Набор для упражнения дыхания при физиологических исследованиях человека РТК 20, ADInstruments Ltd – 1 шт. (Австралия)
7.11	7. Спирометр ССП сухой портативный (Россия) – 9 шт.
7.12	8. Анализатор зрения ПНР-03 (Россия) – 2 шт.
7.13	9. Динамометр кистевой ДК-140 (Россия) – 10 шт.
7.14	10. Динамометр становой ДС-500 (Россия) – 1 шт.
7.15	11. Калипер КЭЦ-100-1-И-Д (Россия) – 2 шт.
7.16	12. Молоток неврологический (Россия) – 10 шт.
7.17	13. Ростомер РМ со стульчиком (Россия) – 1 шт.
7.18	14. Аудиометр АА-02 автоматизированный поликлинический (Россия) – 2 шт.
7.19	15. Кресло вращающееся КВ - Барани (Россия) – 1 шт.
7.20	16. Кушетка мед. массажная КММ-01-"МСК" (МСК 204) – 1 шт.
7.21	17. Монитор Polar F7 (Финляндия) – 3 шт.
7.22	18. Монитор анестезиолога-реаниматолога МАРГ 10-01 «Микролюкс» К.12 (Россия) – 1 шт.
7.23	19. Эргометр Monark ручной и ножной
7.24	20. Беговая дорожка Cosmos
7.25	21. Система газоанализа Metalyzer 3b
7.26	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
7.27	- абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;
7.28	- электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам;
7.29	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.30	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение дисциплины «Функциональная диагностика спортивных возможностей организма» требует системного подхода, активной работы на всех видах учебных занятий и планомерной самостоятельной деятельности. Успешное овладение компетенциями (УК-1 и ПК-2) возможно при условии понимания логики курса, последовательного изучения теоретических разделов и их закрепления в ходе выполнения практических работ.

Общие рекомендации по организации учебной деятельности:

Систематичность работы. Материал дисциплины структурирован по принципу нарастающей сложности: от общих теоретических основ адаптации (Раздел 1) к частным методам диагностики различных функциональных систем и их практическому применению (Раздел 2). Изучение последующих тем базируется на знании предыдущих, поэтому регулярная проработка материала обязательна.

Интеграция теории и практики. Дисциплина носит ярко выраженную практико-ориентированную направленность. Теоретические знания, полученные на лекциях (понятие ПАНО, типы мышечных волокон, механизмы адаптации), должны стать основой для понимания и интерпретации результатов, получаемых в ходе выполнения практических работ. Необходимо стремиться к формированию целостной картины, связывая физиологические механизмы с конкретными цифрами и графиками диагностического оборудования.

Использование информационных ресурсов. Для успешного освоения дисциплины необходимо активно использовать рекомендованную литературу, электронно-библиотечные системы (ЭБС «Лань», «Znanium.com») и профессиональные базы данных (eLIBRARY.RU, PubMed). Это позволит углублять знания, знакомиться с современными исследованиями в области спортивной диагностики и находить ответы на сложные вопросы.

Методические рекомендации по видам учебных занятий:

1. Лекционные занятия (Раздел 1).

Лекции закладывают фундамент теоретических знаний. На лекциях преподаватель излагает ключевые концепции, акцентирует внимание на наиболее сложных и дискуссионных вопросах, демонстрирует логические связи между явлениями.

Рекомендации: вести конспект, фиксируя основные определения, классификации, схемы и выводы. Не стесняться задавать вопросы преподавателю для уточнения непонятных моментов. После лекции рекомендуется в тот же день просмотреть конспект, восстановить логику изложения, при необходимости дополнить его материалами из рекомендованной литературы. Особое внимание уделить пониманию терминологии (адаптация, стресс, системный структурный след, функциональная система).

2. Практические занятия (Раздел 2).

Практические занятия являются центральным звеном в формировании профессиональных компетенций. Они проводятся в специализированной лаборатории с использованием современного диагностического оборудования (газоанализаторы, динамометры, стабиллоплатформа, электромиограф и др.).

Подготовка к занятию: необходимо повторить соответствующий теоретический материал (лекции и литературу) о физиологических основах регистрируемых показателей. Например, перед занятием по спирометрии следует освежить знания о легочной вентиляции, потреблении кислорода, дыхательном коэффициенте.

Работа на занятии: студент должен строго следовать инструкциям преподавателя и методике проведения тестирования, соблюдая технику безопасности. Активно участвовать в процессе: в роли испытуемого, оператора оборудования, ассистента. Внимательно наблюдать за процедурой, фиксировать первичные данные.

Пост-обработка и анализ: после получения данных необходимо провести их первичную обработку, построить графики (если требуется) и, главное, дать физиологическую интерпретацию. Ответить на вопросы: о чем говорят полученные цифры? Соответствуют ли они норме или модельным характеристикам? Какие механизмы обеспечивают наблюдаемые результаты? Эта аналитическая работа является основой для защиты отчета.

3. Самостоятельная работа (Раздел 3).

Самостоятельная работа направлена на закрепление и углубление знаний. Подробные рекомендации по ее выполнению изложены в разделе 9 данной программы. Ключевым моментом здесь является самодисциплина и планирование времени.

4. Подготовка к экзамену.

Экзамен проводится по окончании семестра и нацелен на проверку сформированности компетенций в целом. Подготовка следует начинать заблаговременно, используя перечень контрольных вопросов (п. 5.1). Рекомендуется не просто заучивать ответы на вопросы, а стремиться к пониманию целостной системы функциональной диагностики: от теоретического обоснования метода до интерпретации результатов и их использования в практической деятельности тренера (коррекция нагрузки, отбор в сборную, профилактика травм). При ответе на экзамене приветствуется привлечение примеров из выполненных практических работ и анализ конкретных диагностических ситуаций.

Советы по эффективному освоению материала:

Ведите словарь терминов, пополняя его на каждом занятии.

Составляйте схемы и ментальные карты, связывающие различные концепции (например, связь между типом энергообеспечения, видом спорта и методом диагностики).

При изучении каждого диагностического метода отвечайте для себя на три вопроса: Что измеряем? Зачем (для оценки какой функции или качества)? Как интерпретировать результат для практики?

Активно участвуйте в дискуссиях на практических занятиях, предлагайте свои варианты интерпретации неоднозначных результатов — это развивает критическое мышление (УК-1).

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа по дисциплине «Функциональная диагностика спортивных возможностей организма» является важнейшим компонентом учебного процесса, направленным на углубление теоретических знаний, формирование профессиональных умений и навыков их практического применения, а также развитие способности к критическому анализу и научно-исследовательской деятельности. Общая трудоемкость самостоятельной работы по учебному плану составляет 51 час.

Цели самостоятельной работы:

Систематизация, закрепление и углубление теоретических знаний, полученных на лекционных занятиях.

Формирование практических навыков работы с научной литературой, нормативной документацией и информационными базами данных.

Развитие умений анализировать и интерпретировать данные функциональных тестов, формулировать обоснованные заключения.

Подготовка к текущему контролю, рубежным аттестациям и промежуточной аттестации (экзамену).

Виды самостоятельной работы и методические рекомендации по их выполнению:

1. Работа с лекционным материалом и учебной литературой (подготовка к устным опросам).

После каждой лекции необходимо внимательно ознакомиться с конспектом, выделить ключевые понятия и положения. Для более глубокого понимания материала следует обратиться к рекомендованной основной и дополнительной литературе, а также к профессиональным базам данных. Рекомендуется составлять глоссарий основных терминов (адаптация, гомеостаз, ПАНО, МПК, изокинетика и др.). При подготовке к опросу по Разделу 1 особое внимание уделите теории адаптации Г. Селье, различиям между срочной и долговременной адаптацией, а также пониманию системного структурного следа.

2. Подготовка отчетов по практическим работам (Раздел 2).

Практические работы являются ключевым элементом для формирования профессиональных компетенций. Каждая работа выполняется согласно методическим указаниям, предоставленным преподавателем. При подготовке отчета необходимо придерживаться следующей структуры:

Тема и цель работы.

Краткая методика: описание используемого оборудования (например, газоанализатор Metalyzer 3b, стабиланализатор «Стабилан-01-2», динамометрическая установка), протокола тестирования (например, ступенчатый тест на велоэргометре, тест Вингейта) и регистрируемых показателей.

Полученные результаты: представление первичных данных в виде таблиц и графиков (например, график «мощность-лактат», «момент-угол»).

Анализ и интерпретация результатов: сопоставление полученных данных с модельными характеристиками, физиологическими нормами и литературными данными. Необходимо объяснить физиологический смысл выявленных изменений (например, почему уровень лактата возрос именно на этой ступени нагрузки, или о чем говорит асимметрия в мышечном усилии).

Выводы: краткое резюме о функциональном состоянии испытуемого по оцениваемому параметру.

Рекомендация: Для более глубокого анализа используйте знания, полученные на лекциях, и дополнительные источники информации. Приветствуется выявление взаимосвязей между показателями разных тестов (например, данных газоанализа и уровня лактата).

3. Выполнение творческого задания / Письменной работы (по темам из п. 5.2).

Данный вид работы направлен на развитие исследовательских навыков. Выбор темы осуществляется студентом самостоятельно или по согласованию с преподавателем.

Структура работы: введение (актуальность, цель, задачи), основная часть (анализ литературы по вопросу, обсуждение, возможно, анализ конкретных примеров/кейсов), заключение (выводы), список использованной литературы (не менее 10-15 источников, включая актуальные научные статьи из eLIBRARY.RU, PubMed и др.).

Содержание: Работа должна носить аналитический, а не просто описательный характер. Например, в теме по перетренированности необходимо не просто перечислить симптомы, а проанализировать, какие именно комплексы функциональных показателей (вариабельность сердечного ритма + лактат + психологическое тестирование) позволяют наиболее достоверно диагностировать это состояние на ранних этапах.

Оформление: Работа оформляется в соответствии с требованиями вуза (шрифт, интервал, ссылки). Объем – 10-15 страниц машинописного текста.

4. Подготовка к экзамену.

Подготовка к экзамену осуществляется по перечню контрольных вопросов (п. 5.1) и включает повторение всего теоретического материала (Раздел 1) и осмысление результатов практических работ (Раздел 2). При подготовке особое внимание следует уделять не только знанию определений, но и пониманию того, как результаты диагностики (например, уровень ПАНО или данные изокинетического тестирования) могут быть использованы для решения конкретных практических задач: коррекции тренировочного плана (УК-1), отбора перспективных спортсменов (ПК-2), профилактики травм.

Рекомендуется моделировать ответы на экзаменационные вопросы, связывая теорию с практикой и интегрируя знания из различных разделов курса.