

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **Б1.О.01 История и методология науки»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.04.01- Физическая культура.

Направленность (профиль): «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», «Теория, методика и технологии фитнеса», «Международное спортивное и олимпийское движение»; «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта»; «Педагогика физической культуры»; «Теория физической культуры и технология физического воспитания»; «Образование в области физической культуры и спорта»; «Режиссура театрализованных представлений и праздников»; «Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная /заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва - 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
теоретико-методических основ физической культуры и спорта  
Протокол № 03 от «25» сентября 2020 г.

Составитель:

Полянский Валерий Петрович – д.п.н., доцент, профессор кафедры ТМОФКиС  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

**Цель** - расширить и углубить интегративные знания по истории становления и развития науки, в особенности теории и методики физической культуры и спорта, теории и методики адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и смежных с ними научных дисциплин, полученные студентами во время обучения на бакалавриате; сформировать компетенции фундаментального мировоззренческого и методологического характера будущего магистра, подготовленного для научной и научно-педагогической деятельности в сфере адаптивной физической культуры и спорта.

**Основные задачи**, конкретизирующие поставленную цель, заключаются в том, чтобы в процессе магистрантской подготовки обеспечивать:

- профессионально углубленное понимание магистрантами кардинальных историко-логических тенденций становления и развития научных знаний о физической культуре и спорте, об адаптивной физической культуре и адаптивном спорте, доскональное освоение интегративного современного содержания данных знаний;
- выработку у магистрантов умения ясно ориентироваться в генезисе проблем избранной отрасли науки, тщательное овладение методологией их решения, как на уровнях общенаучных методологических подходов и научно-отраслевой методологии, так и на конкретно-исследовательском уровне;
- созревание профессионального кредо магистрантов на основе решения первых двух задач.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «История и методология науки» относится к обязательной части Блока 1 (Б1.О.01) учебного плана по образовательной программе магистратуры 49.04.01 «Физическая культура».

Изучение данной дисциплины формирует у магистрантов теоретико-методологическую базу для освоения дисциплин базового и вариативного модулей (современные проблемы науки о физической культуре и спорте и др.), для проектирования и выполнения выпускной квалификационной работы магистрантов (магистерского исследования).

Поскольку история и методология науки в целом и науки о физической культуре и спорте изучается еще и на примере изучения истории и методологии избранной магистрантами для исследования научной проблемы, то данная дисциплина призвана обеспечить их историко-методологической базой для проектирования и подготовки магистерской выпускной квалификационной работы (диссертационного исследования).

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
УК- 1	<p><i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i></p> <p>УК-1.1. Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений</p> <p>УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>УК-1.3. Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления –</p> <p>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</p> <p>УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> <p>УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления</p> <p>УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>		1
ОПК-8	<p><i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i></p> <p>ОПК-8.1. Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-8.2. Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;</p> <p>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>		1

### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля) (часы - очное / заочно).

**Очная форма обучения:** Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет три зачетных единицы, всего - 108 часов

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Историко-логический	1	6	12	30	4	
1.1	Доновоисторический опыт осмысления и рационализации явлений физкультурной и спортивной практики		2	4	10		
1.2	Развитие научно-предпосылочных, теоретико-прикладных и методических знаний, значимых в сфере физической культуры и спорта в средние века и эпоху возрождения		2	4	10		
1.3	Новый (XVIII в. – первая половина XX в.) и новейший этапы истории развития науки о физической культуре и спорте		2	4	10		
2	Методологический	1	6	12	33	5	
2.1	Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования		2	3	8		
2.2	Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования		2	3	8		
2.3	Конкретизация положений логики и методологии построения исследования		2	2	8		

3	История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей	1	-	4	9		
<b>Итого часов .....108</b>			12	24	63	9	Экзамен

**Заочная форма обучения:** Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет три зачетных единицы, всего-108 часов; контактные - 14 (10 - лекции, 4-практические); самостоятельные- 85; контроль (экзамен)- 9.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Историко-логический	1	5	2	40	4	
1.1	Доновоевропейский опыт осмысления и рационализации явлений физкультурной и спортивной практики		1	0,5	12		
1.2	Развитие научно-предпосылочных, теоретико-прикладных и методических знаний, значимых в сфере физической культуры и спорта в средние века и эпоху возрождения		2	0,5	12		
1.3	Новый (XVIII в. – первая половина XX в.) и новейший этапы истории развития науки о физической культуре и спорте		2	1	16		
2	Методологический	1	5	2	45	5	
2.1	Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования		1	0,5	12		
2.2	Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу		2	0,5	12		

	исследования						
2.3	Конкретизация положений логики и методологии построения исследования		2	0,5	16		
3	История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей	1	-	0,5	5		
<b>Итого часов .....</b>			<b>108</b>	10	4	85	9 Экзамен

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Объемные требования для экзамена:

### Исторический аспект

1. Дошедшие до наших времен идеи античных мыслителей о физической культуре.
2. Основные положения системного подхода в современной общенаучной методологии. Опыт его применения в исследовании физической культуры.
3. Исследования в традиционных отраслях естественных наук, оказавшие существенное влияние на становление научных взглядов на физическую культуру в XVIII – первой половине XIX века.
4. Значение «первого закона» - закона упражнения Ж. Б. Ламарка и открытие «эффекта суперкомпенсации» А.А. Ухтомским для осмысления средств физического воспитания.
5. Глобальное противоречие взглядов на доминирующее методическое направление физического воспитания в различных регионах мира в первый период новой истории.
6. Значение возобновления Олимпийских игр в преодолении расхождений национальных систем физического воспитания.
7. Значение взаимодействий тенденций дифференциации и интеграции отраслей научного познания для формирования теории физической культуры.
8. Исторические вехи в разработке теории адаптации. Ее значение для теории физической культуры.

9. Особенность отношения к физической культуре западных и восточных религиозных культов в средневековый период.
10. Первые научно-исследовательские труды монографического характера, целостно обобщающие знания о физическом воспитании.
11. Системы физических упражнений, доминировавшие в континентальной Европе в эпоху Возрождения и в первой половине новой истории.
12. Исторические предпосылки становления общей теории физической культуры. Время появления первых публикаций по этой отрасли научного знания.
13. Становление знаний о прикладных аспектах физической культуры до новоисторического времени.
14. Начало научно-исследовательской разработки конкретной проблематики «производственной» физической культуры.
15. Возникновение и исторические вехи формирования понимания военно-прикладной значимости физической культуры.
16. Возникновение представлений об оздоровительном эффекте физической культуры. Не устаревшие мысли Ювенала, Галена, Авиценны и других античных мыслителей об оздоровительной ценности рациональной двигательной активности.
17. Расцвет преимущественно «гимнастических» систем в физической культуре Европы XVI-XIX в.в., их типовые особенности в различных европейских странах.
18. Общая теория физической культуры как профилирующая научно-образовательная дисциплина. Основные современные познавательные публикации по данной дисциплине.
19. Роль П.Ф.Лесгафта и А.Д.Новикова в разработке отечественной науки о физическом образовании и воспитании.
20. Опыт строительства единой общенародной системы физической культуры и спорта в обществе, основы её базиса.
21. Единые программно-нормативные основы системы физического воспитания и всенародного физкультурно-спортивного движения, их суть и исторические примеры введения.
22. Перерастание теории спортивной тренировки в общую теорию спорта: причина и суть такого перерастания.
23. Первые монографии по общей теории спорта. Основные проблемные «блоки», охватываемые в современных монографиях по теории спорта.
24. Исторический этап выделения из традиционных познавательных дисциплин естественно-научного и гуманитарного характера ряда отраслей, избирательно ориентированных на познание различных сторон физической культуры и спорта и связанных с ними явлений.
25. Причины усиления интеграционной тенденции в развитии науки, начиная со второй половины XX века, её выражение в сфере научных знаний о физической культуре и спорте.
26. Конструктивные идеи и методические установки, рожденные во времена античного спорта, не утратившие поныне своего значения.



27. Исторические предпосылки возникновения профессионализма в спорте и современные формы профессионального спорта.
28. Особенности развития знаний о физической культуре и спорте до появления и с появлением исследовательских дисциплин, ориентированных специально на познание физкультурной и спортивной практики.
29. Факторы международных отношений, обусловившие резкое возрастание конкуренции на мировой спортивной арене в XX веке.
30. Актуальные потребности научно-исследовательской рационализации состояния физической культуры и спорта в нашем отечестве на современном историческом этапе.

#### Методологический аспект

1. Уровни современной методологии научного познания, их место при исследовании физической культуры, спорта.
2. Эволюция взглядов на физическую культуру и спорт в средневековые времена и в эпоху возрождения.
3. Требования историко-логического подхода при исследовании физической культуры.
4. «Парадокс целостности» как проявление интегративного познавательного подхода, примеры его использования в исследованиях явлений физической культуры, спорта.
5. Суть модельного подхода при исследовании явлений физической культуры, спорта.
6. Значение законов классической формальной логики для корректного осмысления явлений физической культуры.
7. Суть проблемной ситуации, являющейся предпосылкой постановки научно-исследовательской проблемы.
8. Правила постановки исследовательской проблемы.
9. Правила конкретизации исследовательской гипотезы в форме следствий из нее, поддающихся измерительной проверке (операционной конкретизации).
10. Использование в рационализации физкультурной и спортивной практики кибернетического подхода, включая использование принципа «черного ящика».
11. Сущность модельного подхода в исследовании явлений физической культуры.
12. Правила соблюдения первого закона классической логики при описании явлений физической культуры.
13. Смысл экспериментальной проверки гипотезы в исследовании.
14. Методы выявления проблемной ситуации в исследованиях физкультурной практики.
15. Различия реальной и потенциальной, корректно и некорректно поставленной проблемы в исследованиях физической культуры и спорта.

16. Экспертные оценки как способ выявления проблемной ситуации в исследованиях физической культуры, спорта.
17. Опросные методы в их современных модификациях, используемые при исследовании проблем физической культуры, спорта.
18. Классификационная группировка методов научного исследования, используемых в решении проблем теории и методики физической культуры и спорта.
19. Характеристика методов наблюдения (в том числе тестирующего), используемых в исследованиях физической культуры, спорта.
20. Характеристика разновидностей экспериментальных методов, используемых в исследованиях физической культуры, спорта.
21. Логически последовательные этапы развертывания любого конкретного целостного научного исследования (общая сжатая характеристика).
22. Типичный комплекс исследовательских методов, применяемых на первом этапе развертывания исследования.
23. Типичный комплекс исследовательских методов, применяемых на втором этапе развертывания исследования по проблематике физической культуры, спорта.
24. Методы, преимущественно применяющиеся на завершающем («выводном») этапе исследования.
25. Основания для умозаключений и резюмирующих суждений в процессе и в результате исследования, критерии их достаточности.
26. Выявление причинно-следственных связей и отношений как главный объект познания в целостном исследовании явлений физической культуры и спорта.
27. Методологическое требование восхождения от абстрактного к конкретному в исследовании физической культуры, спорта.
28. Условия экстраполяции за пределы исследованного выводов, полученных в результате отдельных исследований по проблемам физической культуры и спорта.
29. Современные методы математической статистики, адекватно применяемые в исследованиях по проблемам физической культуры и спорта.
30. Условия обеспечения прикладной ценности исследований для физкультурной и спортивной практики.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Быховская ИМ. Человеческая телесность как объект социокультурного анализа / Труды ученых ГЦОЛИФК, 75 лет: Ежегодник. - М., 1993.
2. Выдрин В.М., Решешнева ГА. Системный подход в исследовании ФК // Теория и практика физической культуры, 1978, №3.

3. Выдрин В. М. Физическая культура и её теория // Теория и практика физической культуры, 1980, №5.
4. Гориневский В.В. Научная основа спортивной тренировки. - 1992.
5. Гориневский В.В. Физическое образование. - СПб., 1913.
6. Евстафьев Б.В. Физическая культура в мировой литературе. - Л: 1980.
7. Кун Л. В. Всеобщая история физической культуры и спорта. М, «Радуга», 1982, 399 с.
8. Кун Т. Структура научных революций. - М., 1975. - 264 с.
9. Лакатос И. История науки и её реконструкция // структура и развитие науки. – М., 1978. - 217 с.
10. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. М.: Физкультура и спорт, 2006.
11. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: ФиС, 2008.
12. [Новиков А.М., Новиков Д.А. "Методология". М.: Синтег, 2007.- 668с.](#)
13. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте (Общая теория и её практическое приложение). Киев: Олимпийская литература, 2004. - 808 с.
14. Пономарев Н.И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека. СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1996. - 284 с.
15. Рузавин, Г.И. Методология научного познания [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.И. Рузавин .— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015 .— 288 с. — ISBN 978-5-238-00920-9 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/352268>
16. Солодков А. С. Физиология спорта: содержание, история, перспективы. - СПб., 1994.
17. Спорт в современном обществе /под. Ред. В.М. Выдрина. - М., ФиС, 1980. - 272 с.
18. Степин В.С. Философия науки. – М.: Гардарики, 2006. - 384 с.
19. Столяров В.И. К вопросу о теории физической культуры // Теория и практика физической культуры, 1985. - №2.
20. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Совеский спорт, 2007. - 464 с.
21. Теория и методика физической культуры и спорта: Наследие основоположников и перспективы развития: материалы Международной научной конференции, посвященной 85-летию со дня рождения Л.П. Матвеева, РГУФКСиТ, 26 – 28 мая 2010 года / Под общей редакцией А.Н.Блеера, В.П. Полянского. - М.: - 468 с.
22. Теория физического воспитания и общая теория физической культуры: состояние и перспективы: Материалы международной научной конференции, посвященной 100-летию со дня рождения А.Д.Новикова. – М.: РГУФК / Под общей редакцией Л.П.Матвеева, В.П.Полянского. - М.: РИО РГУФК, 2006. - 154 с.
23. Теория спорта / Под ред. В.Н. Платонова. Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1987. - 424 с.

24. [Фейерабенд П.](#) Избранные труды по методологии науки / Пер. с англ. и нем. А. Л. Никифорова; общ. ред. и вступ. ст. И. С. Нарского.— М.: Прогресс, 1986. 542 с.

25. Шапкова Л.В., Евсеев С.П. Основные концепции методологии адаптивной физической культуры // Теория и практика физической культуры. - 1998. - № 1. - С.8-19.

26. Юдин Э.Г. Методология науки. Системность. Деятельность. М.: Эдиториал УРСС, 1997. - 444 с.

## **б) Дополнительная литература:**

1. Визитей Н.Н. Физическая культура и спорт как социальное явление: Философские очерки. - Кишинев: Штиница, 1986. - 162 с.

2. Вовк С.И. Диалектика спортивной тренировки. – М.: Физическая культура и спорт, 2007. - 212 с.

3. Евстафьев Б.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры. -Л.:ВИФК,1985. – 133 с.

4. Евстафьев Б.В. О сущности физической культуры и ее структуре, Л: ВИФК, 1979.

5. Карсаевская Т.В. Социальная и биологическая обусловленность изменений в физическом развитии человека. - Л.: «Медицина», 1970. - 270 с.

6. Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований. - Москва : СпортАкадемПресс, 2003. - 323 с.

7. Наталов Г.Г. Предметная интеграция теоретических основ физической культуры, спорта и физического воспитания (логика, история, методология): Автореф. дис. . д-ра. пед. наук. - Краснодар, 1998. - 105с.

8. [Новиков А.М., Новиков Д.А. "Методология научного исследования". М. : Либроком, 2009. - 280 с.](#)

9. [Новиков А.М., Новиков Д.А. "Методология: словарь системы основных понятий". - М.: Либроком, 2013. - 208 с.](#)

10. Николаев Ю.М. О культуре физической, ее теории и системе физкультурной деятельности // Теория и практика физической культуры, 1996. - №6.

11. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. - М.: Физкультура и спорт, 1970. - 248 с.

12. Пономарев Н.И. Некоторые проблемы функционирования и развития теории физической культуры // Теория и практика физической культуры. - 1996. - № 5. - С.55-58.

13. Пономарев И.М. Физическая культура как элемент культуры общества и человека. - СПб, 1996. - 279 с.

14. Смирнов Ю.И., Муравьев П.Б. Применение методов рейтинга в оценке спортивных достижений: Учеб. пособие. ГК РСФСР по физ. культуре и спорту. - М., 1989. - 48 с.

15. Спорт в современном обществе, /под. Ред. В.М. Выдрина. - М.: ФиС, 1980. - 272 с.

16. Столяров В.И. Спорт и современная культура: методологический аспект // Теория и практика физической культуры. - 1997. - №7. - С.2.

17. Суслов Ф.П. Общая характеристика спорта // Теория и методика спорта: Учеб. пособие для училищ Олимпийского резерва / Под ред. Ф.П. Суслова. Ж.К. Холодова. М., 1997. - С.5-33.

18. Энциклопедия профессионального образования / Под ред. С.Я. Батышева. – М.: АПО, 1998. - Т. 1-3.

19. Юдин Э.Г. Методологический анализ как направление изучения науки. - М.: Наука, 1986. - 260 с.

20. Желязков Ц. Теория и методика на спортната тренировка. София: Медицина и физкультура, 1986. - 307 с.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. Библиотека Гумер <http://www.gumer.info/News/index.php>

2. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <https://www.dissercat.com/>

3. Википедия – свободная энциклопедия <http://ru.wikipedia.org/wiki/>

4. Сайт РГУФКСМиТ, история создания кафедры теоретико-методических основ физической культуры и спорта <http://tfk.sportedu.ru/content/ideinye-i-organizatsionnye-osnovy-sozdaniya-kafedry-i-sovremennoe-sostoyanie>.

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

☐ *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.:*

- ☐ Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
- ☐ Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
- ☐ Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
- ☐ Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- ☐ Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
- ☐ Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
- ☐ «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- ☐ Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

### ***Зарубежные базы данных:***

«Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, учебной доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *История и методология науки* для обучающихся института научно-педагогического образования 1-го курса, всех групп направления подготовки: «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», «[Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта](#)»; «Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта»; «Педагогика физической культуры»; «[Теория физической культуры и технология физического воспитания](#)»; «[Физкультурно-оздоровительные технологии](#)», «Международное спортивное и олимпийское движение».

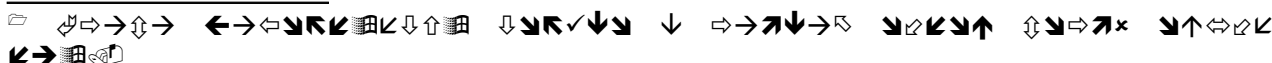
*очной/заочной формы (м) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ физической культуры и спорта.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-й семестр  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка проекта магистерского исследования	6-9 неделя	15
2	Доклад на учебно-научной конференции по истории науки	10-13 неделя	10
3	Доклад на учебно-научной конференции по методологии науки	14-17 неделя	10
4	Реферат по теме: «История и методология исследований по избранной научной проблеме»	14-17 неделя	25



5	Посещение занятий	Весь период	15
6	Участие в обсуждении диссертационных проектов магистрантов	6-13 неделя	5
	Экзамен	По расписанию	20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по теме «Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования»</i>	5
2	<i>Выступление на семинаре «Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования»</i>	10
4	<i>Подготовка доклада «История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей»</i>	10
6	<i>Написание реферата по теме историко-логического раздела</i>	15
7	<i>Проект (аннотация) исследования (диссертации)</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- ☞ Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- ☞ Магистрант может быть допущен к сдаче экзамена только в том случае, если до начала сессии набрал не менее 41 балла,
- ☞ Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.
- ☞ По согласованию с преподавателем, магистрант может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.01 «История и методология науки»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», «Теория, методика и технологии фитнеса», «Международное спортивное и олимпийское движение»; «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта»; «Педагогика физической культуры»; «Теория физической культуры и технология физического воспитания»; «Образование в области физической культуры и спорта»; «Режиссура театрализованных представлений и праздников»; «Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная /заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 часов.**

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1.**

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** расширить и углубить интегративные знания по истории становления и развития науки, в особенности теории и методики физической культуры и спорта и смежных с ними научных дисциплин, полученные студентами во время обучения на бакалавриате; сформировать компетенции фундаментального мировоззренческого, методологического и научно-исследовательского характера будущего магистра, подготовленного для научной и научно-педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю).**

Шифр компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения

УК- 1	<p><i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i></p> <p>УК-1.1. Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений</p> <p>УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>УК-1.3. Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления –</p> <p>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</p> <p>УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> <p>УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления</p> <p>УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.</p>	1	1	1
ОПК-8	<p><i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i></p> <p>ОПК-8.1. Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-8.2. Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;</p> <p>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p>	1	1	1

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

**Очная форма обучения:** Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет три зачетных единицы, всего - 108 часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Историко-логический	1	6	12	30	4	
1.1	Довоноисторический опыт осмысления и рационализации явлений физкультурной и спортивной практики		2	4	10		
1.2	Развитие научно-предпосылочных, теоретико-прикладных и методических знаний, значимых в сфере физической культуры и спорта в средние века и эпоху возрождения		2	4	10		
1.3	Новый (XVIII в. – первая половина XX в.) и новейший этапы истории развития науки о физической культуре и спорте		2	4	10		
2	Методологический	1	6	12	33	5	
2.1	Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования		2	3	8		
2.2	Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования		2	3	8		
2.3	Конкретизация положений логики и методологии построения исследования		2	2	8		
3	История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей	1	-	4	9		
<b>Итого часов .....108</b>			12	24	63	9	Экзамен

**Заочная форма обучения:** Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет три зачетных единицы, всего-108 часов

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Историко-логический	1	5	2	40	4	
1.1	Доновоисторический опыт осмысления и рационализации явлений физкультурной и спортивной практики		1	0,5	12		
1.2	Развитие научно-предпосылочных, теоретико-прикладных и методических знаний, значимых в сфере физической культуры и спорта в средние века и эпоху возрождения		2	0,5	12		
1.3	Новый (XVIII в. – первая половина XX в.) и новейший этапы истории развития науки о физической культуре и спорте		2	1	16		
2	Методологический	1	5	2	45	5	
2.1	Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования		1	0,5	12		
2.2	Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования		2	0,5	12		
2.3	Конкретизация положений логики и методологии построения исследования		2	0,5	16		
3	История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей	1	-	0,5	5		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра** теоретико-методических основ физической культуры и спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.02 Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», «Теория, методика и технологии фитнеса», «Международное спортивное и олимпийское движение»; «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта»; «Педагогика физической культуры»; «Теория физической культуры и технология физического воспитания»; «Образование в области физической культуры и спорта»; «Режиссура театрализованных представлений и праздников»; «Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва - 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
теоретико-методических основ физической культуры и спорта  
Протокол № 3 от «25» сентября 2020 г.

**Составитель:**

Гасанова – Матвеева Земфира Арифовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
ТМОФКиС ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

Матвеев Лев Павлович – д.п.н., профессор, заслуженный деятель науки РФ

**Рецензент:**

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины состоит в том, чтобы обеспечить целостное осмысление магистрантами современного состояния проблем науки о физической культуре и спорте, формирование на этой основе профессиональной подготовленности к самостоятельной научно-исследовательской деятельности, соответствующей по уровню магистерской квалификации. Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Курс «Современные проблемы науки о физической культуре и спорте» относится к обязательной части основной образовательной программы магистратуры Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.04.01 «Физическая культура».

Рассматриваемая дисциплина преподается на 1 курсе (2 семестр) магистратуры – на очной и заочной формах обучения.

Предусматривается, что освоение материала данной дисциплины должно происходить с последовательной опорой на результаты предшествующего профессионального образования, в том числе, и особенно, на результаты освоения дисциплины «История и методология науки», преподаваемой в предшествующем семестре 1-го курса магистратуры очной и заочной форм обучения. Содержание дисциплин по сути своей органически взаимосвязано, что, естественно, должно находить адекватное отражение в преподавании и освоении их. В свою очередь, данные дисциплины должны являться необходимым базисом для освоения специализированных гуманитарных и естественнонаучных дисциплин.





<p>осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендации или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;</p> <p>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p>			
---	--	--	--

## 5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Наиболее интегративная проблематика	2	2	6	10		
2	Раздел 2. Проблематика общей теории и методики физического воспитания	2	2	4	10		
3	Раздел 3. Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры	2		6	20		
4	Раздел 4. Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений	2	2	6	31		
<b>Итого часов: 108</b>			<b>6</b>	<b>22</b>	<b>71</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Наиболее интегративная проблематика	2	2		18		
2	Раздел 2. Проблематика общей теории и методики физического воспитания	2		2	5		
3	Раздел 3. Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры	2	2		24		
4	Раздел 4. Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений	2	2	2	42		
<b>Итого часов: 180</b>			<b>6</b>	<b>4</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### К разделу «Наиболее интегративная проблематика»

1. Какие из современных проблем науки о физической культуре и спорте являются наиболее интегративными (требующими предельно целостного объединенного подхода)?

2. Почему со временем не теряет своего значения историко-логический анализ генеральных тенденций развития физической культуры, спорта и сопряженных с ними исследовательских знаний?

3. Какие научно-прикладные проблемы модернизации системы физической культуры и спорта у нас в стране возникли в связи с недавно произошедшими и происходящими в ней общесоциальными преобразованиями (социально-экономическими, демографическими и другими)?

4. В чем видится принципиальное значение для научного определения перспектив совершенствования системы физической культуры и спорта углубленного исследования закономерностей, связывающих, с одной стороны, многолетнюю динамику

физкультурной деятельности на протяжении индивидуальной жизни и, с другой стороны, динамику жизненных свойств организма в онтогенезе?

5. Как конкретизируется в настоящее время проблема исследований по усилению оздоровительного эффекта физкультурной и спортивной деятельности?

6. В чем состоит актуальность проблемы исследовательского сравнительного анализа эффективности традиционных и обновленных компонентов (видов, разновидностей, элементов) физической культуры и спорта, четкой систематизации их и определения, предпочтительных по современным научно-практическим критериям?

7. В чем заключается значимость развертывания научно-прикладных разработок по модернизации программно-нормативных основ системы физической культуры и спорта в обществе?

8. Каковы современные потребности в научной разработке содержания всеобщего физкультурного образования?

9. В чем выражается современная тенденция к формированию и развитию новых интегративных научно-образовательных дисциплин в сфере физической культуры и спорта?

10. Чем завершились попытки решения проблемы создания международного понятийно-терминологического аппарата науки о физической культуре и спорте, и есть ли необходимость современного решения этой проблемы?

#### К разделу «Проблематика общей теории и методики физического воспитания»

11. Каковы наиболее крупные проблемные блоки современной общей теории физического воспитания (сжатая характеристика)? Какие из современных дидактических и смежных концепций и технологий используются в решении проблем совершенствования методики обучения двигательным действиям? (Допустима характеристика их по выбору).

12. В чем заключается значение теории деятельности и поэтапного формирования ее для разработки проблематики оптимизации процесса обучения двигательным действиям?

13. Какое значение для оптимизации последовательности обучения двигательным действиям имеет детальное исследование закономерностей "переноса" двигательных умений и навыков?

14. Какое значение для разработки и совершенствования технологии обучения двигательным действиям имеют современные концепции и технические устройства, направленные на использование в процессе обучения им срочной сенсорной информации, аппаратной коррекции и других факторов "управляющей" среды?

15. В чем состоит проблема конкретизации и углубления исследовательских данных о возможностях избирательно-направленного воздействия в процессе физического воспитания на развитие так называемых физических качеств индивида и о комплексном эффекте таких воздействий?

16. Чем обусловлена актуальность проблемы точного выявления соотношений эффектов воспитания основных физических качеств индивида, достигаемых уровнем их развития, и оздоровительного эффекта физического воспитания (выраженного в состоянии и динамике здоровья)?

17. Каковы современные аспекты проблемы научно-прикладных разработок, направленных на взаимосвязанное усиление оздоровительного эффекта физкультурной двигательной деятельности и других факторов оздоровления?

18. В чем состоит проблема исследовательского уточнения данных об объекте направленных воздействий в процессе физического воспитания на так называемые физические качества индивида и сопряженные с ними способности, о возможностях и закономерностях их развития под воздействием многолетнего физического воспитания?

19. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания собственно силовых способностей и комплексных способностей с выраженной силовой компонентой?

20. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания скоростных способностей?

21. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания выносливости?

22. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания двигательно-координационных способностей?

23. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики направленного воздействия на гибкость тела, осанку и другие свойства телосложения?

24. В чем состоит значение современных научно-исследовательских данных о соотношении процессов адаптации и развития организма для совершенствования технологии развертывания процесса физического воспитания?

25. В чем суть проблем четкого определения допустимых пределов варьирования содержания и форм построения многолетнего физического воспитания, его проектирования и контроля?

26. Какие проблемы актуальны в аспекте дальнейшего исследования основ оптимизации структуры физического воспитания в рамках закономерных его циклов (микро-, мезо- и макроциклов)?

27. В чем состоит актуальность проблемы исследовательской оптимизации содержания и форм базового общеобязательного курса физического воспитания (прежде всего в учреждениях образовательно-воспитательного типа, функционирующих на государственных началах)?

#### К разделу «Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры»

28. В чем заключается актуальная проблема исследовательского определения предпочтительных вариантов содержания и форм базово-продолжительной физической культуры как основного фактора закрепления и развития результатов базового общеобязательного курса физического воспитания после его завершения?

29. В чем суть проблемы тщательного исследовательского анализа конгломератного общественного движения, развернутого под лозунгом "Спорт для всех!"?

30. Какие исследовательские проблемы стоят в аспекте рационализации общедоступного спорта как спортивно-профилированной разновидности базово-продолжающей физической культуры?

31. В чем состоят особенности исследовательских проблем теории и методики лечебной физической культуры как разновидности оздоровительно-реабилитационной физической культуры?

32. В чем состоят особенности исследовательских проблем теории и методики так называемой "адаптивной" физической культуры как разновидности оздоровительно-реабилитационной физической культуры?

33. Какие исследовательские проблемы актуальны в теории и методике прикладно-профилированной физической культуры (в том числе производственной, военно-прикладной и т.п.)?

34. В чем состоят научно-прикладные проблемы совершенствования содержания и методики "малых форм" физической культуры в условиях повседневного домашнего быта различных контингентов населения?

35. Каковы научно-прикладные проблемы рационализации оздоровительно-рекреативной физической культуры?

К разделу «Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений»

36. Есть ли реальный смысл в постановке проблемы "пределов" человеческих возможностей в спорте и каковы подходы в ее постановке?

37. В чем состоит значимость проблемы научно-исследовательского уточнения критериев и способов диагностики спортивной одаренности индивида?

38. Каковы проблемы изыскания усовершенствованных и новых форм спортивно-технических действий в единстве с разработкой прогрессивных технологий спортивно-технической подготовки в спорте высших достижений? (По выбору на материале спортивной специализации).

39. Каковы исследовательские проблемы совершенствования спортивной тактики и технологии тактической подготовки в спорте высших достижений (по выбору на материале спортивной специализации)?

40. Каковы проблемы поиска факторов повышения эффективности воздействий, направленных на развитие физических качеств и сопряженных с ними способностей спортсмена, углубленной научно-исследовательской разработки технологии общей и специальной физической подготовки спортсменов высшего класса?

41. Каковы актуальные научно-исследовательские проблемы совершенствования специальной психической подготовки спортсменов высшего класса, оперативной регуляции и саморегуляции, их психических состояний, общего нравственного воспитания и самовоспитания?

42. В чем состоят современные научно-исследовательские и прикладные проблемы оптимизации системы соревновательной деятельности в супердостиженческом спорте, скоординированной с системой полноценной подготовки к наиболее ответственным соревнованиям?

43. В чем состоит актуальность дальнейшей научно-исследовательской разработки проблемы управления процессом развития спортивной формы (как состоянием оптимальной подготовленности и готовности спортсмена к новому достижению) в условиях современной многообразной практики спорта высших достижений?

44. Какова суть современной концепции модельно-целевого подхода к построению системы подготовки спортсменов высокого класса к ответственным соревнованиям и, каковы аспекты дальнейшей разработки данного подхода?

45. Почему не теряют актуальности исследования эффекта максимальных нагрузок, используемых в спорте высших достижений (затрагивающие, кроме прочего, определение пределов мобилизации функциональных, адаптационных и иммунных возможностей организма спортсмена)?

46. В чем видятся современные аспекты научно-прикладной проблемы совершенствования системы экзофакторов, способствующих результативности спортивной деятельности и ее благотворному воздействию на состояние организма спортсменов, включенных в спорт высших достижений (внутриренировочных и внесоревновательных факторов повышения уровня спортивной работоспособности и реабилитации после спортивных нагрузок, в том числе при состояниях, близких к критическим)?

47. Чем обусловлена современная острота проблемы научной разработки точных методов допингконтроля и действенной методики антидопингового воспитания спортсменов?

48. Каковы современные аспекты исследования закономерностей развертывания многолетней спортивной деятельности по ее основным стадиям и этапам, приводящим к высшим спортивным достижениям?

49. Чем обусловлены значимость и сложность решения на научной основе современных организационно-управленческих проблем по обеспечению качественного функционирования и развития спорта высших достижений в обществе?

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### 1) Основная литература:

1. Российская Федерация. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: Федер. закон № 329-ФЗ. – М.: Проспект, 2010. – 40 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры ( введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебн. для высш. учебн. завед. физкультур. профиля/ Матвеев Л.П. – 3-е изд. перераб. и доп. – М.: ФиС и Спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544с.

3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебн. для завершающего уровня высш. физкультур. образования / Матвеев Л.П.. – 4-е изд., испр. и доп. – СПб; М.; Краснодар: Лань, 2005.- 378 с., 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советских спорт, 2010. – 340 с.: (Серия «Атланты спортивной науки»).

#### б) Дополнительная литература

1. Ивин А.А. Теория аргументации /А.А. Ивин: Учебное пособие. – М.: Гадарика, 2000. – 416с.
2. Ивин А.А., Никифоров А.Л. Словарь по логике /А.А. Ивин, А.Л. Никифоров. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. – 384с.
3. Матвеев Л.П. Об этике и методологии диссертационного творчества / Матвеев Л.П. Теория и практика физ. культуры. – 1997. - №5. – С. 5-12.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Введение в предмет: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений /Л.П. Матвеев. - изд. 3-е, 4-е, стер. – СПб.; М.: Краснодар: Лань: Омега – Л, 2003,2004. – 159с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Общ. основы теории и методики физ. воспитания: теоретико – метод. аспекты спорта и проф. прикл. форм физ. культуры: учебн. для ин-тов физ. культуры /Матвеев Л.П. – М.: ФиС, 1991. – 543 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. Для высших спец. физкультурных учеб. заведений. Ч. 1: Введение в общ. теорию физ. культуры /Матвеев Л.П.; РГАФК. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: 2002. – 177с.
7. Основы валеологии: В 3 кн. кн. 1 /ред. Петленко В.П. – Киев: Олимп. лит., 1998. – 434с.; кн.2, 1999. – 351с.; кн.3., 1999. – 447 с.



8. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебн. для студентов вузов физического воспитания и спорта / В.Н. Платонов. – Киев: «Олимпийская литература», 2004. - 807 с.
9. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта и двигательной активности./Дж. Х. Уилмор, Д.Л. Костил. Пер. с англ. Киев: Олимпийская литература, 1997.- 503с
10. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса /под ред. Мак – Дугалл Дж. Дункан и др. – Киев: Олимп. лит., 1998. – 431с.
11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Контекстное обучение в системе высшего физкультурного образования. – М.: РГАФК, 1996.
12. Энока Р.М. Основы кинезиологии / Р.М. Энока: Пер. с англ. Киев: Олимп. литерат., 1998, 2000. – 399с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>  
[http://mgafk.ru/elektronnaya\\_biblioteka](http://mgafk.ru/elektronnaya_biblioteka)  
<http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/ExtSearch.asp>  
<https://ru.wikipedia.org/wiki/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Современные проблемы наук о физической культуре и спорте для обучающихся института научно-педагогического образования 1 курса, направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленности (профилю) подготовки «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», очной и заочной форм обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр очная форма и заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)<sup>1</sup></b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Доклад по темам лекций</i>	<i>27-33 неделя</i>	<i>25</i>
2	<i>Реферат по проблемам исследования магистрантов</i>	<i>29-42 неделя</i>	<i>18</i>
3	<i>Посещение учебных занятий</i>	<i>Весь период обучения</i>	<i>27</i>
4	<i>Экзамен</i>	<i>По расписанию</i>	<i>30</i>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по теме «Методы получения, первичной обработки и проверки материалов»</i>	5
2	<i>Выступление на семинаре «Библиографический поиск, сбор и систематизация документальной информации»</i>	10
4	<i>Подготовка доклада «Экспериментальные методы исследования»</i>	10
6	<i>Написание реферата по теме «Современные общенаучные подходы в исследовании сферы физической культуры и спорта»</i>	15
7	<i>Презентация по теме «Выявление проблемной ситуации, постановка проблемы, формулирование рабочей гипотезы (на примере своего диссертационного исследования)»</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра Теоретико-методических основ физического воспитания и спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.02 «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», «Теория, методика и технологии фитнеса», «Международное спортивное и олимпийское движение»; «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта»; «Педагогика физической культуры»; «Теория физической культуры и технология физического воспитания»; «Образование в области физической культуры и спорта»; «Режиссура театрализованных представлений и праздников»; «Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 108 часов, 3 зачетные единицы.

**2. Семестр освоения дисциплины (модуля):** 2 семестр - очная и заочная формы обучения.

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Цель освоения дисциплины состоит в том, чтобы обеспечить целостное осмысление магистрантами современного состояния проблем науки о физической культуре и спорте, формирование на этой основе профессиональной подготовленности к самостоятельной научно-исследовательской деятельности, соответствующей по уровню магистерской квалификации. Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

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

**Общепрофессиональные:**

**ОПК-7** Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта

**ОПК-8** Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний

**4. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Наиболее интегративная проблематика	2	2	6	10		
2	Раздел 2. Проблематика общей теории и методики физического воспитания	2	2	4	10		
3	Раздел 3. Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры	2		6	20		
4	Раздел 4. Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений	2	2	6	31		
<b>Итого часов: 108</b>			<b>6</b>	<b>22</b>	<b>71</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Раздел 1. Наиболее интегративная проблематика	2	2		18			
2	Раздел 2. Проблематика общей теории и методики физического воспитания	2		2	5			
3	Раздел 3. Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры	2	2		24			

<b>4</b>	Раздел 4. Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>42</b>		
<b>Итого часов: 180</b>			<b>6</b>	<b>4</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.03 «Философские и социальные проблемы физической культуры»**

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии  
Протокол № 2 от « 13 » сентября 2019. г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры истории цивилизации, физической  
культуры и спорта, философии и социологии  
Протокол №2 от « 11 » сентября 20120 г.

Составитель: Передельский Алексей Анатольевич, доктор педагогических наук,  
кандидат философских наук, доцент, профессор кафедры философии и  
социологии

### **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины «Философские и социальные проблемы физической культуры» является формирование философских и социально-научных знаний и представлений о сущности, истории возникновения и развития физической культуры в социальной системе, о наиболее значимых социальных проблемах, определяющих ее назначение, роль и перспективы развития в современном обществе. Дисциплина «Философские и социальные проблемы физической культуры» реализуется на русском языке.

### **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Философские и социальные проблемы физической культуры» относится к обязательным дисциплинам Блока 1 ОПОП по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленности (профилю) «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам».

Дисциплина «Философские и социальные проблемы физической культуры» занимает важное место в профессиональной подготовке магистрантов. В практической деятельности данных специалистов необходимы теоретические знания и практические умения по исследованию актуальных проблем, способствующих или, наоборот, препятствующих развитию данной сферы деятельности в обществе, проникновению ее в образ жизни людей.

По логике изложения и содержательно-методической составляющей дисциплина является продолжением таких дисциплин, как *«История и методология науки», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»*. В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельности как *«Логика научного исследования», «Организационно-правовые аспекты физической культуры», «Научно-исследовательская работа», «Преддипломная практика», государственная итоговая аттестация»*.

### **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

<b>Шифр</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>	<b>Этап формирования компетенции (номер семестра)</b>
-------------	---	---

компетенции	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
		5	6	7
1	3	5	6	7
	<b>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b>	3		2,3
УК-5	<p>УК-5.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>УК-5.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований</p> <p>УК-5.3. Знает современные социокультурные проблемы наук о ФК и спорте;</p> <p>УК-5.4. Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований</p> <p>УК-5.5. Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;</p> <p>УК-5.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p>	3		2, 3
ОПК-4	<b>Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизме, просветительно-образовательную и агитационную работу</b>	3		2,3
	<p>ОПК-4.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>ОПК-4.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта,</p>			

<p>борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;</p> <p>ОПК-4.3. Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-4.4. Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;</p> <p>ОПК-4.5. Умеет самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях, с целью управления своим физическим и психическим состоянием для повышения эффективности профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-4.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p>
---

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

**Очная форма – 3 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Натурфилософские, социально-философские и философско-антропологические основания возникновения и развития физической культуры в социальной системе	3	3	9	24		
2	Наиболее значимые проблемы функционирования сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	3	3	9	24		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>6</b>	<b>18</b>	<b>48</b>	<b>зачет</b>	

### Заочная форма – 2,3 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Натурфилософские, социально-философские и философско-антропологические основания возникновения и развития физической культуры в социальной системе	2	4	2	30		
	<b>Итого 2 семестр: 36 часов</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>30</b>		
2	Наиболее значимые проблемы функционирования сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	3		4	32		
	<b>Итого 3 семестр: 36 часов</b>			<b>4</b>	<b>32</b>	<b>зачет</b>	
<b>Итого часов: 72</b>			<b>4</b>	<b>6</b>	<b>62</b>		

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

#### **Примерный перечень контрольных вопросов к зачёту:**

1. Предмет и организация (структура) философского знания как основа типологизации философских проблем физической культуры.

2. Категория культуры и понятие физической культуры как соотношение общего и частного. Назначение и роль физической культуры сквозь призму указанного соотношения.
3. Три смысла термина «социальное». Классификация социальных проблем физической культуры в данном контексте.
4. Физическая культура в контексте проблемы соотношения биологического и социального. Биологизаторство и вульгарное социологизаторство в представлениях о физической культуре.
5. Главный и второстепенные факторы антропосоциогенеза. Эволюция физической культуры с позиций философской антропологии.
6. Социально-онтологические представления об истории и основных этапах развития сферы физической культуры с спорта (далее – сфера ФКиС).
7. Исторические процессы и социальные детерминанты спортизации и деспортизации физической культуры в мире и, в частности, в нашей стране.
8. Культура и физическая культура. Цивилизация и спорт. Назначение государственных институтов физической культуры и роль физической культуры в гражданском обществе.
9. Формационная теория. Социальная система. Сферы общественной жизни. Виды (уровни) социальных проблем физической культуры в контексте теории социально-экономических формаций.
10. Физическая культура и спорт в современном обществе. Сходство и различие физической культуры и спорта.
11. Физическая культура как элемент (составная часть) социального института образования. Проблема спортизации и деспортизации образовательной дисциплины «физическая культура».
12. Государственный образовательный стандарт по физической культуре. Его назначение, структура, проблемы и перспективы существования.
13. Физическая культура с позиции знания о типах и видах психофизической (двигательной) активности.
14. Онтокинезиологические эмпирические основания организации и управления в области физкультурно-спортивной деятельности.
15. Проблемы раннего отбора детей в спорт. Их научно-экспериментальное решение на основе многофакторного тестирования и реабилитационного курса.
16. Развитие физической культуры и спорта до и после объявления о пандемии.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **А. Основная литература:**

1. Передельский А.А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: учебник. – М.: Спорт, 2016 – 416 с.

2. Передельский А.А. Двудвикий Янус. Спорт как социальный феномен: сущность и онтологические основания: монография/ А.А. Передельский. – М.: Спорт, 2016. – 312 с.

3. Проблемный научный совет по физической культуре Российской академии образования: преемственность и новизна стратегического курса/ А.Н. Блеер, А.А. Передельский// Формирование нравственного и духовного здоровья личности средствами физической и спортивной культуры: монография/ Под общ. ред. А.А. Передельского. – М., 2012. – С. 69-73.

Б. Дополнительная литература:

1. Баранов В.А. Физическая культура как категория ценности и качества бытия: монография. – М.: БИБЛИО-ГЛОБУС, 2018. – 258 с.

2. 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.

В. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Институт социологии РАН: <http://www.isras.ru>

2. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>

3. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru/>

4. Электронная гуманитарная библиотека <http://www.gumfak.ru/>

Г. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:

а) Офисный пакет приложений – Microsoft Office.

б) Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

а) «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

б) Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)



в) Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Мультимедийный класс (30 посадочных мест) в составе: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и с подключением к правовой системе (настольная или интернет-версия).

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Философские и социальные проблемы физической культуры» для обучающихся Института научно-педагогического образования 2 курса на очной форме и 1,2 курса на заочной форме обучения, по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленности (профилю) "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам" очной и заочной формы обучения.

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: философии и социологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр очной формы и 2,3 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре	10
2	Выступление на семинаре	10
3	Выступление на семинаре	10
4	Выступление на семинаре	10
5	Подготовка реферата на одну из тем раздела 1	15
6	Подготовка реферата на одну из тем раздела 2	15
7	Посещение занятий (в том числе в режиме участия в интернет-конференциях)	10
	<i>Зачёт</i>	<i>20</i>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка реферата	15
3	Подготовка доклада	5

#### Заочная форма

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
--	--	----------------------------

1	Выступление на семинаре	10
2	Выступление на семинаре	10
3	Выступление на семинаре	10
4	Выступление на семинаре	10
5	Подготовка реферата на одну из тем раздела 1	15
6	Подготовка реферата на одну из тем раздела 2	15
7	Посещение занятий (в том числе в режиме участия в интернет-конференциях)	10
	<b>Зачёт</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Подготовка реферата	15
3	Подготовка доклада	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.03 «Философские и социальные проблемы физической культуры»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестр освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр для очной формы и 2,3 семестры для заочной формы обучения

**3. Цель освоения дисциплины (модуля).** Целью освоения дисциплины «Философские и социальные проблемы физической культуры» является формирование философских и социально-научных знаний и представлений о сущности, истории возникновения и развития физической культуры в социальной системе, о наиболее значимых социальных проблемах, определяющих ее назначение, роль и перспективы развития в современном обществе.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	3		2,3
	УК-5.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; УК-5.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований УК-5.3. Знает современные социокультурные проблемы	3		2, 3

	<p>наук о ФК и спорте;</p> <p>УК-5.4. Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований</p> <p>УК-5.5. Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;</p> <p>УК-5.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p>			
<b>ОПК-4</b>	<b>Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу</b>	3		2,3
	<p>ОПК-4.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>ОПК-4.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;</p> <p>ОПК-4.3. Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-4.4. Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;</p> <p>ОПК-4.5. Умеет самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях, с целью управления своим физическим и психическим состоянием для повышения эффективности профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-4.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p>			

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

**Очная форма – 3 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Натурфилософские, социально-философские и антропологические основания возникновения и развития физической культуры в социальной системе	3	3	9	24		
2	Наиболее значимые проблемы функционирования сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	3	3	9	24		
Итого часов: 72			6	18	48		зачет

### Заочная форма – 2,3 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Натурфилософские, социально-философские и антропологические основания возникновения и развития физической культуры в социальной системе	2	4	2	30		
Итого 2 семестр: 36 часов			4	2	30		
2	Наиболее значимые проблемы функционирования сферы физической культуры и спорта в	3		4	32		

	<b>Российской Федерации</b>					
	<b>Итого 3 семестр: 36 часов</b>		<b>4</b>	<b>32</b>		<b>зачет</b>
	<b>Итого часов: 72</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>62</b>		



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.04. «ТЕХНОЛОГИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020 г.

Составители:

Мельников Андрей Александрович, доктор биологических наук, профессор,  
и.о. заведующего кафедрой физиологии.

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Технология научных исследований в физической культуре» является: получение магистрантами теоретических знаний и формирование практических навыков освоения современных технологий научных исследований в физической культуре.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина Б1.О.04 «Технология научных исследований в физической культуре» относится к обязательной части Блока 1 основной образовательной программы (ООП) магистратуры по направлению 49.04.01 "Физическая культура" и направленности «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам». Дисциплина предполагает получение магистрантами теоретических знаний и формирование практических навыков освоения современных технологий научных исследований в физической культуре. Изучение данной дисциплины логически связано с такими ранее изученными дисциплинами как «Физиология», «Спортивная физиология», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика» и исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к практической и научной деятельности в современных условиях. Данная дисциплина помогает освоению на последующих этапах обучения таких дисциплин и модулей, как «Физиология развития человека», «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом», «Способы оценки и развития физической работоспособности», а также с «Научно-педагогической практикой», «Преддипломная практика», «Профессионально-ориентированная практика» и «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения

<b>ОПК-8</b>	<i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современные методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i>	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.1.	Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.2.	Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.3.	Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.4.	Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.	<i>1</i>	<i>1</i>

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часов.**

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Подготовка к научному исследованию	1	2	2	6		
2	Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований	1	2	2	6		
3	Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности	1	2	2	8		

4	Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре	1		4	6		
5	Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой	1		4	6		
6	Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой	1		4	6		
7	Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой	1		4	6		
<b>Итого часов: 72</b>				<b>6</b>	<b>22</b>	<b>44</b>	<b>Зачет с оц.</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Установочная сессии</b>						
1	Подготовка к научному исследованию	1			10		
2	Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований	1	2		6		
3	Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности	1	2		6		
4	Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре	1		2	8		
	<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>30</b>		
5	Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой	1		2	8		
6	Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции	1		2	8		

	сердечного ритма, занимающихся физической культурой						
7	Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой	1			16		
	Итого			4	32		
<b>Итого часов:</b>		<b>72 часа</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>62</b>		<b>Зачет с оц.</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к зачету с оценкой**

1. Выбор темы и формулировка названия научной работы.
2. Определение цели и задач исследования. Разработка гипотезы исследования.
3. План исследования.
4. Выбор методов исследования. Общие требования к методам и их классификация.
5. Педагогические методы исследований.
6. Медико-биологические методы исследований.
7. Структура научной работы.
8. Требования к оформлению списка литературы. Оформление иллюстративного материала. Общие требования к оформлению научных работ.
10. Подготовка доклада и презентации научной работы.
11. Аннотация магистерской диссертации (оглавление, актуальность, практическая значимость, цель, задачи, объект исследования, предполагаемые методы, организация исследования, ожидаемые результаты).
12. Определение физической работоспособности на основе использования функциональной пробы PWC170, определения интенсивности накопления пульсового долга.
13. Максимальное потребление кислорода (МПК) и методы его определения.
14. Порог анаэробного обмена (ПАНО). Теория и методы определения.
15. Использование программно-аппаратного комплекса «Эргомакс-2» для оценки максимальной алактатной анаэробной мощности и гликолитической анаэробной мощности.
16. Использование аппаратно-программных комплексов и

биомеханических методов для регистрации кинематических и динамических характеристик движения спортсмена.

17. Область применения и принцип работы электромиографии. Способы обработки полученных данных.

18. Использование АПК «Qualisys» для оценки техники выполнения движений на основе создания трехмерной модели движущегося человеческого тела с проведением математического анализа основных аспектов движения.

19. Использование динамометрических платформ АМТІ для оценки физической и технической подготовленности спортсменов на различных этапах спортивной подготовки.

20. Использование мультисуставного комплекса «Biodex Sistem PRO-4» для оценки силовых и скоростно-силовых возможностей отдельных мышечных групп.

21. Качественная оценка физического развития на основе использования метода стандартов и индексов.

22. Использование автоматизированной системы биоимпедансометрии «ABC-01 НТЦ (МЕДАСС)» для определения морфологического статуса человека.

23. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) в состоянии относительного покоя. Использование аппаратно-программного комплекса «Варикард» для оценки состояния ССС на основе анализа variability сердечного ритма.

24. Использование аппаратно-программного комплекса «Кардиокомп» для оценки и коррекции физического состояния.

25. Использование аппаратно-программного комплекса «Реограф-полианализатор РПКА-2 Медасс» для исследования показателей центральной гемодинамики.

26. Использование компьютерных технологий для оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности школьников и студентов.

27. Использование современных систем «Polar» и «Фестбит» для контроля функционального состояния организма.

28. Использование информационно-аналитической системы оценки выполнения норм комплекса ГТО.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Селуянов, В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: Учебн. пособие для студентов вызов физической культуры / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.

2. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебн. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 264 с.

3. Философия науки: уч. пособ. для аспирантов и соискателей. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 496 с.

б) Дополнительная литература:

1. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена / В.М.Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 200 с.

2. Зациорский, В.М. Биомеханика двигательного аппарата человека / В.М. Зациорский, А.С. Аруин, В.Н. Селуянов. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 143 с.

3. Кузин, Ф.А. Кандидатская диссертация. Методика написания, правила оформления и порядок защиты. Практическое пособие для аспирантов и соискателей ученой степени / Ф.А. Кузин. – 2-е изд. – М. : «Ось-89», 1998. – 208 с.

4. Подготовка и оформление курсовых, дипломных, реферативных и диссертационных работ: методическое пособие / Сост. И.Н. Кузнецов. – Мн.: Харвест, 1999. – 176 с.

5. Левушкин, С.П. Выпускная квалификационная работа по специальности «Физическая культура и спорт». – Ульяновск: ИПК ПРО, 2002. – 55 с.

6. Мартиросов, Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э.Г. Мартиросов. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 199 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Страница НИИ спорта и спортивной медицины - <http://science.sportedu.ru/>

2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - <http://lib.sportedu.ru/links.html>

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).

8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**



1. Мультимедийная аудитория, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Лаборатория с научно-измерительной аппаратурой (АПК «Реограф-полианализатор РПКА-2 Медасс», «АВС - 01 НТЦ (МЕДАСС)», стабилметрический комплекс «Стабилан - 01», Динамометр кистевой ДК-100 (диапазон измерений 10-100даН), Велозергометр " Монарк 894Е., Тонومتر автоматический OMRON М 6 на плечо, Весы , Ростомер, аппаратно-программный комплекс «Компьютерный измеритель движения»

4. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Б1.О.04 «Технология научных исследований в физической культуре» для обучающихся института научно-педагогического образования, 1 курса, направления подготовки 49.04.01 "Физическая культура", направленности (профилю): "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам" очной и заочной форм обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр для очной и заочной формы

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма обучения

	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Выступление на семинаре по теме «Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований»	9	10
2	Выступление на семинаре по теме «Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности»	10	10
3	Выступление на семинаре по теме «Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре»	12	10
4	Выступление на семинаре по теме «Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой»	13	10
5	Выступление на семинаре по теме «Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и	15	10

	систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой»		
6	Выступление на семинаре по теме «Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой»	16	10
7	Подготовка реферата из перечня	16-19	20
8	Посещение занятий	В теч. семестра	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Написание реферата по пропущенной теме	8
2	Оформление презентации по пропущенной теме	10
3	Предоставление наличия конспекта лекций и семинарских занятий по пропущенным темам	10

### **Заочная форма обучения**

	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)</b>	<b>Максим. кол-во баллов</b>
1	Выступление на семинаре по теме «Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований»	9	10
2	Выступление на семинаре по теме «Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности»	10	10
3	Выступление на семинаре по теме «Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре»	12	10
4	Выступление на семинаре по теме «Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой»	13	10
5	Выступление на семинаре по теме «Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой»	15	10
6	Выступление на семинаре по теме «Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой»	16	10
7	Подготовка реферата из перечня	16-19	20
8	Посещение занятий	В теч. семестра	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально</b>
--	--	--------------------

		<b>е КОЛ-ВО баллов</b>
1	Написание реферата по пропущенной теме	8
2	Оформление презентации по пропущенной теме	10
3	Предоставление наличия конспекта лекций и семинарских занятий по пропущенным темам	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.04. «ТЕХНОЛОГИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва - 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр для очной и 1 семестр для заочной формы

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** получение магистрантами теоретических знаний и формирование практических навыков освоения современных технологий научных исследований в физической культуре.

Дисциплина «Технология научных исследований в физической культуре» реализуется на русском языке.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
<i>ОПК-8</i>	<i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современные методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i>	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.1.	Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.2.	Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.3.	Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;	<i>1</i>	<i>1</i>
ОПК-8.4.	Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.	<i>1</i>	<i>1</i>

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Подготовка к научному исследованию	1	2	2	6		
2	Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований	1	2	2	6		
3	Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности	1	2	2	8		
4	Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре	1		4	6		
5	Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой	1		4	6		
6	Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой	1		4	6		
7	Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой	1		4	6		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>6</b>	<b>22</b>	<b>44</b>		<b>Зачет с оц.</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	--	--	--	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Установочная сессия</b>						
1	Подготовка к научному исследованию	1			10		
2	Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований	1	2		6		
3	Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности	1	2		6		
4	Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре	1		2	8		
	Итого		4	2	30		
5	Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой	1		2	8		
6	Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой	1		2	8		
7	Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой	1			16		
	Итого			4	32		
<b>Итого часов:</b>		<b>72 часа</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>62</b>		<b>Зачет с оц.</b>



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт** Научно-педагогического образования

**Кафедра** Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Б1.О.05 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**

Направленность (Профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры Менеджмент и экономика  
спортивной индустрии им. В.В. Кузина  
(наименование)  
Протокол № 2 от «05» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания Кафедра Менеджмент и экономика  
спортивной индустрии им. В.В. Кузина  
(наименование)  
Протокол № 2 от «15» сентября 2020 г.

Составитель: Букаева И.Н. кандидат юридических наук, доцент, кафедра  
экономики и права;

-

## 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» является подготовка магистров, владеющих системой знаний о правовом регулировании физкультурно-спортивной сферы, изучение юридической терминологии, получение, анализ и применение юридической информации для принятия управленческих решений.

Задачи дисциплины:

- формирование целостного научного представления о правовом регулировании физической культуры и спорта;
- изучение основополагающих нормативно-правовых актов для последующего осуществления профессиональной деятельности;
- формирование умений выявлять и формулировать актуальные правовые проблемы в сфере физической культуры и спорта;
- формирование способности принимать управленческие решения на правовой основе;
- формирование знаний о правовом регулировании научно-исследовательской деятельности при проведении научных исследований в сфере физической культуры и спорта;
- формирование навыков творческой реализации теоретических и прикладных знаний в практической деятельности магистра.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Организационно-правовые аспекты физической культуры» является обязательной дисциплиной базовой части (Б1. О.05) обязательной части высшего образования (ФГОС ВО), реализуемый по направлению подготовки магистров 49.04.01 Физическая культура.

Настоящая дисциплина является обязательной в системе подготовки магистров и базируется на знаниях и навыках, приобретённых студентами в ходе изучения правовых дисциплин программ бакалавриата, а также других дисциплины образовательной программы магистратуры.

Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студентов:

студент должен:

**Знать:**

- основные категории теории права, иметь научное представление о государстве и праве, о теории права, о сущности и формах права;
- основные особенности российской правовой системы и российского законодательства;
- основные особенности системы и организации государственных органов Российской Федерации;
- основы правового статуса человека в обществе, основные права, свободы и обязанности гражданина Российской Федерации;

- основные нормативно-правовые документы, регламентирующие отношения в сфере конституционного, административного, гражданского, семейного и трудового права;

**Уметь:**

- применять понятийно-категориальный аппарат, основные законы правовых наук;
- ориентироваться в системе законодательства и нормативных правовых актов;
- использовать правовые нормы в своей профессиональной и общественной деятельности;

**Владеть:**

- юридической терминологией;
- методами сбора и анализа правовой информации;
- навыками подготовки нормативно-правовых документов в своей профессиональной деятельности.

Приобретенные в результате освоения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» знания необходимы как предшествующие для изучения обязательных дисциплин вариативной части и дисциплин по выбору вариативной части основной образовательной программы магистратуры, а также прохождения учебных и производственных практик, проведения научно-исследовательской работы и написания выпускной квалификационной работы. Методика изучения курса строится на сочетании лекций, самостоятельной работы над лекционным материалом и литературными источниками, семинарских занятий, на которых обсуждаются теоретические вопросы и проблемные ситуации. В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Процесс изучения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» направлен на формирование следующих компетенций:

Шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)
------	---	---

компетенции	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
		5	6	7
1	3	5	6	7
<b>ОПК-4</b>	<b>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</b>	4		4
<i>ОПК 4.1</i>	<b>Знать:</b> Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;	4		4
<i>ОПК - 4.4</i>	<b>Уметь:</b> Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов	4		4
ОПК-4.5.	Умеет самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях, с целью управления своим физическим и психическим состоянием для повышения эффективности профессиональной деятельности.	4		4
ОПК-4.6.	Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;	4		4
<b>ОПК-6</b>	<b>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	4		4
<i>ОПК-6.1</i>	<b>Знать:</b> Знает современные информационно-коммуникационные технологии;	4		4
<i>ОПК-6.2</i>	<b>Уметь:</b> Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;	4		4
<i>ОПК-6.3</i>	<b>Владеть:</b> Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные	4		4

отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное);			
--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

**Очная** форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Спортивное право как область научного правоведения. Источники спортивного права.	4	1	2	9		
2	Организационно правовая структура физической культуры и спорта. Управление физической культурой и спортом.	4	1	2	8		
3	Основные подходы к классификации спортивно-правового статуса специалиста в области физической культуры и спорта	4	1	2	6		
4	Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности.	4	1	2	7		
5	Физическая культура и спорт в системе образования.	4		2	7		
6	Организации, осуществляющие спортивную подготовку: правовой статус. Обучающиеся в области физической культуры и спорта.	4		2	6		
7	Допинг и основные направления борьбы с допингом. Допинг-контроль.	4		1	3		
8	Место и роль интеллектуальной собственности в научной и	4		1	8		

	образовательной деятельности, в инновационных педагогических технологиях и передовых методиках в области физической культуры и спорта						
							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов: 72</b>		<b>4</b>	<b>14</b>	<b>54</b>			

заочная форма обучения (3 и 4 семестр)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Спортивное право как область научного правоведения. Источники спортивного права.	3	1	2	5		
2	Организационно правовая структура физической культуры и спорта. Управление физической культурой и спортом.	3	1	2	5		
3	Основные подходы к классификации спортивно-правового статуса специалиста в области физической культуры и спорта	3	1	2	5		
4	Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности.	3	1	2	5		
5	Физическая культура и спорт в системе образования.	4	1	2	5		
6	Организации, осуществляющие спортивную подготовку: правовой статус. Обучающиеся в области физической культуры и спорта.	4	1	3	5		
7	Допинг и основные направления борьбы с допингом. Допинг-контроль.	4	1	3	5		
8	Место и роль интеллектуальной собственности в научной и	4	1	4	9		

	образовательной деятельности, в инновационных педагогических технологиях и передовых методиках в области физической культуры и спорта						
							<b>зачет</b>
	<b>Итого часов:</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>44</b>			

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

Текущий контроль и оценка результатов обучения осуществляется в ходе выполнения практических заданий, внеаудиторной самостоятельной работы, решения ситуационных задач и тестовых заданий.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточный контроль и оценка результатов обучения по дисциплине «Организационно-правовые аспекты физической культуры» осуществляется путем ответа на контрольные вопросы и решения итогового тестового задания на зачете.

### **Вопросы к зачету по дисциплине**

#### **«Организационно-правовые аспекты физической культуры»**

1. Наука спортивного права. Формирование комплексной отрасли спортивного права.
2. Источники спортивного права.
3. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (общая характеристика).
4. Субъекты физической культуры и спорта (общая характеристика).
5. Органы управления физической культурой и спортом в Российской Федерации. Разграничение полномочий органов власти разного уровня в сфере физической культуры и спорта.
6. Спортивные федерации: понятие, виды, правовой статус. Роль спортивных федераций в управлении физкультурой и спортом.
7. Институты государственного регулирования в сферы физкультуры и спорта (общая характеристика).
8. Нормативно-правовые основы регулирования организации и проведения спортивных соревнований. Единый календарный план межрегиональных,



всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

9. Признание видов спорта и спортивных дисциплин. Всероссийский реестр видов спорта. Федеральные стандарты спортивной подготовки.
10. Единая всероссийская спортивная классификация.
11. Положение о спортивных судьях.
12. Специалисты в области физической культуры и спорта: правовой статус спортсмена, тренера, спортивного судьи.
13. Иные специалисты в области физической культуры и спорта в Российской Федерации: нормативно-правовое регулирование; квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта, профессиональные стандарты.
14. Спортивные сборные команды: субъектный состав; порядок формирования.
15. Понятие образования и его виды.
16. Источники образовательного права.
17. Правовое положение участников образовательного процесса.
18. Органы управления образованием в Российской Федерации.
19. Лица, осуществляющие образовательную деятельность.
20. Автономия образовательных организаций, информационная открытость и публичная отчетность образовательных организаций.
21. Локальные нормативные акты, содержащие нормы, регулирующие образовательные отношения. Примеры локальных нормативных актов, регулирующих образовательные отношения в сфере физической культуры и спорта.
22. Федеральные государственные образовательные стандарты, федеральные государственные требования и образовательные стандарты: значение, содержание, порядок разработки.
23. Образовательные программы: понятие, виды, порядок разработки. Примерные основные образовательные программы: порядок разработки и экспертизы.

24. Основные образовательные программы профессионального образования и профессионального обучения в области физической культуры и спорта: порядок разработки, специфические особенности.
25. Дополнительные общеобразовательные программ в области физической культуры и спорта.
26. Дополнительные профессиональных программ в области физической культуры и спорта.
27. Образовательные программы основного общего и среднего общего образования, интегрированные с дополнительными предпрофессиональными образовательными программами в области физической культуры и спорта.
28. Общие требования к реализации образовательных программ.
29. Организация образовательного процесса по программам высшего образования.
30. Организация образовательного процесса по программам профессионального обучения и дополнительных профессиональных программ в области физической культуры и спорта.
31. Организация образовательного процесса по программам дополнительного общего образования в области физической культуры и спорта.
32. Управление системой образования. Государственная регламентация образовательной деятельности (общая характеристика).
33. Основания возникновения, изменения и прекращения образовательных отношений.
34. Физическая культура и спорт в системе образования. Школьные и студенческие спортивные клубы.
35. Спортивная подготовка.
36. Этапы спортивной подготовки. Федеральные стандарты спортивной подготовки.
37. Права и обязанности лиц, проходящих спортивную подготовку в образовательных организациях высшего образования.
38. Осуществление спортивной подготовки по направлению физкультурно-спортивной организации. Договор оказания услуг по спортивной подготовке.
39. Суть понятия «допинг».

40. Нормативно-правовая база антидопинговой работы.
41. Международные правила и стандарты антидопингового регулирования.
42. Общероссийские антидопинговые правила и другие локальные документы.
43. Допинг-контроль. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.
44. Организации, реализующие антидопинговую политику.
45. Права и обязанности спортсменов, тренеров, персонала физкультурно-спортивной организации в сфере антидопингового регулирования.
46. Результаты интеллектуальной деятельности и приравненные к ним средства индивидуализации юридических лиц, товаров, работ, услуг и предприятий (общие положения).
47. Авторское право. Права, смежные с авторскими. Служебные произведения в сфере образования и спорта.
48. Патентное право. Получение патента.
49. Право на секрет производства (ноу-хау). Секреты производства (ноу-хау) в сфере образования и спорта.
50. Патентные исследования и проведение НИОКР в сфере физической культуры и спорта. Договор на выполнение НИОКР.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### **а) основная литература:**

1. Федеральный закон от 4.12.2007г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Источник: Консультант Плюс.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". Источник: Консультант Плюс.
3. Спортивное право России: учебник для магистров / Блажеев В. В., Байрамов В. М. [и др.]; отв. ред. Д. И. Рогачев. — Москва : Проспект, 2016. — 640 с.
4. Алексеев С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 032101, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб.": рек. НИИ образования и науки : рек. НМС по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-

во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 2-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2015. - 642 с.: табл.

5. Шкатулла В.И. Образовательное право России: учебник для вузов – М.: Издательство Юстицинформ, 2016. – 774 с. Источник: <http://e.lanbook.com>.

6. Всемирный Антидопинговый Кодекс [Электронный ресурс] // Официальный сайт ВАДА. – Режим доступа : [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org).

б) дополнительная литература:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 и 032101 : рек. Умц "Проф. учеб." : рек. Науч.-исслед. ин-том образования и науки = Sports law of Russia / С.В. Алексеев ; под ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ Москов. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина = S.V. Alekseev ; Edited by Prof. P.V. Krasheninnikov. - М.: Юнити: Закон и право, 2013. - 644 с.

2. Алексеев С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300, 034400 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.В. Алексеев. - М.: Сов. спорт, 2013. - 517 с.

3. [Гусов К.Н.](#), [Шевченко О.А.](#) Спортивное право. Правовой статус спортсменов, тренеров, спортивных судей, и иных специалистов" - М.:Издательство: [Проспект](#), 2013 г.

4. Антидопинговое пособие / WADA. Word anti-doping agency . – [б. м.], 2015. – 113 с.

5. Образовательное право : учебник / Д.А. Пашенцев. — М. : ИНФРА-М, 2017. — 180 с. Источник: <http://e.lanbook.com>.

6. Образовательное право: учебник для студ. учреждений высш. образования; под ред. А.Н.Кузибецкого. – М.: Издательский центр «Академия», 2015.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.consultant.ru>

2. <http://www.garant.ru>

3. <http://www.kodeks.ru>

4. <http://rucont.ru>

5. <http://e.lanbook.com>

6. <http://www.biblioclub.ru>

7. <http://www.rsl.ru>

8. <http://www.proquest.com>

9. <http://bmsi.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия). Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Организационно-правовые аспекты физической культуры» для обучающихся Института научно-педагогического образования 2 курса направления подготовки 49.04.01 Физическая культура направленности: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина.  
Сроки изучения дисциплины: 4 семестр очная и заочная форма  
Форма промежуточной аттестации: зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Устный опрос по каждой теме	В течение семестра	5
2	Тест № 1 по разделу «Система национального законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте».		5
3	Тест № 2 по разделу «Субъекты физической культуры и спорта»		5
4	Выполнение практического задания №1 «Работа с нормативными актами и правовыми базами данных»		до 15 за каждое задание
5	Тест № 3 по разделу «Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности в РФ»		5
6	Тест № 4 по разделу «Физическая культура и спорт в системе образования»		5
7	Выполнение практического задания № 2 «Подготовка правовых документов»		до 10 за каждое задание
8	Написание и защита реферата	В течение семестра	15
9	Посещение занятий	В течение семестра	4
	<b>зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

### Заочная форма

	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)<sup>2</sup></b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	Устный опрос по каждой теме	<i>В течение семестра</i>	5
2	Тест № 1 по разделу «Система национального законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте».		5
3	Тест № 2 по разделу «Субъекты физической культуры и спорта»		5
4	Выполнение практического задания №1 «Работа с нормативными актами и правовыми базами данных»		<i>до 15 за каждое задание</i>
5	Тест № 3 по разделу «Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности в РФ»		5
6	Тест № 4 по разделу «Физическая культура и спорт в системе образования»		5
7	Выполнение практического задания № 2 «Подготовка правовых документов»		<i>до 10 за каждое задание</i>
8	Написание и защита реферата	<i>В течение семестра</i>	15
9	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	4
	<b>зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия по очной и заочной форме*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Выполнение практического задания №1 «Работа с нормативными актами и правовыми базами данных»</i>	15
2	<i>Выполнение практического задания № 2 «Подготовка правовых документов»</i>	10
3	<i>Собеседование по темам, пропущенным студентом</i>	10
4	<i>Тестирование по темам 1-4</i>	20
5	<i>Написание и защита реферата</i>	15

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, оцениваются при помощи следующих оценочных средств:

- Собеседование (Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п)
- Выполнение практических заданий (выполнение разноуровневых задач и заданий - Различают задачи и задания: репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения).
- Выполнение тестовых заданий.
- Написание и защита реферата (написание письменной работы по предложенной теме и подготовка презентации на основе реферата).

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<b>&lt;51</b>	<b>51-60</b>	<b>61-67</b>	<b>68-84</b>	<b>85-93</b>	<b>94-100</b>
Словесно-цифровое выражение оценки	<b>2</b> Неудовлетворительно		<b>3</b> Удовлетворительно	<b>4</b> Хорошо	<b>5</b> Отлично	
Оценка по шкале ECTS	<b>F</b>	<b>E</b>	<b>D</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>A</b>



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный институт**

**Кафедра менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.05 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ»**

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетных единиц.
2. **Семестр освоения дисциплины:** 4 *семестр*.
3. **Цель освоения дисциплины:** подготовка магистров, владеющих системой знаний о правовом регулировании физкультурно-спортивной сферы, изучение юридической терминологии, получение, анализ и применение юридической информации для принятия управленческих решений.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** формирование следующих компетенций:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<i>ОПК-4</i>	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	4		4
<i>ОПК 4.1</i>	<b>Знать:</b> Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;	4		4
<i>ОПК - 4.4</i>	<b>Уметь:</b> Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов	4		4
<i>ОПК- 4.6.</i>	<b>Владеть:</b> Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;	4		4

<b>ОПК-6</b>	<b>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	4		4
<b>ОПК-6.1</b>	<b>Знать:</b> Знает современные информационно-коммуникационные технологии;	4		4
<b>ОПК-6.2</b>	<b>Уметь:</b> Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;	4		4
<b>ОПК-6.3</b>	<b>Владеть:</b> Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное);	4		4

### 5. Краткое содержание дисциплины:

2 зачетных единицы, 72 академических часа, очная и заочная\_ формы обучения – 4 семестр

**Очная** форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Спортивное право как область научного правоведения. Источники спортивного права.	4	1	2	9		
2	Организационно правовая структура физической культуры и спорта. Управление физической культурой и спортом.	4	1	2	8		
3	Основные подходы к классификации спортивно-правового статуса специалиста в области физической культуры и спорта	4	1	2	6		
4	Общие положения о правовом	4	1	2	7		

	регулировании образовательной деятельности.						
5	Физическая культура и спорт в системе образования.	4		2	7		
6	Организации, осуществляющие спортивную подготовку: правовой статус. Обучающиеся в области физической культуры и спорта.	4		2	6		
7	Допинг и основные направления борьбы с допингом. Допинг-контроль.	4		1	3		
8	Место и роль интеллектуальной собственности в научной и образовательной деятельности, в инновационных педагогических технологиях и передовых методиках в области физической культуры и спорта	4		1	8		
							<b>Зачет</b>
<b>Итого часов: 72</b>		<b>4</b>	<b>14</b>	<b>54</b>			

заочная форма обучения (3 и 4 семестр)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Спортивное право как область научного правоведения. Источники спортивного права.	3	1	2	5		
2	Организационно правовая структура физической культуры и спорта. Управление физической культурой и спортом.	3	1	2	5		
3	Основные подходы к классификации спортивно-правового статуса специалиста в области физической культуры и спорта	3	1	2	5		
4	Общие положения о правовом	3	1	2	5		

	регулировании образовательной деятельности.						
5	Физическая культура и спорт в системе образования.	4	1	2	5		
6	Организации, осуществляющие спортивную подготовку: правовой статус. Обучающиеся в области физической культуры и спорта.	4	1	3	5		
7	Допинг и основные направления борьбы с допингом. Допинг-контроль.	4	1	3	5		
8	Место и роль интеллектуальной собственности в научной и образовательной деятельности, в инновационных педагогических технологиях и передовых методиках в области физической культуры и спорта	4	1	4	9		
							<b>зачет</b>
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>20</b>	<b>44</b>		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.О.06 Иностранный язык (профессиональный)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

***Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура. \***

***Направленность: Общественное здравоохранение,***

***Теория, методика и технология фитнеса,***

***Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и***  
***спорта,***

***Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к***  
***физическим нагрузкам,***

***Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта,***

***Педагогика физической культуры,***

***Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к***  
***физическим нагрузкам,***

***Международное спортивное и олимпийское движение,***

***Теория физической культуры и технология физического воспитания***

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора **2021, 2022, 2023**

Москва – 2020\_\_г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована.  
на основании решения заседания кафедры  
иностраннных языков и лингвистики  
(наименование)

Протокол № 4 от « 22 » сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)

Протокол №     от «     » \_\_\_\_\_ 20     г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)

Протокол №     от «     » \_\_\_\_\_ 20     г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

\_\_\_\_\_  
(наименование)

Протокол №     от «     » \_\_\_\_\_ 20     г.

Составитель: Удалова Марина Юрьевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры  
иностраннных языков и лингвистики

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование коммуникативной компетенции, в том числе переводческой, необходимой для извлечения информации из текста на одном языке и передачи ее путем создания текста на другом языке для квалифицированной информационной и творческой деятельности в ситуациях делового партнерства и совместной научной работы, а также в дальнейшем самообразовании.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Иностранный язык (профессиональный)» относится к базовой части цикла **Б1.О.06** и является обязательной к изучению.

Владение иностранным языком является обязательным для современного специалиста с высшим образованием, выпускника магистратуры. Курс обучения по данной программе реализуется как продолжение обязательного курса неязыкового вуза и предполагает обучение иностранному языку на третьем этапе в объеме, необходимом для подготовки дипломированного магистра, что соответствует уровню, квалифицируемому как «первый пороговый продвинутый».

Данная программа является новой редакцией программы для магистров физкультурных вузов, разработанной в соответствии с ФГОС, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации. Дисциплина **Б1.О.06** «Иностранный язык (профессиональный)» связана с дисциплинами Б1.О.07 Цифровая культура: технологии и информационная безопасность, Б1.В.05 Педагогическая имиджелогия, Б1.В.ДВ.01.01 Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками, Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников, Б1.В.ДВ.01.03 Современные методы анализа данных, Б2.О.02(П) Научно-педагогическая практика, Б2.В.02(П) Профессионально-ориентированная практика, Б3.01(Д) Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы, Б1.О.05 Организационно-правовые аспекты физической культуры

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**



Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма		Заочная форма
1	3	5	6	7
УК4	<i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</i>			
Начальный этап (знания)	<i><b>Знать</b> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке; УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;</i>	1		1
Продвинутый этап(умения)	<i><b>Уметь</b> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной</i>	1		1

	деятельности;			
Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности; УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке; УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке	2		2
<b>ОПК6</b>	Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта			
Начальный этап (знания)	<b>Знать:</b> ОПК-6.1. Знает современные информационно-коммуникационные технологии;	1		1
Продвинутый этап (умения)	<b>Уметь:</b> ОПК-6.2. Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;	2		2
Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> ОПК-6.3. Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное)	2		2

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Самостоятел	Контроль		
1	Вводно-коррективный курс Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков	1		8	6	Тестирование Лексико-грамматический тест	
2	Страноведческая компетенция. Изучение проблем воспитания, образования, спорта, состояния научных исследований в странах изучаемого языка. Система послевузовской подготовки за рубежом.	1		4	6	<i>Выступление по теме</i> Защита доклада	
3	Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях	1		6	6	<i>Выполнение практического задания</i> Составление делового письма	
	<b>Итого 1 семестр</b>	<b>1</b>		<b>18</b>	<b>18</b>		
4	Практический курс	2		8	30	<i>Перевод иноязычных</i>	

	перевода. Работа с оригинальной литературой по специальности. Поиск и обработка полученной информации.					<i>материалов по теме научного исследования (10000-15000 печ.зн)</i>	
5	Практический курс перевода. Перевод тезисов магистерской работы.	2		10	24	<i>Выполнение практического задания Тезисы магистерской работы</i>	
	<b>Итого 2 семестр</b>	<b>2</b>		<b>18</b>	<b>54</b>		
<b>Итого часов: 108 3 ед.</b>				<b>36</b>	<b>72</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			ного Занятия	скогЗанятия	Самостоятел		
1	Вводно-коррективный курс Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков	1		2	10	Тестирование Лексико-грамматический тест	
2	Страноведческая компетенция.	1		2	10	<i>Выступление по теме</i> Защита доклада	

	<b>Изучение проблем воспитания, образования, спорта, состояния научных исследований в странах изучаемого языка. Система послевузовской подготовки за рубежом.</b>						
<b>3</b>	<b>Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях</b>	<b>1</b>		<b>2</b>	<b>10</b>	<i>Выполнение практического задания Составление делового письма</i>	
	<b>Итого 1 семестр</b>	<b>1</b>		<b>6</b>	<b>30</b>		
<b>4</b>	<b>Практический курс перевода. Работа с оригинальной литературой по специальности. Поиск и обработка полученной информации.</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>30</b>	<i>Перевод иноязычных материалов по теме научного исследования (10000-15000 печ.зн)</i>	
<b>5</b>	<b>Практический курс перевода. Перевод тезисов магистерской работы.</b>	<b>2</b>		<b>4</b>	<b>36</b>	<i>Выполнение практического задания Тезисы магистерской работы</i>	
	<b>Итого 2 семестр</b>	<b>2</b>		<b>6</b>	<b>66</b>		
<b>Итого часов: 108 3 ед.</b>				<b>12</b>	<b>96</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

После изучения темы семестра проводится контроль лексико-грамматических знаний по изученному материалу (виды контроля представлены в таблице).

Содержание зачета с оценкой.

А. Письменная зачетная работа, предшествующая зачету: тезисы на русском и иностранном языке по научной работе магистра. Объем – 1500 печатных знаков.

Б.

1. Сделать краткое сообщение по составленным тезисам, время подготовки – 30 минут.

2. Принять участие в беседе с преподавателем на иностранном языке по содержанию тезисов научной работы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

Английский язык

1. Бреус Е.В. Курс перевода с английского языка на русский : учеб. пособие / Е.В. Бреус. - М.: Р.Валент, 2007. - 317 с.
2. Reader on Sociology учеб. пособие, Английский язык для социологов  
Автор: Ляляев С. В.М.: ФЛИНТА
3. Udalova M. Essential Grammar for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по грамматике английского языка для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки, «РГУФКСМиТ», 2014 г. 57 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235675&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Udalova M. Reader for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по чтению на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2013 г. 40 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235679&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Udalova M. Essential Writing for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по письму на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2014 г. 53 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=241504&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItnID=>
6. ПЕРШИНА ФИНАНСОВАЯ ЭКОНОМИКА (АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК ДЛЯ МАГИСТРОВ) Copyright ОАО «ЦКБ «БИБКОМ» & ООО «Агентство <...> АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК ДЛЯ МАГИСТРОВ Учебное пособие 2-е издание, стереотипное Рекомендовано УМО РАЕ по классическому <...> Английский язык для магистров [Электронный ресурс] : учеб. пособие /РУКОНТ
7. Английский для психологов [Электронный ресурс] / С.А. Сергутина .— Смоленск : Универсум, 2014 .— 62 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/282915> РУКОНТ
8. Муравейская, М.С. Английский язык для медиков [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, аспирантов, врачей и науч. сотрудников / Л.К. Орлова, М.С. Муравейская .— 14-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017 .— 384 с. — ISBN 978-5-89349-069-5 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/244461>
9. Губина, Г.Г. Английский язык в магистратуре и аспирантуре : учебное пособие : [16+] / Г.Г. Губина. – Ярославль : Ярославский государственный педагогический университет, 2010. – 128 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135306> ). – ISBN 978-5-87555-608-1. – Текст : электронный.

#### Немецкий язык

1. Товстых В.П. Немецкий язык в правилах, упражнениях и текстах: учеб.-метод.пособие/В.П.Товстых, О.П.Корнеева;С.-Петерб.гос.акад.физ.культуры им. П.Ф.Лесгафта. –СПб.: {Изд-во СПбГАФК им.П.Ф. Лесгафта}, 2005.-84 с.:табл.
2. Попряник Л.В. Практикум по переводу экономических текстов с немецкого на русский язык. М., 2000.
3. Юрина, М.В. Deutsch für den Beruf: (немецкий язык в сфере профессиональной коммуникации) : [16+] / М.В. Юрина ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Самарский государственный архитектурно-строительный университет». – Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. – 94 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256158> ). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9585-0561-6. – Текст : электронный.

#### Французский язык

Попова, И.Н.

1. Грамматика французского языка = Le Francais : практ. курс / И.Н. Попова, Ж.А. Казакова. - 12-е изд., стер. - Москва: Nestor, 2003. - 475 с. - ISBN 5-901074-24-6: 137.50.
2. Рыжанская, Н.А. Nouvelles Choiesies pour la Conversation : пособие по развитию уст. речи : [текст для чтения на фр. яз.] / Н. А. Рыжанская. - Москва: Междунар. отношения, 1972. - 141 с.
3. Воронкова, И.С. Французский язык (Магистратура)=LA LANGUE FRANÇAISE (MAGISTRATURE) : учебное пособие : [16+] / И.С. Воронкова, Я.А. Ковалевская ; науч. ред. Е.А. Чигирин ; Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ

ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИНЖЕНЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ». – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 138 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561785> Библиогр.: с. 135. – ISBN 978-5-00032-367-0. – Текст : электронный.

**б) Рекомендуемая литература (дополнительная)**

1. Голикова Ж.А. Перевод с английского на русский : учеб. пособие = Learn to Translate by Translating from English into Russian / Ж.А. Голикова. - 5-е изд., стер. - Минск: Нов. знание, 2008. - 286 с.: ил.
2. Архипкина Г.Д. Немецкий язык для журналистов: учеб.пособие для студентов и аспирантов фак.журналистики / Г.Д.Архипкина, К.А.Петросян.-М.;Ростов н.Дон:Март, 2004 – 255
3. Раевская, О.В. Французско-русский русско-французский словарь : ок. 100000 слов и словосочетаний / О.В. Раевская. - Москва: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, [2010]. - 638 с. - (Карманная библиотека словарей). - ISBN 978-5-17-057322-6. - ISBN 978-5-271-22774-5: 180.00: беспл.

**в) Перечень обучающих компьютерных программ и мультимедиа**

<http://wikipedia.com/>

<http://wikipedia.de/>

<http://wikipedia.fr/>

<http://BBC.com/>

<http://CNN.com/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Программное обеспечение дисциплины (модуля): Windows Professional, x64

Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15

Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30

Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine

2018-12-30

Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

1. Операционная система – Microsoft Windows.

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.



4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.  
современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

6. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС <http://www.biblioclub.ru/>

7. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС <http://www.rucont.ru/>

8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ  
<http://www.rsl.ru/>

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Иностранный язык (профессиональный)»  
для обучающихся 1 курса института научно-педагогического образования ,  
направления подготовки/ специальности 49.04.01 Физическая культура  
Направленность: Общественное здравоохранение, Теория, методика и  
технология фитнеса, Государственная молодежная политика в сфере  
физической культуры и спорта, Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам, Менеджмент и экономика в  
сфере физической культуры и спорта, Педагогика физической культуры,  
Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к  
физическим нагрузкам, Международное спортивное и олимпийское  
движение,  
Теория физической культуры и технология физического воспитания*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр–очная форма, 1,2 семестр -  
заочная

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет/2 семестр–  
очная форма, 1 или 2 семестр - заочная

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Тест: Вводно-коррективный курс Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков</i>	7	10
2	<i>Выступление по теме: Система послевузовской подготовки за рубежом.</i>	10	10
3	<i>Перевод оригинальной литературы по специальности</i>	30	30

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4	<i>Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях</i>	32	10
5	<i>Перевод тезисов магистерской работы.</i>	38	20
	<i>Зачет с оценкой</i>		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)<sup>2</sup></b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Выступление по теме: Система послевузовской подготовки за рубежом.</i>	28	10
2	<i>Перевод оригинальной литературы по специальности</i>	30	30
3	<i>Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях</i>	32	10
4	<i>Перевод тезисов магистерской работы.</i>	38	30
	<i>Зачет с оценкой</i>		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



Институт научно-педагогического образования

Кафедра иностранных языков и лингвистики

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«\_Б1.О.06 Иностранный язык (профессиональный)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность: Общественное здравоохранение, Теория, методика и технология фитнеса, Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта, Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта, Педагогика физической культуры, Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, Международное спортивное и олимпийское движение, Теория физической культуры и технология физического воспитания

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная и заочная

Год набора **2021, 2022, 2023**

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** 3 зачетных единицы, 108 часов

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1,2 семестр – очная форма, 1,2 семестр - заочная

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Целью освоения дисциплины является формирование коммуникативной компетенции, в том числе переводческой, необходимой для извлечения информации из текста на одном языке и передачи ее путем создания текста на другом языке для квалифицированной информационной и творческой деятельности в ситуациях делового партнерства и совместной научной работы, а также в дальнейшем самообразовании.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма	Очно-заочная	Заочная форма
1	3	5	6	7
УК4	<i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</i>			
Начальный этап (знания)	<b>Знать</b> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;	1		1

	<i>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;</i>			
<i>Продвинутой этап(умения)</i>	<b>Уметь</b> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;	<i>1</i>		<i>1</i>
<i>Завершающий этап (навыки)</i>	<b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности; УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке; УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке	<i>2</i>		<i>2</i>
<b>ОПК6</b>	<i>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</i>			
<i>Начальный этап (знания)</i>	<b>Знать:</b> ОПК-6.1. Знает современные информационно-коммуникационные технологии;	<i>1</i>		<i>1</i>
<i>Продвинутой этап (умения)</i>	<b>Уметь:</b> ОПК-6.2. Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных	<i>2</i>		<i>2</i>

	<i>проектов;</i>			
<i>Завершающий этап (навыки)</i>	<b>Владеть:</b> ОПК-6.3. Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное)	2		2

### 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			лекционного	Занятия	Самостоятел	Контроль	
1	<b>Вводно-коррективный курс Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков</b>	1		8	6	Тестирование Лексико-грамматический тест	
2	<b>Страноведческая компетенция. Изучение проблем воспитания, образования, спорта, состояния научных исследований в странах изучаемого языка. Система послевузовской подготовки за рубежом.</b>	1		4	6	<i>Выступление по теме</i> Защита доклада	



3	Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях	1		6	6	Выполнение практического задания Составление делового письма	
	Итого 1 семестр	1		18	18		
4	Практический курс перевода. Работа с оригинальной литературой по специальности. Поиск и обработка полученной информации.	2		8	30	Перевод иноязычных материалов по теме научного исследования (10000-15000 печ.зн)	
5	Практический курс перевода. Перевод тезисов магистерской работы.	2		10	24	Выполнение практического задания Тезисы магистерской работы	
	Итого 2 семестр	2		18	54		
Итого часов: 108 3 ед.				36	72		Зачет с оценкой

## 6.

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			ного Занятия	ског Занятия	и Самостоятел	Контроль	
1	Вводно-коррективный	1		2	10	Тестирование Лексико-грамматический	

	курс Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков					тест	
2	Страноведческая компетенция. Изучение проблем воспитания, образования, спорта, состояния научных исследований в странах изучаемого языка. Система послевузовской подготовки за рубежом.	1		2	10	<i>Выступление по теме Защита доклада</i>	
3	Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях	1		2	10	<i>Выполнение практического задания Составление делового письма</i>	
	<b>Итого 1 семестр</b>	<b>1</b>		<b>6</b>	<b>30</b>		
4	Практический курс перевода. Работа с оригинальной литературой по специальности. Поиск и обработка полученной информации.	2		2	30	<i>Перевод иноязычных материалов по теме научного исследования (10000-15000 печ.зн)</i>	
5	Практический курс перевода. Перевод тезисов магистерской работы.	2		4	36	<i>Выполнение практического задания Тезисы магистерской работы</i>	
	<b>Итого 2 семестр</b>	<b>2</b>		<b>6</b>	<b>66</b>		

<b>Итого часов: 108 3 ед.</b>		<b>12</b>	<b>96</b>		<b>Зачет с оценкой</b>
-------------------------------	--	-----------	-----------	--	----------------------------

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.07 Цифровая культура: технологии и информационная  
безопасность»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования

Протокол № 02 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и  
рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
Протокол № 3 от «22» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители: Конюхов Владимир Георгиевич, к.т.н., доцент, доцент  
кафедры Биомеханики и естественнонаучных дисциплин РГУФКСМиТ

Рецензент: Шалманов Ан. А. – доктор педагогических наук, профессор  
кафедры Биомеханики и естественнонаучных дисциплин РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля) «Цифровая культура: технологии и информационная безопасность» является: формирование представления о характере и тенденциях в развитии цифровых технологий и знакомство магистрантов с подходами к решению проблем деятельности в области физической культуры с использованием методов математической статистики и современных цифровых технологий.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 Физическая культура программы магистратуры Общественное здравоохранение.

Дисциплина «Цифровая культура: технологии и информационная безопасность» относится к дисциплинам обязательной части.

Для успешного изучения дисциплины магистранты должны владеть знаниями и умениями, полученными ими при освоении дисциплин «Математика», «Информатика», «Спортивная метрология» и «Основы научно-методической деятельности» в бакалавриате.

Изучение дисциплины является базовым для последующего освоения программного материала учебных дисциплин: «Логика научного исследования», «Культура библиографического поиска информационных источников», «Современные методы анализа данных» и прохождения Производственной практики: «Научно-педагогическая практика», «Преддипломная практика», «Научно-исследовательская работа».

Изучение дисциплины готовит обучающихся к решению задач в сфере профессиональной деятельности. Освоение современных информационных технологий и, в частности, методов математической статистики, позволит магистрантам при подготовке выпускной квалификационной работы и в последующей работе по специальности ввести элементы точной количественной оценки тех фактов, которые будут появляться в ходе их профессиональной деятельности.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
<b>УК-4</b>	<b>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</b>	2	2
УК-4.4	Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности	2	2
<b>ОПК-5</b>	<b>Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</b>	2	2
ОПК-5.3	Имеет опыт анализа результатов деятельности в области физической культуры и массового спорта, и разработки методических рекомендаций по совершенствованию	2	2
<b>ОПК-6</b>	<b>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	2	2
ОПК-6.1	Знает современные информационно-коммуникационные технологии	2	2
<b>ОПК-8</b>	<b>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из</b>	2	2



	<b><i>смежных областей знаний</i></b>		
<i>ОПК-8.1</i>	<i>Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта</i>	<i>2</i>	<i>2</i>

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Основы цифровых технологий</b>	2	2		12		
1.1	Обзор современных цифровых технологий	2	1		6		
1.2	Особенности современного программного обеспечения компьютеров	2	1		6		
2	<b>Реляционные базы данных</b>	2		4	8		
2.1	Таблицы и отчеты			2	4		
2.2	Разработка форм и запросов	2		2	4		
3	<b>Использование цифровых технологий в области физической культуры</b>	2		6	20		
3.1	Прикладные программы статистической обработки результатов исследований в области физической культуры	2		2	6		
3.2	Обработка данных спортивных измерений с использованием компьютерных программ (методы описательной статистики и проверка статистических гипотез)	2		2	6		
3.2	Выявление зависимостей и прогнозирование в физической культуре и спорте с использованием компьютерных программ	2		2	8		
4	<b>Информационная безопасность</b>	2	2	4	14		
4.1	Понятие информационных угроз и их виды	2	1	2	6		
4.2	Принципы построения системы информационной	2	1	2	8		

	безопасности						
<b>Итого часов:</b>		<b>4</b>	<b>14</b>	<b>54</b>			<b>зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы цифровых технологий	2	1	-	12		
2	Реляционные базы данных	2	1	2	18		
3	Использование цифровых технологий в области физической культуры	2	1	1	20		
4	Информационная безопасность		1	1	14		
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>64</b>		<b>зачет</b>

### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

#### *Перечень примерных контрольных вопросов к экзамену*

1. История и тенденции развития цифровых технологий.
2. Достижения и открытия в области цифровых технологий.
3. Информационные процессы в области физической культуры.
4. Цифровая культура специалиста.
5. Перспективы развития цифровых технологий.
6. Классификация современного программного обеспечения. Назначение.
7. Прикладные программы для анализа статистических данных спортивных измерений. Применение программ статистической обработки в

- тренерской деятельности.
8. Ввод, импорт и экспорт данных. Этапы обработки данных. Файлы данных. Формат файлов данных.
  9. Методика сбора, обработки и анализа экспериментальных данных в области адаптивной физической культуры.
  10. Построение и проведение экспериментов. Построение теоретической модели.
  11. Модульная структура программы статистической обработки. Группы методов анализа данных.
  12. Функции, инструменты и методы, доступные в модулях.
  13. Настройка пользовательского интерфейса программы статистической обработки.
  14. Структуры данных. Организация работы с данными.
  15. Табличная форма представления статистических данных. Форматы отображения данных.
  16. Ввод исходных данных. Создание файла с исходными данными.
  17. Создание статистических таблиц. Операции с данными в статистических таблицах.
  18. Построение статистических таблиц, использование различных форматов отображения данных.
  19. Графическое представление статистических таблиц. Виды графических изображений. Графические форматы.
  20. Создание различных видов диаграмм, их редактирование, изменение типа диаграмм. Настройка различных элементов диаграмм.
  21. Освоение практических навыков работы со статистическими таблицами.
  22. Анализ различных типов диаграмм. Определение зависимостей на графиках.
  23. Процедуры начальной обработки данных методами описательной статистики.
  24. Статистические методы проверки гипотез.
  25. Выбор критериев для статистических моделей. Выбор уровня значимости. Определение критической области для проверки гипотезы.
  26. Создание таблиц с результатами вычислений. Подготовка отчетов по результатам анализа.
  27. Корреляционная зависимость. Коэффициенты корреляции.
  28. Корреляционные матрицы. Определение зависимостей между показателями. Расчет коэффициентов корреляции.
  29. Регрессионный анализ. Уравнения регрессии.
  30. Прогнозирование спортивных результатов. Расчет коэффициентов и составление уравнений регрессии.
  31. Дисперсионный анализ.
  32. Теоретические аспекты информационной безопасности
  33. Понятие информационных угроз и их виды
  34. Методы защиты информации
  35. Повышение надежности информационной системы

36. Методы и средства защиты информации от шпионажа и несанкционированного доступа
37. Принципы построения системы информационной безопасности
38. Классификация удаленных угроз в компьютерных сетях
39. Механизмы безопасности компьютерных сетей
40. Криптография и шифрование
41. Регистрация и аудит информационных систем
42. Программные и аппаратные средства защиты информации

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### 1) Основная литература:

1. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>.
2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>.

### 2) Дополнительная литература:

1. Алешин Л.И. Информационные технологии : учеб. пособие / Л.И. Алешин. - М.: Маркет ДС, 2008. - 383 с.
2. Беляев М.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте : теорет. курс : учеб. пособие / М.А. Беляев ; Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: [Изд-во КГУФКСТ], 2007. - 121 с.: табл.
3. Воронов И.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта М-ва образования и науки РФ / И.А. Воронов. - СПб.: [Изд-во С.-Петербур. гос. ун-т профсоюзов], 2007. - 139 с.: ил.
4. Статистическая обработка данных. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры/ Попов Г.И., Конюхов В.Г., Маркарян В.С. Яшкина Е.Н. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015г. – 225с.

### 3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.statsoft.ru/home/textbook/glossary/default.htm>
2. <http://statsoft.ru>;
3. <http://exponenta.ru>;

4. <http://www.matburo.ru>
5. <http://end.sportedu.ru>;
6. <http://lms.sportedu.ru>;
7. <http://www.kaspersky.ru>;
8. <http://www.microsoft.ru>;
9. <http://www.libreoffice.org>;
10. <http://www.gimp.org>;
11. <http://www.inkscape.org>;
12. <http://www.google.ru>;
13. <http://www.intuit.ru>.

4) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
  1. Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
  2. Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30
  3. Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30
  4. Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.
  5. Интернет-браузеры Google Chrome, Mozilla. Лицензия не требуется.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
  1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
  2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
  3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
  4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
  5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
  6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
  7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
  8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской и техническими средствами обучения (видеопроекционным оборудованием, средствами звуковоспроизведения, экраном и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет).
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Цифровая культура: технологии и информационная безопасность» для обучающихся института научно-педагогического образования 1 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура программы магистратуры Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам очной и заочной форм обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр для очной и заочной форм обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Опрос по теме «Особенности современного программного обеспечения компьютеров»</i>	25	10
2	<i>Выполнение заданий компьютерного практикума по теме «Реляционные базы данных»</i>	27	15
3	<i>Выполнение контрольной работы по теме «Обработка данных спортивных измерений с использованием компьютерных программ (методы описательной статистики и проверка статистических гипотез)»</i>	29	15
4	<i>Выполнение заданий компьютерного практикума по теме «Выявление зависимостей и прогнозирование в физической культуре и спорте с использованием компьютерных программ»</i>	31	15
5	<i>Выступление на занятии</i>	23-43	15
6	<i>Рукописные конспекты занятий</i>	23-43	10
	<b>Зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	<i>Опрос по теме, пропущенной обучающимся</i>	5
2	<i>Выполнение практического задания по теме, пропущенной обучающимся</i>	10
3	<i>Выполнение контрольной работы по разделу, пропущенному обучающимся</i>	15
4	<i>Написание реферата по теме, пропущенной обучающимся</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.07 Цифровая культура: технологии и информационная  
безопасность»**

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 Физическая культура

Программа магистратуры: Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва - 2020 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование представления о характере и тенденциях в развитии цифровых технологий и знакомство магистрантов с подходами к решению проблем деятельности в области физической культуры с использованием методов математической статистики и современных цифровых технологий.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

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

**ОПК-5:** Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации;

**ОПК-6:** Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта;

**ОПК-8:** Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Основы цифровых технологий</b>	2	2		12		
1.1	Обзор современных цифровых технологий	2	1		6		
1.2	Особенности современного программного обеспечения компьютеров	2	1		6		
2	<b>Реляционные базы данных</b>	2		4	8		
2.1	Таблицы и отчеты			2	4		
2.2	Разработка форм и запросов	2		2	4		
3	<b>Использование цифровых технологий в области физической культуры</b>	2		6	20		
3.1	Прикладные программы статистической обработки результатов исследований в области физической культуры	2		2	6		
3.2	Обработка данных спортивных измерений с использованием компьютерных программ (методы описательной статистики и проверка статистических гипотез)	2		2	6		
3.2	Выявление зависимостей и прогнозирование в физической культуре и спорте с использованием компьютерных программ	2		2	8		
4	<b>Информационная безопасность</b>	2	2	4	14		
4.1	Понятие информационных угроз и их виды	2	1	2	6		
4.2	Принципы построения системы информационной безопасности	2	1	2	8		
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>54</b>		<b>зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Основы цифровых технологий</b>	2	1	-	12		
2	<b>Реляционные базы данных</b>	2	1	2	18		
3	<b>Использование цифровых технологий в области физической культуры</b>	2	1	1	20		
4	<b>Информационная безопасность</b>		1	1	14		
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>64</b>		<b>зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.08 Логика научного исследования**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.04.01 «Физическая культура»**

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 02 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
истории цивилизации, физической культуры и спорта,  
философии и социологии  
Протокол № 2 от «10» сентября 2020г.

Составитель: **Балаева Ольга Евгеньевна** – кандидат философских наук, доцент  
кафедры истории цивилизации, физической культуры, спорта, философии и  
социологии ФБГОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Логика научного исследования» является овладение формами и приемами рационального познания, создание у них общего представления о логических методах и подходах, используемых в различных областях человеческой деятельности и научного познания, формирование практических навыков рационального и эффективного мышления. Курс реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

**Б1.В.08 «Логика научного исследования»** относится к части ОПОП по направлению подготовки **49.04.01 «Физическая культура»** (профили «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам»), которая формируется участниками образовательных отношений.

Программа этой дисциплины формируется на основе тесной связи с другими дисциплинами, формирующими идентичные компетенции – «История и методология науки», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте», «Методология проектирования профессиональной деятельности педагога». В магистратуре данный курс является методологической основой для написания магистерской диссертации.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>УК-1</b>	<i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий</i> <b>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных,</b>	3		4-5



	научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы			
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла <b>УК-2.2.</b> Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП	3		4-5

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Модуль 1.</b> Логика и научный язык.						
1	<u>Тема 1:</u> Основные формы процесса научного познания.	3	1	-	6		
	<b>Модуль 2.</b> Понятие, логические операции с понятием в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры						
2	<u>Тема 1:</u> Понятие как форма мышления.	3	1	2	6		
3	<u>Тема 2:</u> Логические операции с понятием.	3	-	2	6		
	<b>Модуль 3.</b> Суждение,						

	отношения между суждениями в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры. Основные законы логики						
3	<i>Тема 1: Суждение как форма мышления.</i>	3	1	1	6		
4	<i>Тема 2: Сложные суждения, их виды</i>	3	-	1	6		
5	<i>Тема 3: Основные формально-логические законы.</i>	3	-	-	6		
	<b>Модуль 4.</b> Умозаключение, его основные типы в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры.						
6	<i>Тема 1: Умозаключение как форма мышления и его виды.</i>	3	1	2	6		
7	<i>Тема 2: Индукция и аналогия</i>	3	-	2	6		
	<b>Модуль 5.</b> Использование теории аргументации в научных исследованиях в сфере физической культуры						
8	<i>Тема 1: Доказательство в логике. Структура аргументации (тезис, доводы и демонстрация).</i>	3	-	2	6		
9	<i>Тема 2:</i>	3		2	6		

	<i>Опровержение как логическая операция. Конструктивная и деконструктивная критика.</i>						
	<b>Итого часов</b>		<b>4</b>	<b>14</b>	<b>54</b>		<b>Зачет</b>

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Модуль 1.</b> Логика и научный язык.						
1	<i>Тема 1:</i> <i>Основные формы процесса научного познания.</i>	5	1	-	6		
	<b>Модуль 2.</b> Понятие, логические операции с понятием в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры						
2	<i>Тема 1:</i> <i>Понятие как форма мышления.</i>	5	1	2	5		
3	<i>Тема 2:</i> <i>Логические операции с понятием.</i>	5		2	5		
	<b>Модуль 3.</b> Суждение, отношения между суждениями в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры. Основные законы						

	ЛОГИКИ						
3	<i>Тема 1: Суждение как форма мышления.</i>	5	1	2	5		
4	<i>Тема 2: Сложные суждения, их виды</i>	5		2	5		
5	<i>Тема 3: Основные формально-логические законы.</i>	5	1	2	5		
	<b>Модуль 4.</b> Умозаключение, его основные типы в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры.						
6	<i>Тема 1: Умозаключение как форма мышления и его виды.</i>	5	1	2	6		
7	<i>Тема 2: Индукция и аналогия</i>	5	1	2	6		
	<b>Модуль 5.</b> Использование теории аргументации в научных исследованиях в сфере физической культуры						
8	<i>Тема 1: Понятие доказательства в логике. Структура аргументации (тезис, доводы и демонстрация).</i>	5		2	6		
9	<i>Тема 2: Опровержение как логическая операция. Конструктивная и деконструктивная критика.</i>	5		2	6		
	<b>Итого часов</b>						<b>Зачет</b>

			6	16	50		
--	--	--	---	----	----	--	--

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ:**

1. Понятие правильного мышления в научном исследовании.
2. Понятие логической формы мышления, ее роль в научном исследовании.
3. Основные этапы развития логики.
4. Основные признаки понятия, его объем и содержание, отношения между ними.
5. Специфика основных приемов формирования понятий в научном исследовании.
6. Родовые и видовые понятия, специфика их отношений в научном исследовании.
7. Совместимые несовместимые понятия, их виды.
8. Сущность логических операций обобщения и ограничения понятий в научном исследовании.
9. Логическая операция деления понятий в научном исследовании.
10. Специфика классификации понятий в научном исследовании.
11. Определение понятия, его основные виды в научном исследовании.
12. Условия правильности определения и наиболее распространенные ошибки в определении понятий в научном исследовании.
13. Суждение, виды простых и сложных суждений.
14. Основные условия истинности суждений в научном исследовании.
15. Понятие распределенности терминов в суждении.
16. Роль основных законов мышления в научном исследовании.
17. Умозаключение, его основные виды и основные структурные элементы умозаключения в научном исследовании.
18. Категорический силлогизм, его состав, общие правила и фигуры.
19. Понятие индукция в научном исследовании.
20. Виды аналогии, условия ее состоятельности в научном исследовании.
21. Основные элементы доказательства в научном исследовании.
22. Основные правила при выдвигании тезиса (гипотезы) в научном исследовании

23. Правила оперирования и возможные ошибки по отношению к аргументам в научном исследовании.
24. Отличие прямое доказательство от косвенного в научном исследовании.
25. Основные виды опровержения, их специфика в научном исследовании.

### **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ:**

1. Предмет логики. Его специфика в научном исследовании.
2. Познание. Чувственная ступень познания в научном исследовании.
3. Познание. Рациональная ступень познания в научном исследовании.
4. Истинность и правильность мышления в научном исследовании.
5. Логика и язык. Понятие научного языка, его специфика.
6. Знак. Его характеристики и виды в научном исследовании.
7. Закон тождества в научном исследовании.
8. Закон противоречия в научном исследовании.
9. Закон исключенного третьего в научном исследовании.
10. Закон достаточного основания в научном исследовании.
11. Понятие как форма научного мышления, его объем и содержание.
12. Закон обратного отношения между объемом и содержанием понятия, его роль в научном исследовании.
13. Виды понятий, отношения совместимости и несовместимости между ними в научном исследовании.
14. Логические операции ограничения и обобщения понятий в научном исследовании.
15. Деление как логическая операция в научном исследовании. Виды деления.
16. Правила и ошибки логической операции деления в научном исследовании.
17. Классификация в научном исследовании. Виды классификаций.
18. Определение как логическая операция в научном исследовании. Виды определений.
19. Правила и ошибки логической операции определения в научном исследовании.
20. Суждение как форма мышления в научном исследовании.
21. Виды простых суждений в научном исследовании.
22. Логический квадрат, его использование в научном исследовании.
23. Сложные суждения. Их виды в научном исследовании.
24. Умозаключение как форма мышления в научном исследовании. Виды умозаключений.
25. Дедуктивные умозаключения. Их виды в научном исследовании.
26. Простой категорический силлогизм как вид дедуктивных умозаключений, его фигуры и модусы.
27. Индуктивные умозаключения. Их виды в научном исследовании.
28. Умозаключения по аналогии. Их виды в научном исследовании.

### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*А). Основная литература:*

1. Балаева О.Е. Логика : учеб. пособие для специальности 032101.65 / Балаева О.Е., Башаева М.М. ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 205 с.: ил. [184581](#)
2. Балаева, О.Е. Логика и теория аргументации [Электронный ресурс] : учеб. пособие по логике для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ", обучающихся по направлению 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : утв. и рек. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Балаева О.Е. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. философии и социологии. - М., 2015 [256468](#)

*Б) Дополнительная литература*

1. Бочаров В.А. Основы логики : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. и естественнонауч. специальностям : рек. советом по философии, политологии и религиоведению УМО по клас. унив. образованию / В.А. Бочаров, В.И. Маркин ; Моск. гос. ун-т имени М.В. Ломоносова. - М.: Инфра-М: Форум, 2009. - 333 с.: ил. [60985](#)
2. [Гетманова А.Д. Логика : учеб. для студентов вузов : рек. Умо М-ва образования РФ по пед. образованию / А.Д. Гетманова. - 13-е изд., стер. - М.: Омега-Л, 2008. - 415 с.: ил. 184507](#)
3. Ивин А.А. Современная логика / А.А. Ивин. - Фрязино: Век 2, 2009. - 381 с.: ил. [178099](#)
4. Ивлев Ю.В. Логика: сб. упражнений : рек. Отд-нием по философии, политологии и религиоведению Умо по клас. унив. образованию : учеб. пособие для студентов вузов / Ю.В. Ивлев ; Акад. нар. хоз-ва при Правительстве РФ. - [3-е изд., испр.]. - М.: Дело, 2004. - 247 с.: ил. [72360](#)
5. Кириллов В.И. Логика : учеб. / В.И. Кириллов, А.А. Старченко ; М-во образования науки Рос. Федерации, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 6-е изд., перераб. и доп. - М.: Проспект, 2010. - 233 с.: ил. [186799](#)
6. Кобзарь В.И. Логика в вопросах и ответах : учеб. пособие / В.И. Кобзарь. - М.: Проспект, 2009. - 160 с.: ил. [182090](#)
7. Ксенофонтов В.Н. Логика : учеб.-метод. пособие / В.Н. Ксенофонтов ; Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ. - Изд. 2-е, стер. - М.: Изд-во Рос. акад. гос. службы, 2008. - 91 с.: ил. [182158](#)
8. Попов Ю.П. Логика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. 520400 (030100) - философия и специальности 020100 (030101) - философия : рек. Гос. образов. учреждением высш. проф. образования "Моск. пед. гос. ун-т" / Ю.П. Попов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Кнорус, 2009. - 295 с.: ил. [182890](#)

*В) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:*

1. <http://intencia.ru> - литература по логике
2. <http://www.pirao.ru> - учебная литература по логике

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Учебная аудитория, специально оборудованная для мультимедийных презентаций.
2. Проектор.
3. Компьютер или ноутбук.
4. Интерактивная доска.
5. Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет



Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Логика научного исследования для обучающихся Института научно-педагогического образования направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам» 2 курса очной и 2-3 курса заочной формы (м) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии

Сроки изучения дисциплины (модуля) 3 семестр на очной и 4-5 семестры на заочной формах обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу (модулю) «Научное	2 неделя	10

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>мышление как предмет изучения логики, логика и научный язык»</i>		
2	<i>Выступление на семинаре</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
3	<i>Тест по разделу «Понятие, логические операции с понятием в научном исследовании»</i>	<i>4 неделя</i>	<i>10</i>
4	<i>Тест по разделу «Суждение, отношения между суждениями в научном исследовании. Основные законы логики»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>10</i>
5	<i>Тест по разделу «Умозаключение, его основные типы»</i>	<i>8 неделя</i>	<i>10</i>
6	<i>Выполнение практического задания по разделу «Теория аргументации»</i>	<i>10</i>	<i>20</i>
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Основные формально-логические законы»</i>	<i>10</i>
3	<i>Выступление на семинаре</i>	<i>10</i>
4	<i>Подготовка доклада по одной из тем, пропущенных студентом</i>	<i>5</i>
5	<i>Дополнительное тестирование по теме/модулю «Теория аргументации»</i>	<i>5</i>
6	<i>Написание реферата по одной из тем, пропущенных студентом</i>	<i>15</i>
7	<i>Презентация по одной из тем, пропущенных студентом</i>	<i>10</i>

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале	F	E	D	C	B	A

ECTS						
------	--	--	--	--	--	--

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.08 Логика научного исследования**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Общественное здравоохранение», «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр на очной форме обучения и 4-5 семестры на заочной форме обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** овладение магистрантами логическими формами и приемами научного познания, формирование у них практических навыков логического мышления, которые могут быть использованы в собственном научном исследовании.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий <b>УК-1.4.</b> Умеет интегрировать разнообразные научные знания (теоретические, методические, физиологические, психологические и другие) в сфере спорта в целостные концепции при решении поставленных задач исследования с использованием системного подхода и его аспектов (генетического, компонентного, структурного, функционального, прогностического).	3		4-5
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла <b>УК-2.2.</b> Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и	3		4-5

	возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП			
--	---	--	--	--

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Модуль 1.</b> Логика и научный язык.					
1	<i>Тема 1:</i> <i>Основные формы процесса научного познания.</i>	1	-	6		
	<b>Модуль 2.</b> Понятие, логические операции с понятием в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры					
2	<i>Тема 1:</i> <i>Понятие как форма мышления.</i>	1	2	6		
3	<i>Тема 2:</i> <i>Логические операции с понятием.</i>	-	2	6		
	<b>Модуль 3.</b> Суждение, отношения между суждениями в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры. Основные законы логики					

3	<i>Тема 1: Суждение как форма мышления.</i>	1	1	6		
4	<i>Тема 2: Сложные суждения, их виды</i>	-	1	6		
5	<i>Тема 3: Основные формально-логические законы.</i>	-	-	6		
	<b>Модуль 4.</b> Умозаключение, его основные типы в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры.					
6	<i>Тема 1: Умозаключение как форма мышления и его виды.</i>	1	2	6		
7	<i>Тема 2: Индукция и аналогия</i>	-	2	6		
	<b>Модуль 5.</b> Использование теории аргументации в научных исследованиях в сфере физической культуры					
8	<i>Тема 1: Доказательство в логике. Структура аргументации (тезис, доводы и демонстрация).</i>	-	2	6		
9	<i>Тема 2: Опровержение как логическая операция. Конструктивная и деконструктивная критика.</i>		2	6		
	<b>Итого часов</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	<b>54</b>		<b>Зачет</b>

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	<b>Модуль 1.</b> Логика и научный язык.					
1	<i>Тема 1:</i> <i>Основные формы процесса научного познания.</i>	1	-	6		
	<b>Модуль 2.</b> Понятие, логические операции с понятием в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры					
2	<i>Тема 1:</i> <i>Понятие как форма мышления.</i>	1	2	5		
3	<i>Тема 2:</i> <i>Логические операции с понятием.</i>		2	5		
	<b>Модуль 3.</b> Суждение, отношения между суждениями в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры. Основные законы логики					
3	<i>Тема 1: Суждение как форма мышления.</i>	1	2	5		
4	<i>Тема 2:</i> <i>Сложные суждения, их виды</i>		2	5		



5	<i>Тема 3: Основные формально- логические законы.</i>	1	2	5		
	<b>Модуль 4.</b> Умозаключение, его основные типы в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры.					
6	<i>Тема 1: Умозаключение как форма мышления и его виды.</i>	1	2	6		
7	<i>Тема 2: Индукция и аналогия</i>	1	2	6		
	<b>Модуль 5.</b> Использование теория аргументации в научных исследованиях в сфере физической культуры					
8	<i>Тема 1: Понятие доказательства в логике. Структура аргументации (тезис, доводы и демонстрация).</i>		2	6		
9	<i>Тема 2: Опровержение как логическая операция. Конструктивная и деконструктивна я критика.</i>		2	6		
	<b>Итого часов</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>50</b>		<b>Зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиологии**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.02 Физиология развития человека»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020 г.

Составитель: Сонькин Валентин Дмитриевич, доктор биологических наук,  
профессор кафедры физиологии

## **1. Цель освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины «Физиология развития человека» - сформировать у будущих тренеров современное понимание проблем: возрастного развития организма человека; становление важнейших физиологических систем в их неразрывной связи с окружающей человека средой; знание наиболее фундаментальных законов природы в тех физиологических процессах, которые определяют сущность жизни и от которых напрямую зависит способность человека приспосабливаться, выживать, продуктивно развиваться и достигать высоких спортивных результатов в сложном и непрерывно меняющемся мире – для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура".

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- 1) Ознакомление с историей развития и современными концепциями физиологии развития и возрастной физиологии и методологией исследования физиологических механизмов, определяющих возрастные преобразования физической работоспособности.
- 2) Изучение важнейших закономерностей возрастных изменений скелетных мышц, их функционального диапазона, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной деятельности у детей, подростков, юношей, а также в процессе старения. Ознакомление с половыми и конституциональными особенностями роста и развития, мышечной работоспособности и реакции организма на физическую нагрузку разного характера.
- 3) Отработка практических навыков тестирования мышечной работоспособности детей и подростков с применением различных современных средств и методов тестирования.

Дисциплина «Физиология развития человека» реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина Б1.В.02 «Физиология развития человека» относится относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 магистерской программы "Медико-биологические проблемы адаптация организма человека к физическим нагрузкам" для очной и заочной формы обучения.

Дисциплина Б1.В.02 «Физиология развития человека» является логическим продолжением дисциплин: «Физиология человека» и «Спортивная физиология», читаемых в рамках подготовки бакалавров и специалистов в высших учебных заведениях по физической культуре и спорту. Знание закономерностей морфофункционального развития ребенка, специфики функционирования физиологических систем на разных этапах онтогенеза и механизмов, эту специфику определяющих, является необходимым условием сохранения физического и психического здоровья подрастающего поколения,

основой научного подхода в спортивном отборе, естественно-научной базой для разработки средств восстановления и реабилитации юных спортсменов. Эти знания чрезвычайно важны и для разработки физиологических и психофизиологических основ спортивной тренировки, учитывающих возрастные особенности механизмов адаптации к напряженной мышечной деятельности. В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельности как «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом», «Антропофизиология физического воспитания», «Научно-исследовательская работа», Преддипломная практика, государственная итоговая аттестация.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции и (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Очно-заочная форма
<i>ПК-1</i>	<i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i>	2	1	
<i>ПК-1.1</i>	Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта	2	1	
<i>ПК-1.2</i>	Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2	1	
ПК-1.3.	Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	1	
ПК-1.4.	Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2	1	
ПК-1.5.	Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	1	

### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зачетных единицы, 288 академических часов.

### Очная форма обучения

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающиеся в соотв-и с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Занятия	Занятия	Самостоятельн	Контроль	
Раздел I. Введение в физиологию развития Тема 1.1. Предмет и теоретические основы физиологии развития	2	2	6	40		
Раздел II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания Тема 2.1. Рост и развитие Тема 2.2. Организм и среда его обитания. Экологическая физиология ребенка Тема 2.3. Физические возможности детей школьного возраста	2	2	12	84		
Раздел III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции Тема 3.1. Развитие опорно-двигательного аппарата. Количественные изменения и тканевые перестройки скелетных мышц в процессе возрастного развития. Тема 3.2. Онтогенез энергетических источников в скелетных мышцах Тема 3.3. Возрастные изменения физиологических механизмов, обеспечивающих энергетическое снабжение скелетных мышц.	2	2	10	64		
Раздел IV. Методы измерения и оценки работоспособности у людей разного возраста Тема 4.1. Методы оценки работоспособности детей и подростков Тема 4.2. Половые и конституционально-типологические различия в физиологических реакциях организма на физическую нагрузку.	2	2	8	56		
<b>Итого:</b>			<b>288 часов</b>			
	8	36	244		Диф. зачет	

### Заочная форма обучения

Наименование тем и разделов	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающую в соответствии с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)	
	Семестр	Занятия	Занятия	Самостоятельно		Контроль
<b>Установочная сессия 1 курс</b>						
Раздел I. Введение в физиологию развития Тема 1.1. Предмет и теоретические основы физиологии развития	1	2	4	60		
Раздел II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания Тема 2.1. Рост и развитие Тема 2.2. Организм и среда его обитания. Экологическая физиология ребенка Тема 2.3. Физические возможности детей школьного возраста	1	2	4	36		
<b>Итого:</b>		4	8	96		
<b>Зимняя сессия 1 курс</b>						
Раздел III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции Тема 3.1. Развитие опорно-двигательного аппарата. Количественные изменения и тканевые перестройки скелетных мышц в процессе возрастного развития. Тема 3.2. Онтогенез энергетических источников в скелетных мышцах Тема 3.3. Возрастные изменения физиологических механизмов, обеспечивающих энергетическое снабжение скелетных мышц.	1	2	4	61		
Раздел IV. Методы измерения и оценки работоспособности у людей разного возраста Тема 4.1. Методы оценки работоспособности детей и подростков Тема 4.2. Половые и конституционально-типологические различия в физиологических реакциях организма на физическую нагрузку.	1		4	100		
<b>Итого:</b>		2	8	161		
<b>Итого за весь курс: 288 часов</b>		6	16	257		Диф. зачет

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Физиология развития человека»

**Примерный перечень вопросов к дифференцированному зачету по всей дисциплине для студентов очной формы и заочной форм.**

1. Что изучает Физиология развития ? Как она связана с другими науками о человеке?
2. Перечислите основные теоретические и прикладные задачи физиологии развития
3. Что такое возрастная периодизация и зачем она нужна?
4. Что такое «сенситивный период развития»? Приведите пример.
5. Назовите основные физиологические принципы онтогенеза.
6. В чем различие понятий «рост» и «развитие»? Поясните на примерах.
7. Как в организме осуществляются процессы роста и развития?
8. Что такое «дифференцировка клеток»?
9. Приведите примеры количественных изменений в деятельности физиологических систем растущего организма
10. Приведите примеры качественных изменений в деятельности физиологических систем растущего организма
11. Что такое «скачок роста»? Какие скачки роста вы знаете?
12. Что такое физическое развитие и как его оценить?
13. Как размеры тела влияют на физиологические функции? Приведите пример.
14. Какие бывают типы роста тканей организма?
15. Что испытывает новорожденный? Почему момент рождения считается критическим периодом?
16. Какие социальные факторы оказывают сильное влияние на ребенка?
17. Какова динамика показателей энергетического обмена в онтогенезе? В чем причины этих изменений?



18. Как с возрастом меняется абсолютная и относительная величина МПК?  
Почему?
19. Опишите возрастные изменения любого двигательного качества.
20. Как меняется объем работы, которую способен выполнить школьник в упражнении «подтягивание на высокой перекладине», от 7 до 17 лет?
21. В чем состоят наиболее частые ошибки при проведении возрастных сопоставлений физических возможностей детей и подростков?
22. Структура. Как происходит окостенение костной ткани?
23. Как развивается мышечное волокно в эмбриональном периоде?
24. Какие изменения мышечные волокна претерпевают в постнатальный период?
25. Какова динамика волоконного состава смешанных мышц человека в постнатальном онтогенезе?
26. Какая дифференцировка мышц происходит в период полового созревания?
27. Опишите роль половых гормонов в развитии и росте скелетных мышц.
28. Перечислите основные этапы возрастного развития скелетных мышц
29. Какова динамика роста скелетных мышц от рождения до зрелости?
30. Каковы различия в росте мышц между мужчинами и женщинами?
31. Как изменяется с возрастом мощность митохондриального окисления в мышцах?
32. В чем проявляется «расцвет аэробики» у детей 10-11 лет?
33. Как с возрастом меняется активность ферментов, управляющих анаэробным гликолизом?
34. Что такое «медленная фракция кислородного долга»? Как она изменяется с возрастом? Чем обусловлены такие изменения?
35. Что такое «быстрая фракция кислородного долга»? Как она изменяется с возрастом? Чем обусловлены такие изменения?
36. Перечислите основные этапы созревания энергетики скелетных мышц в онтогенезе

37. Перечислите зоны мощности по В.С. Фарфелю. Объясните, как они изменяются с возрастом.
38. В чем состоят возрастные изменения субстратного обеспечения мышечной работы?
39. В чем проявляется экономизация вегетативных функций в онтогенезе? Приведите конкретные примеры.
40. Каковы важнейшие закономерности возрастных изменений мышечной работоспособности?
41. Опишите типичную процедуру измерения МПК. Прокомментируйте возрастные изменения показателя.
42. Опишите типичную процедуру измерения PWC170. Как меняется результат в этом тесте с возрастом?
43. Как проводится тест Купера? Как меняются его результаты с возрастом?
44. Опишите Вингейтский анаэробный тест и укажите, как изменяются с возрастом его результаты.
45. Перечислите показатели, которые позволяют рассчитывать уравнение Мюллера по результатам двухнагрузочного эргометрического тестирования. Опишите физиологический смысл этих показателей и их возрастные изменения.
46. Опишите процедуру проведения Гарвардского степ-теста и расчета Индекса Гарвардского степ-теста
47. Сопоставьте Гарвардский степ-тест с тестом PWC170. Какую информацию дает каждый из этих тестов?
48. Опишите способ измерения интенсивности накопления пульсового долга и поясните, как результаты меняются в зависимости от мощности нагрузки и возраста
49. Опишите возрастную динамику роста мышц у мужчин и женщин
50. С какого возраста и почему МПК у женщин становится меньше, чем у мужчин?

51. Приведите пример различий в мышечной работоспособности между мальчиками и девочками школьного возраста, выявляемых эргометрическими методами
52. В каком тесте будет больше разница между мальчиками и девочками: в тесте Купера или в Гарвардском степ-тесте? Объясните, почему.
53. Для чего в детском и юношеском спорте необходимо учитывать тип конституции юного спортсмена?
54. Как отличаются представители разных типов конституции по возрастной динамике аэробной мощности?
55. Как отличаются представители разных типов конституции по возрастной динамике анаэробной мощности?
56. Как отличаются представители разных типов конституции по возрастной динамике интегральной емкости энергетических систем?
57. Что такое весо-ростовой индекс и как с его помощью можно ориентировочно определить тип телосложения взрослого и ребенка?

#### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Важнейшие этапы активизации ростовых процессов: механизмы и следствия
2. Формы, причины и профилактика нарушений осанки
3. Основы рационального питания ребенка, занимающегося спортом
4. Гигиена физического воспитания и спортивной тренировки детей и подростков
5. Работоспособность и способы ее оценки у детей и подростков
6. Роль желез внутренней секреции в адаптации к физическим нагрузкам на различных этапах онтогенеза
7. Половое созревание и его влияние на функцию скелетных мышц
8. Структурные и функциональные особенности скелетных мышц у детей и подростков
9. Особенности вегетативного обеспечения мышечной деятельности у детей и подростков
10. Возрастные закономерности развития и тренировки выносливости

11. Возрастные закономерности развития и тренировки силы
12. Возрастные закономерности развития и тренировки скоростно-силовых качеств
13. Возрастные закономерности развития и тренировки координационных способностей
14. Физиологические основы спортивного отбора в детском и юношеском спорте
15. Возрастная специфика энергетического обеспечения мышечной деятельности детей и подростков
16. Влияние типа конституции на темпы и динамику развития двигательных качеств детей и подростков
17. Особенности развития мышечной функции и спортивной тренировки девочек
18. Методы оценки физических возможностей детей и подростков
19. Возрастная периодизация физического и двигательного развития детей и подростков
20. Особенности проявления и тренировки мышечной функции в пожилом и старческом возрасте

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Безруких М.М., В.Д.Сонькин, Д.А.Фарбер. Возрастная физиология (физиология развития). Учебное пособие для студентов педагогических и психолого-педагогических ВУЗов. 4-е издание - М.: АКАДЕМИЯ, 2009.
2. Физиология человека. В 3-х т. / Под ред. Р. Шмидта, Г. Тевса. - 3-е изд., доп. и перераб. - М.: Мир, 2004. - ил.
3. Сонькин В.Д., Тамбовцева Р.В. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе. – М.: Книжный дом ЛИБРОКОМ, 2011. – 368 с.

б) Дополнительная литература

1. Спортивная физиология: Учебник для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / общ. ред. Коц Я.М. - М.: ФиС, 1986. - 240 с.
2. Физиология мышечной деятельности: Учебник для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. Я.М.Коца. - М.: Физкультура и спорт, 1982.- 347 с.
3. Волков Н.И. и др. Биохимия мышечной деятельности // - Киев: Олимп. лит., 2000. - 504 с.
4. Зайцева В.В., Сонькин В.Д. Такие разные дети. Шаги физического развития. – Екатеринбург: У-фактория, 2006. – 288с.
5. Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.А. Тестирование в спортивной медицине.- М.:Физкультура и спорт, 1988.- 207 с.
6. Фарфель В.С. Физиологические основы классификации физических упражнений // Физиология мышечной деятельности труда и спорта.- Л.: НАУКА,1969. С. 425-439.
7. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.
8. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 1998. - 432 с.
9. Физиология трудовой деятельности: Основы современной физиологии – СПб.:НАУКА, 1993. – 528 с.
10. Физиология человека : учеб. для вузов физ. культуры и фак. физ. воспитания пед. вузов / РГАФК; ред. Тхоревский В.И. - М.: ФОН, 2001. - 491 с.: ил.
11. Тэннер Дж. Рост и конституция человека // Биология человека / Дж.Харрисон, Дж.Уайнер, Дж.Тэннер и др.- М.,1979.-С.366-471.
12. Фарбер Д.А., И.А.Корниенко, В.Д.Сонькин. Физиология школьника. – М.: Педагогика, 1990.

13. Фарфель В.С. Развитие движений у детей школьного возраста.- М.: Изд-во АПН РСФСР, 1959.- 67 с.

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Рекомендуемые ресурсы Интернет для изучения курса:

<http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке.

<http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

<http://www.edu.ru> – Российское образование – Федеральный портал

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

<http://www.krugosvet.ru> - сетевая энциклопедия «Кругосвет»

<http://ru.wikipedia.org> - сетевая энциклопедия «Википедия»

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Освоение дисциплины «Физиология развития человека» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине «Физиология развития человека»  
для Института научно-педагогического образования 1 курса, направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам" очной и заочной формы обучения.*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр очной и 1 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации:

для очной и заочной формы обучения – дифференцированный зачет

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

2 семестр очной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Доклады на семинаре по Разделу I. Введение в физиологию развития	25 неделя	10
2	Доклады на семинаре по Разделу II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания	27 неделя	10
3	Коллоквиум по Разделу III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции	29 неделя	15
4	Выступление на семинаре «Энергетическое и вегетативное обеспечение мышечной деятельности у детей и подростков»	31 неделя	10
5	Решение задач по физиологии работоспособности	35 неделя	10
6	Итоговое тестирование по всем разделам курса	37 неделя	20
7	Подготовка реферата	36-39 неделя	15
8	Посещение занятий	в течение семестра	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

1 семестр заочной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Доклады на семинаре по Разделу I. Введение в физиологию развития		10
2	Доклады на семинаре по Разделу II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания		10
3	Коллоквиум по Разделу III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции		15
4	Выступление на семинаре «Энергетическое и вегетативное обеспечение		10



	мышечной деятельности у детей и подростков»		
5	Решение задач по физиологии работоспособности		10
6	Итоговое тестирование по всем разделам курса		20
7	Подготовка реферата		15
8	Посещение занятий		10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат по Разделу I. Введение в физиологию развития		10
2	Рукописный реферат по Разделу II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания		10
3	Рукописный реферат по Разделу III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции		10
4	Рукописный реферат по теме «Энергетическое и вегетативное обеспечение мышечной деятельности у детей и подростков»		10
5	Рукописный реферат на тему физиологии работоспособности		10
6	Итоговое тестирование по всем разделам курса		20
8	Конспект лекций по пропущенной теме		10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка кратких научных сообщений по актуальным проблемам физиологии адаптации к мышечной деятельности, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов.

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.02 Физиология развития человека»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 8 зачетных единиц.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2 для очной и 1 для заочной формы обучения

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** - сформировать у будущих тренеров современное понимание проблем: возрастного развития организма человека; становление важнейших физиологических систем в их неразрывной связи с окружающей человека средой; знание наиболее фундаментальных законов природы в тех физиологических процессах, которые определяют сущность жизни и от которых напрямую зависит способность человека приспосабливаться, выживать, продуктивно развиваться и достигать высоких спортивных результатов в сложном и непрерывно меняющемся мире – для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура".

Дисциплина «Физиология развития человека» реализуется на русском языке.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): формирование следующих компетенций:**

ПК-1 - Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Очно-заочная форма
<i>ПК-1</i>	<i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i>	2	1	
<i>ПК-1.1</i>	Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта	2	1	
<i>ПК-1.2</i>	Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2	1	
ПК-1.3.	Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	1	
ПК-1.4.	Умеет обобщать и анализировать показатели	2	1	

	эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта			
ПК-1.5.	Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	1	

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля): очная форма обучения

### Очная форма обучения

Наименование тем и разделов	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающиеся в соотв-и с учеб-м пл-м (в Семестр)					Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
	Семестр	Занятия	Занятия	Самостоятельн	Контроль	
Раздел I. Введение в физиологию развития Тема 1.1. Предмет и теоретические основы физиологии развития	2	2	6	40		
Раздел II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания Тема 2.1. Рост и развитие Тема 2.2. Организм и среда его обитания. Экологическая физиология ребенка Тема 2.3. Физические возможности детей школьного возраста	2	2	12	84		
Раздел III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции Тема 3.1. Развитие опорно-двигательного аппарата. Количественные изменения и тканевые перестройки скелетных мышц в процессе возрастного развития. Тема 3.2. Онтогенез энергетических источников в скелетных мышцах Тема 3.3. Возрастные изменения физиологических механизмов, обеспечивающих энергетическое снабжение скелетных мышц.	2	2	10	64		
Раздел IV. Методы измерения и оценки работоспособности у людей разного возраста Тема 4.1. Методы оценки работоспособности детей и подростков Тема 4.2. Половые и конституционально-типологические различия в физиологических реакциях организма на физическую нагрузку.	2	2	8	56		
<b>Итого:</b>			<b>288 часов</b>			
	8		36	244		Диф. зачет

## Заочная форма обучения

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающую в соотв- ствии с учеб-м пл-м (в				Контроль	Форма проме- жуточ- ной атт-и (по семес- трам)
		онного Занятия	урского Занятия	Самостоятельн	ые		
<b>Установочная сессия 1 курс</b>							
Раздел I. Введение в физиологию развития Тема 1.1. Предмет и теоретические основы физиологии развития	1	2	4	60			
Раздел II. Динамика процессов роста и развития. Взаимодействие организма со средой обитания Тема 2.1. Рост и развитие Тема 2.2. Организм и среда его обитания. Экологическая физиология ребенка Тема 2.3. Физические возможности детей школьного возраста	1	2	4	36			
<b>Итого:</b>		4	8	96			
<b>Зимняя сессия 1 курс</b>							
Раздел III. Возрастное развитие скелетных мышц, энергетического и вегетативного обеспечения мышечной функции Тема 3.1. Развитие опорно-двигательного аппарата. Количественные изменения и тканевые перестройки скелетных мышц в процессе возрастного развития. Тема 3.2. Онтогенез энергетических источников в скелетных мышцах Тема 3.3. Возрастные изменения физиологических механизмов, обеспечивающих энергетическое снабжение скелетных мышц.	1	2	4	61			
Раздел IV. Методы измерения и оценки работоспособности у людей разного возраста Тема 4.1. Методы оценки работоспособности детей и подростков Тема 4.2. Половые и конституционально-типологические различия в физиологических реакциях организма на физическую нагрузку.	1		4	100			
<b>Итого:</b>		2	8	161			
<b>Итого за весь курс: 288 часов</b>		6	16	257			Диф. зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.03 Физиологические механизмы управления движением»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020г.

Составители:

Мельников Андрей Александрович, д.б.н., профессор каф. физиологии



## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

**Цель** освоения дисциплины «Физиологические механизмы управления движением» - ознакомить магистрантов с современными научно-теоретическими и экспериментально-исследовательскими данными о системе управления движениями и двигательного научения, методами экспериментального изучения двигательной активности, и типичных формах двигательных нарушений, что позволит магистрантам использовать полученные знания в спортивно-практической и научно-исследовательской деятельности. С практической стороны, цель курса заключается в том, чтобы научить магистрантов использовать современные экспериментальные и теоретические методы анализа двигательной активности в исследовательской работе и при решении практических задач спортивной, оздоровительной тренировки и восстановительного обучения.

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- 1) сформировать у магистрантов детальное физиологическое представление о строении системы регуляции движений и регуляции постурального равновесия как необходимом условии дальнейшего образования, самостоятельной исследовательской работы и решения практических задач;
- 2) сформировать у магистрантов ясное представление о механизмах регуляции движений и постурального равновесия и их типичных нарушениях;
- 3) ознакомить магистрантов с основными результатами современных исследований механизмов управления движениями в норме и при долговременной адаптации к физическим нагрузкам;
- 4) сформировать у магистрантов адекватное представление об основных теоретических концепциях двигательного обучения.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина Б1.В.03 «Физиологические механизмы управления движением» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 магистерской программы "Медико-биологические проблемы адаптация организма человека к физическим нагрузкам" для набора 2020 года очной и заочной формы обучения. Дисциплина закладывает естественно-научный фундамент, необходимый для решения исследовательских и научно-практических задач, формирует способность анализировать механизмы формирования движений и вертикальной позы. В рамках этого курса естественным образом оказываются востребованы и связаны в единую систему знания, полученные ранее при изучении таких дисциплин, как «Физиология», «Спортивная физиология», «Спортивная медицина», «Биохимия», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика», «Теория и методика спортивной тренировки». Изучение этого курса исключительно важно для подготовки

высокопрофессиональных специалистов и их готовности к научной, педагогической и практической деятельности в сфере физической культуры и спорта. В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельности как «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом», «Антропология физиология физического воспитания», «Научно-исследовательская работа», «Преддипломная практика», государственная итоговая аттестация.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (№ семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	ПК-2.1. Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта	1 сем		2 сем
	ПК-2.2. Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	1 сем		2 сем
	ПК-2.3. Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта	1 сем		2 сем
	ПК-2.4. Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта	2 сем		3 сем
	ПК-2.5. Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта	2 сем		3 сем
УК-6	УК-6.1. Знает технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда;	1 сем		2 сем
	УК-6.2. Умеет оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы	2 сем		3 сем
	УК-6.3. Имеет опыт разработки собственных методических решений при реализации программ профессионального обучения	2 сем		3 сем

### 4. Структура и содержание дисциплины «Физиологические механизмы управления движением»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единицы, 216 академических часов.

### Очная форма обучения

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<p><b>Раздел 1. Строение системы управления движениями. Регуляция двигательных единиц.</b></p> <p>Тема 1.1. Общее строение системы управления движениями.</p> <p>Тема 1.2. Виды, строение и функции двигательных единиц и проприорецепторов</p> <p>Тема 1.3. Регуляция сокращения двигательных единиц</p>	1	2	4	16		
<p><b>Раздел 2. Регуляция движений на уровне спинного мозга</b></p> <p>Тема 2.1. Спинальные рефлексы (стретч-рефлекс, сухожильный рефлекс, сгибательный рефлекс,)</p> <p>Тема 2.2. Регуляция тонуса мышц</p> <p>Тема 2.3. Поза. Постуральные рефлексы (выпрямительный опорный рефлекс, шейно-тонический рефлекс)</p> <p>Тема 2.4. Локомоции. Центральный генератор паттернов локомоций</p>	1	2	6	16		
<p><b>Раздел 3. Высшие мотонейроны коры и ствола мозга в регуляции движений.</b></p> <p>Тема 3.1. Функциональная организация первичной моторной и премоторной коры</p> <p>Тема 3.2. Кортикоспинальный и кортикобульбарный тракты</p> <p>Тема 3.3. Роль высших мотонейроны ствола мозга в равновесии тела, управлении позой, инициации локомоций</p> <p>Тема 3.4. Вестибулярные ядра ствола и регуляция движений. Вестибулоспинальный тракт.</p> <p>Тема 3.5. Ретикулярные ядра ствола и регуляция движений.</p> <p>Тема 3.6. Механизмы прямой и обратной связи в управлении позой.</p>	1	4	6	16		

Тема 3.7. Мезэнцефальный локомоторная область Тема 3.8. Двигательные функции верхнего двухолмия Тема 3.9. Двигательные нарушения при повреждении нисходящих моторных путей					
<b>Итого часов за 1 сем: 72</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>48</b>	
<b>Раздел 4. Базальные ганглии и регуляция движений</b> Тема 4.1. Функциональная организация базальных ганглиев. Тема 4.2. Роль базальных ганглиев в выполнении сложных двигательных программ. Контур скорлупы Тема 4.3. Роль базальных ганглиев в когнитивном контроле двигательных актов. Контур хвостатого ядра Тема 4.4. Роль базальных ганглиев в изменении временных и масштабных характеристик движений Тема 4.5. Базальные ганглии и динамические стереотипы (привычки) Тема 4.6. Двигательные нарушения при поражении базальных ганглиев	2	2	4	28	
<b>Раздел 5. Мозжечок и регуляция движений</b> Тема 5.1. Функциональная организация мозжечка Тема 5.2. Нейрональные входящие и выходящие пути мозжечка Тема 5.3. Вестибулоцеребеллум. Участие вестибулоцеребеллума с мозговым стволом и спинным мозгом в регуляции равновесия и позных движений Тема 5.4. Спиноцеребеллум. Регуляция движений дистальных частей конечностей по принципу обратной связи посредством промежуточной коры мозжечка и вставочного ядра Тема 5.5. Цереброцеребеллум. Участие больших латеральных зон полушарий мозжечка в планировании, последовательности и хронометраже сложных движений Тема 5.6. Двигательные нарушения при поражениях мозжечка Тема 5.7. Интеграция разных отделов общей системы регуляции движений.	2	2	6	28	
<b>Раздел 6. Регуляция пострурального равновесия и ориентации</b> Тема 6.1. Понятия: вертикальная поза, равновесие, ориентация, общий центр	2		6	28	

<p>массы и общий центр давления, колебания тела.</p> <p>Тема 6.2. Общее строение системы регуляции постурального равновесия. Механизмы регуляции позы в покое.</p> <p>Тема 6.3. Автоматические постуральные реакции на возмущения равновесия (стратегия лодыжки, бедра, шага)</p> <p>Тема 6.4. Упреждающие коррекции позы</p> <p>Тема 6.5. Роль соматосенсорной, вестибулярной и зрительной информации при регуляции позы</p> <p>Тема 6.6. Внутренняя схема тела в системе регуляции позы.</p> <p>Тема 6.7. Роль ствола мозга, мозжечка и коры головного мозга в интеграции сенсорных сигналов при регуляции позы</p> <p>Тема 6.8. Стабилография как метод оценки постуральной способности.</p> <p>Тема 6.9. Особенности постуральной регуляции при адаптации к физическим нагрузкам.</p>						
<p><b>Раздел 7. Двигательное обучение</b></p> <p>Тема 7.1. Представления Н.А.Бернштейна о двигательном научении.</p> <p>Тема 7.2. Стадии формирования двигательного навыка (ознакомление, умение, навык)</p>	2		4	27		
<b>Итого часов за 2 сем: 144</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>111</b>	<b>9</b>	
<b>Итого 216 часов</b>		<b>12</b>	<b>35</b>	<b>159</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

### Заочная форма обучения

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Конного Занятия	Прекского Занятия	Самостоятельн	Контроль	
<p><b>Раздел 1. Строение системы управления движениями. Регуляция двигательных единиц.</b></p> <p>Тема 1.1. Общее строение системы управления движениями.</p> <p>Тема 1.2. Виды, строение и функции двигательных единиц и проприорецепторов</p> <p>Тема 1.3. Регуляция сокращения двигательных</p>	2	2	2	44		

единиц						
<b>Раздел 2. Регуляция движений на уровне спинного мозга</b> Тема 2.1. Спинальные рефлексы (стретч-рефлекс, сухожильный рефлекс, сгибательный рефлекс,) Тема 2.2. Регуляция тонуса мышц Тема 2.3. Поза. Постуральные рефлексы (выпрямительный опорный рефлекс, шейно-тонический рефлекс) Тема 2.4. Локомоции. Центральный генератор паттернов локомоций	2	2	2	44		
<b>Раздел 3. Высшие мотонейроны коры и ствола мозга в регуляции движений.</b> Тема 3.1. Функциональная организация первичной моторной и премоторной коры Тема 3.2. Кортикоспинальный и кортикобульбарный тракты Тема 3.3. Роль высших мотонейроны ствола мозга в равновесии тела, управлении позой, инициации локомоций Тема 3.4. Вестибулярные ядра ствола и регуляция движений. Вестибулоспинальный тракт. Тема 3.5. Ретикулярные ядра ствола и регуляция движений. Тема 3.6. Механизмы прямой и обратной связи в управлении позой. Тема 3.7. Мезэнцефальный локомоторная область Тема 3.8. Двигательные функции верхнего двухолмия Тема 3.9. Двигательные нарушения при повреждении нисходящих моторных путей	2		2	46		
<b>Итого часов: 144</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>134</b>		
<b>Раздел 4. Базальные ганглии и регуляция движений</b> Тема 4.1. Функциональная организация базальных ганглиев. Тема 4.2. Роль базальных ганглиев в выполнении сложных двигательных программ. Контур скорлупы Тема 4.3. Роль базальных ганглиев в когнитивном контроле двигательных актов. Контур хвостатого ядра Тема 4.4. Роль базальных ганглиев в изменении временных и масштабных характеристик движений Тема 4.5. Базальные ганглии и динамические стереотипы (привычки) Тема 4.6. Двигательные нарушения при поражении базальных ганглиев	3	2	2	12		
<b>Раздел 5. Мозжечок и регуляция движений</b> Тема 5.1. Функциональная организация мозжечка Тема 5.2. Нейрональные входящие и выходящие пути мозжечка	3		2	12		

<p>Тема 5.3. Вестибулоцеребеллум. Участие вестибулоцеребеллума с мозговым стволом и спинным мозгом в регуляции равновесия и позных движений</p> <p>Тема 5.4. Спиноцеребеллум. Регуляция движений дистальных частей конечностей по принципу обратной связи посредством промежуточной коры мозжечка и вставочного ядра</p> <p>Тема 5.5. Цереброцеребеллум. Участие больших латеральных зон полушарий мозжечка в планировании, последовательности и хронометраже сложных движений</p> <p>Тема 5.6. Двигательные нарушения при поражениях мозжечка</p> <p>Тема 5.7. Интеграция разных отделов общей системы регуляции движений. Особенности регуляции движений при адаптации к физическим нагрузкам.</p>						
<p><b>Раздел 6. Регуляция постурального равновесия и ориентации</b></p> <p>Тема 6.1. Понятия: вертикальная поза, равновесие, ориентация, общий центр массы и общий центр давления, колебания тела.</p> <p>Тема 6.2. Общее строение системы регуляции постурального равновесия. Механизмы регуляции позы в покое.</p> <p>Тема 6.3. Автоматические постуральные реакции на возмущения равновесия (стратегия лодыжки, бедра, шага)</p> <p>Тема 6.4. Упреждающие коррекции позы</p> <p>Тема 6.5. Роль соматосенсорной, вестибулярной и зрительной информации при регуляции позы</p> <p>Тема 6.6. Внутренняя схема тела в системе регуляции позы.</p> <p>Тема 6.7. Роль ствола мозга, мозжечка и коры головного мозга в интеграции сенсорных сигналов при регуляции позы</p> <p>Тема 6.8. Стабилография как метод оценки постуральной способности.</p> <p>Тема 6.9. Особенности постуральной регуляции при адаптации к физическим нагрузкам.</p>	3		4	12		
<p><b>Раздел 7. Двигательное обучение</b></p> <p>Тема 7.1. Представления Н.А.Бернштейна о двигательном научении.</p> <p>Тема 7.2. Стадии формирования двигательного навыка (ознакомление, умение, навык)</p>	3		2	15		
<p><b>Итого часов: 108</b></p>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>51</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<p><b>Итого 216 часов</b></p>		<b>6</b>	<b>16</b>	<b>185</b>		

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля

**успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Физиологические механизмы управления движением»

**Примерный перечень вопросов к экзамену для студентов очной и заочной формы обучения.**

1. Опишите общее строение системы управления движениями. Роль основных отделов системы регуляции движений.
2. Раскройте строение и функции мышц, мышечных волокон, мотонейронов, двигательных единиц. Виды двигательных единиц.
3. Опишите виды, строение и функции проприорецепторов: мышечных веретен и сухожильных рецепторов.
4. Основные механизмы регуляция сокращения двигательных единиц
5. Механизмы и значение стретч-рефлекса, сухожильного рефлекса, сгибательного рефлекса.
6. Тонуса мышц и его регуляция
7. Механизмы постуральных рефлексов: выпрямительный опорный рефлекс, выпрямительный рефлекс спины
8. Роль спинного мозга в осуществлении локомоций. Опишите строение и функции центрального генератора паттернов локомоций.
9. Организация высших мотонейронов первичной моторной и премоторной коры
10. Кортикоспинальный и кортикобульбарный тракты, общее строение и функции.
11. Роль высших мотонейронов ствола мозга в равновесии тела, управлении позой, инициации локомоций
12. Опишите механизмы двигательных нарушений при повреждении нисходящих моторных путей
13. Функциональная организация базальных ганглиев.
14. Роль базальных ганглиев в выполнении сложных двигательных программ. Контур скорлупы
15. Роль базальных ганглиев в когнитивном контроле двигательных актов. Контур хвостатого ядра
16. Роль базальных ганглиев в изменении временных и масштабных характеристик движений
17. Базальные ганглии и динамические стереотипы (привычки)
18. Опишите механизмы двигательных нарушений при поражении базальных ганглиев



19. Функциональная организация мозжечка
20. Нейрональные входящие и выходящие пути мозжечка
21. Вестибулоцеребеллум. Участие вестибулоцеребеллума с мозговым стволом и спинным мозгом в регуляции равновесия и позных движений
22. Спиноцеребеллум. Регуляция движений дистальных частей конечностей по принципу обратной связи посредством промежуточной коры мозжечка и вставочного ядра
23. Цереброцеребеллум. Участие больших латеральных зон полушарий мозжечка в планировании, последовательности и хронометраже сложных движений
24. Опишите механизмы двигательных нарушений при поражениях мозжечка
25. Особенности регуляции движений при адаптации к физическим нагрузкам.
26. Раскройте понятия: вертикальная поза, равновесие, ориентация, общий центр массы и общий центр давления, колебания тела.
27. Общее строение системы регуляции постурального равновесия. Механизмы регуляции позы в покое.
28. Автоматические постуральные реакции на возмущения равновесия (стратегия лодыжки, бедра, шага)
29. Упреждающие коррекции позы
30. Роль соматосенсорной, вестибулярной и зрительной информации при регуляции позы
31. Внутренняя схема тела в системе регуляции позы.
32. Сенсорная интеграция при регуляции позы
33. Стабилография как метод оценки постуральной способности.
34. Особенности постуральной регуляции при адаптации к физическим нагрузкам.
35. Представления Н.А.Бернштейна о двигательном научении.
36. Стадии формирования двигательного навыка (ознакомление, умение, навык)

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) основная литература:**

1. Беляев, Ф.П. Нейрофизиологические основы управления движениями : Метод. разраб. для студентов РГУФКа: Рек. эксперт.-метод. советом РГУФКа / Беляев Ф.П., Белицкая Л.А., Тхоревский В.И.; РГУФК. - М., 2004. - 35 с..
2. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.

### **б) дополнительная литература:**

1. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учеб. для вузов физ. культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Олимпия Пресс, 2005. - 527 с.: ил.

2. Гурфинкель, В.С. Регуляция позы человека / Гурфинкель В.С., Коц Я.М., Шик М.Л. - М.: Наука, 1965. - 255 с.: ил.
3. Latash, M.L. Classics in movement science / Latash Mark L., Zatsiorsky Vladimir M.; The Pennsylvania St. Univ. - [Champaign]: Human Kinetics, [2001]. - 451 p.: il.
4. Батуев, А.С. Мозг и организация движений : Концептуал. модели / Батуев А.С., Таиров О.П. - Л.: Наука, 1978. - 139 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке.

<http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

<http://www.edu.ru> – Российское образование – Федеральный портал

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

<http://www.krugosvet.ru> - сетевая энциклопедия «Кругосвет»

<http://ru.wikipedia.org> - сетевая энциклопедия «Википедия»

<http://lib.sportedu.ru/links.html>

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопнт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Освоение дисциплины предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.
2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**По дисциплине «Физиологические механизмы управления движением» для Института научно-педагогического образования 1 курса на очной форме обучения и 1 - 2 курса на заочной форме обучения, направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура», профиль «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам» очной формы обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины «Физиологические механизмы управления движением»: 1 и 2 семестр на очной формы обучения и 2,3 семестр на заочной форме обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

**Очная форма**

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат по разделу «Строение системы управления движениями. Регуляция двигательных единиц»	1 семестр	10
2	Контрольная работа разделу «Регуляция движений на уровне спинного мозга»	1 семестр	15
3	Рукописный реферат по разделу «Высшие мотонейроны коры и ствола мозга в регуляции движений»	1 семестр	10
4	Контрольная работа разделу «Базальные ганглии и регуляция движений»	2 семестр	10
5	Рукописный реферат по разделу «Мозжечок и регуляция движений»	2 семестр	10
6	Контрольная работа разделу «Регуляция постурального равновесия и ориентации»	2 семестр	15
7	Рукописный реферат по разделу «Двигательное обучение»	2 семестр	20
8	Конспект по пропущенной лекции	2 семестр	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат «Строение системы управления движениями»	1 семестр	10
2	Рукописный реферат по разделу «Регуляция сокращения двигательных	1 семестр	10

	единиц»		
3	Рукописный реферат по разделу «Базальные ганглии и регуляция движений»	2 семестр	10
4	Рукописный реферат по разделу «Функциональная организация мозжечка. Роль мозжечка в управлении движениями»	2 семестр	10
5	Конспект лекций по пропущенной теме	в течение учебного года	10
6	Подготовка реферата по проблеме адаптации системы регуляции движений в спорте	2 семестр	10

### Зачная форма

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат по разделу «Строение системы управления движениями. Регуляция двигательных единиц»	1 семестр	10
2	Контрольная работа разделу «Регуляция движений на уровне спинного мозга»	1 семестр	15
3	Рукописный реферат по разделу «Высшие мотонейроны коры и ствола мозга в регуляции движений»	1 семестр	10
4	Контрольная работа разделу «Базальные ганглии и регуляция движений»	2 семестр	10
5	Рукописный реферат по разделу «Мозжечок и регуляция движений»	2 семестр	10
6	Контрольная работа разделу «Регуляция постурального равновесия и ориентации»	2 семестр	15
7	Рукописный реферат по разделу «Двигательное обучение»	2 семестр	20
8	Конспект по пропущенной лекции	2 семестр	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат «Строение системы управления движениями»	1 семестр	10
2	Рукописный реферат по разделу «Регуляция сокращения двигательных единиц»	1 семестр	10
3	Рукописный реферат по разделу «Базальные ганглии и регуляция движений»	2 семестр	10
4	Рукописный реферат по разделу «Функциональная организация мозжечка. Роль мозжечка в управлении движениями»	2 семестр	10
5	Конспект лекций по пропущенной теме	в течение учебного года	10
6	Подготовка реферата по проблеме адаптации системы регуляции движений в спорте	2 семестр	10

--	--	--

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка рефератов с краткими научными сообщениями по актуальным проблемам физиологии регуляции движения, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов, а также выполнение письменных контрольных работ по разделам дисциплины.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиология**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.03 Физиологические механизмы управления движением»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

**1.Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 6 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины:** 1 и 2 семестр на очной форме обучения, 2,3 семестры на заочной форме обучения.

**3.Цель освоения дисциплины «Физиологические механизмы управления движением»:** ознакомить магистрантов с современными научно-теоретическими и экспериментально-исследовательскими данными о системе управления движениями и двигательного научения, методами экспериментального изучения двигательной активности, и типичных формах двигательных нарушений, что позволит магистрантам использовать полученные знания в спортивно-практической и научно-исследовательской деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиология развития человека»:**

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

ПК-2 - Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта

**5.Краткое содержание дисциплины**

**Очная форма обучения**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Раздел 1. Строение системы управления движениями. Регуляция двигательных единиц.</b> Тема 1.1. Общее строение системы управления движениями. Тема 1.2. Виды, строение и функции двигательных единиц и проприорецепторов Тема 1.3. Регуляция сокращения двигательных единиц	1	2	4	16		
<b>Раздел 2. Регуляция движений на уровне</b>	1	2	6	16		



<p><b>спинного мозга</b></p> <p>Тема 2.1. Спинальные рефлексы (стретч-рефлекс, сухожильный рефлекс, сгибательный рефлекс,)</p> <p>Тема 2.2. Регуляция тонуса мышц</p> <p>Тема 2.3. Поза. Постуральные рефлексы (выпрямительный опорный рефлекс, шейно-тонический рефлекс)</p> <p>Тема 2.4. Локомоции. Центральный генератор паттернов локомоций</p>						
<p><b>Раздел 3. Высшие мотонейроны коры и ствола мозга в регуляции движений.</b></p> <p>Тема 3.1. Функциональная организация первичной моторной и премоторной коры</p> <p>Тема 3.2. Кортикоспинальный и кортикобульбарный тракты</p> <p>Тема 3.3. Роль высших мотонейроны ствола мозга в равновесии тела, управлении позой, инициации локомоций</p> <p>Тема 3.4. Вестибулярные ядра ствола и регуляция движений. Вестибулоспинальный тракт.</p> <p>Тема 3.5. Ретикулярные ядра ствола и регуляция движений.</p> <p>Тема 3.6. Механизмы прямой и обратной связи в управлении позой.</p> <p>Тема 3.7. Мезэнцефальный локомоторная область</p> <p>Тема 3.8. Двигательные функции верхнего двухолмия</p> <p>Тема 3.9. Двигательные нарушения при повреждении нисходящих моторных путей</p>	1	4	6	16		
<p><b>Итого часов за 1 сем: 72</b></p>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>48</b>		
<p><b>Раздел 4. Базальные ганглии и регуляция движений</b></p> <p>Тема 4.1. Функциональная организация базальных ганглиев.</p> <p>Тема 4.2. Роль базальных ганглиев в выполнении сложных двигательных программ. Контур скорлупы</p> <p>Тема 4.3. Роль базальных ганглиев в когнитивном контроле двигательных актов. Контур хвостатого ядра</p> <p>Тема 4.4. Роль базальных ганглиев в изменении временных и масштабных характеристик движений</p> <p>Тема 4.5. Базальные ганглии и динамические стереотипы (привычки)</p> <p>Тема 4.6. Двигательные нарушения при поражении базальных ганглиев</p>	2	2	4	28		
<p><b>Раздел 5. Мозжечок и регуляция движений</b></p>	2	2	6	28		

<p>Тема 5.1. Функциональная организация мозжечка</p> <p>Тема 5.2. Нейрональные входящие и выходящие пути мозжечка</p> <p>Тема 5.3. Вестибулоцеребеллум. Участие вестибулоцеребеллума с мозговым стволом и спинным мозгом в регуляции равновесия и позных движений</p> <p>Тема 5.4. Спиноцеребеллум. Регуляция движений дистальных частей конечностей по принципу обратной связи посредством промежуточной коры мозжечка и вставочного ядра</p> <p>Тема 5.5. Цереброцеребеллум. Участие больших латеральных зон полушарий мозжечка в планировании, последовательности и хронометраже сложных движений</p> <p>Тема 5.6. Двигательные нарушения при поражениях мозжечка</p> <p>Тема 5.7. Интеграция разных отделов общей системы регуляции движений.</p>					
<p><b>Раздел 6. Регуляция постурального равновесия и ориентации</b></p> <p>Тема 6.1. Понятия: вертикальная поза, равновесие, ориентация, общий центр массы и общий центр давления, колебания тела.</p> <p>Тема 6.2. Общее строение системы регуляции постурального равновесия. Механизмы регуляции позы в покое.</p> <p>Тема 6.3. Автоматические постуральные реакции на возмущения равновесия (стратегия лодыжки, бедра, шага)</p> <p>Тема 6.4. Упреждающие коррекции позы</p> <p>Тема 6.5. Роль соматосенсорной, вестибулярной и зрительной информации при регуляции позы</p> <p>Тема 6.6. Внутренняя схема тела в системе регуляции позы.</p> <p>Тема 6.7. Роль ствола мозга, мозжечка и коры головного мозга в интеграции сенсорных сигналов при регуляции позы</p> <p>Тема 6.8. Стабилография как метод оценки постуральной способности.</p> <p>Тема 6.9. Особенности постуральной регуляции при адаптации к физическим нагрузкам.</p>	2		6	28	
<p><b>Раздел 7. Двигательное обучение</b></p> <p>Тема 7.1. Представления Н.А.Бернштейна о двигательном научении.</p> <p>Тема 7.2. Стадии формирования</p>	2		4	27	

двигательного навыка (ознакомление, умение, навык)						
<b>Итого часов за 2 сем: 144</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>111</b>	<b>9</b>	
<b>Итого 216 часов</b>		<b>12</b>	<b>36</b>	<b>159</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

### Заочная форма обучения

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучаясь в соотв-и с учеб-м пл-м				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Конного Занятия	Взрослого Занятия	Самостоятельная	Контроль	
<b>Раздел 1. Строение системы управления движениями. Регуляция двигательных единиц.</b> Тема 1.1. Общее строение системы управления движениями. Тема 1.2. Виды, строение и функции двигательных единиц и проприорецепторов Тема 1.3. Регуляция сокращения двигательных единиц	2	2	2	44		
<b>Раздел 2. Регуляция движений на уровне спинного мозга</b> Тема 2.1. Спинальные рефлексы (стретч-рефлекс, сухожильный рефлекс, сгибательный рефлекс.) Тема 2.2. Регуляция тонуса мышц Тема 2.3. Поза. Постуральные рефлексы (выпрямительный опорный рефлекс, шейно-тонический рефлекс) Тема 2.4. Локомоции. Центральный генератор паттернов локомоций	2	2	2	44		
<b>Раздел 3. Высшие мотонейроны коры и ствола мозга в регуляции движений.</b> Тема 3.1. Функциональная организация первичной моторной и премоторной коры Тема 3.2. Кортикоспинальный и кортикобульбарный тракты Тема 3.3. Роль высших мотонейроны ствола мозга в равновесии тела, управлении позой, инициации локомоций Тема 3.4. Вестибулярные ядра ствола и регуляция движений. Вестибулоспинальный тракт. Тема 3.5. Ретикулярные ядра ствола и регуляция движений. Тема 3.6. Механизмы прямой и обратной связи в	2		2	46		

управлении позой. Тема 3.7. Мезэнцефальный локомоторная область Тема 3.8. Двигательные функции верхнего двухолмия Тема 3.9. Двигательные нарушения при повреждении нисходящих моторных путей						
<b>Итого часов: 144</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>134</b>		
<b>Раздел 4. Базальные ганглии и регуляция движений</b> Тема 4.1. Функциональная организация базальных ганглиев. Тема 4.2. Роль базальных ганглиев в выполнении сложных двигательных программ. Контур скорлупы Тема 4.3. Роль базальных ганглиев в когнитивном контроле двигательных актов. Контур хвостатого ядра Тема 4.4. Роль базальных ганглиев в изменении временных и масштабных характеристик движений Тема 4.5. Базальные ганглии и динамические стереотипы (привычки) Тема 4.6. Двигательные нарушения при поражении базальных ганглиев	3	2	2	12		
<b>Раздел 5. Мозжечок и регуляция движений</b> Тема 5.1. Функциональная организация мозжечка Тема 5.2. Нейрональные входящие и выходящие пути мозжечка Тема 5.3. Вестибулоцеребеллум. Участие вестибулоцеребеллума с мозговым стволом и спинным мозгом в регуляции равновесия и позных движений Тема 5.4. Спиноцеребеллум. Регуляция движений дистальных частей конечностей по принципу обратной связи посредством промежуточной коры мозжечка и вставочного ядра Тема 5.5. Цереброцеребеллум. Участие больших латеральных зон полушарий мозжечка в планировании, последовательности и хронометраже сложных движений Тема 5.6. Двигательные нарушения при поражениях мозжечка Тема 5.7. Интеграция разных отделов общей системы регуляции движений. Особенности регуляции движений при адаптации к физическим нагрузкам.	3		2	12		
<b>Раздел 6. Регуляция постурального равновесия и ориентации</b> Тема 6.1. Понятия: вертикальная поза, равновесие, ориентация, общий центр массы и общий центр давления, колебания тела. Тема 6.2. Общее строение системы регуляции постурального равновесия. Механизмы регуляции позы в покое.	3		4	12		

<p>Тема 6.3. Автоматические постуральные реакции на возмущения равновесия (стратегия лодыжки, бедра, шага)</p> <p>Тема 6.4. Упреждающие коррекции позы</p> <p>Тема 6.5. Роль соматосенсорной, вестибулярной и зрительной информации при регуляции позы</p> <p>Тема 6.6. Внутренняя схема тела в системе регуляции позы.</p> <p>Тема 6.7. Роль ствола мозга, мозжечка и коры головного мозга в интеграции сенсорных сигналов при регуляции позы</p> <p>Тема 6.8. Стабилография как метод оценки постуральной способности.</p> <p>Тема 6.9. Особенности постуральной регуляции при адаптации к физическим нагрузкам.</p>						
<p><b>Раздел 7. Двигательное обучение</b></p> <p>Тема 7.1. Представления Н.А.Бернштейна о двигательном научении.</p> <p>Тема 7.2. Стадии формирования двигательного навыка (ознакомление, умение, навык)</p>	3		2	15		
<b>Итого часов: 108</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>51</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого 216 часов</b>		<b>6</b>	<b>16</b>	<b>185</b>	<b>9</b>	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра Спортивная медицина**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.04. Медицинские аспекты занятий физической культурой  
и спортом»**

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры  
Спортивной медицины  
Протокол № 3 от «18» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Спортивной медицины  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Беличенко Олег Игоревич – доктор медицинских наук, профессор,  
профессор кафедры Спортивной медицины РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

**Целями освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.04. Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом» - Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура - являются:** обучение магистрантов современным представлениям о влиянии систематических занятий физической культурой на лиц различного возраста (молодого, среднего и пожилого в соответствии с пониманием проблем возрастного развития организма человека, становлением важнейших физиологических систем ); о факторах риска развития заболеваний, возникновения признаков преждевременного старения и сокращения продолжительности жизни с учетом противопоказаний к занятиям физической культурой для взрослого населения; о заболеваниях спортсменов (в том числе и о понятии «Внезапная смерть в спорте») и о методах реабилитации и восстановительного лечения, а также и об антидопинговом контроле в спорте.

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- 1). Обучение методам врачебного контроля за лицами различного возраста (молодого, среднего и пожилого) занимающимися физической культурой и спортом в соответствии с современными концепциями физиологии развития и возрастной физиологии и методологией исследования физиологических механизмов, определяющих возрастные преобразования физической работоспособности;
- 2). Медико-биологические аспекты детско-юношеского спорта (в том числе и отработка практических навыков тестирования мышечной работоспособности детей и подростков с применением различных современных средств и методов тестирования);



3). Особенности врачебного контроля (в том числе и самоконтроля) за женщинами, занимающимися физической культурой;

4). Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом» относится к вариативной части Блока 1. Дисциплины (модули) Б1.В.04. учебного плана для 2021 года набора.

Знание основ дисциплины (модуля) **«Б1.В.04. Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом»** позволит магистрантам получить более глубокие знания и полноценно применять их в своей профессиональной деятельности. Дисциплина предполагает получение магистрантами как теоретических, так и практических знаний. Для лучшего освоения дисциплины (модуля) необходимо обладать знаниями по спортивной медицине (включая функциональную диагностику, фармакологию спорта и спортивное питание, восстановительные средства и реабилитацию в спорте, анатомии, физиологии (в том числе и возрастную физиологию), по адаптации организма человека к двигательной деятельности и др. Все это исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к практической и научной деятельности в современных условиях. Дисциплина «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом» на последующих этапах обучения помогает освоению таких дисциплин и модулей, как «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте», «Логика научного исследования», «Технология и методика эмпирического исследования» и др., а также с «Научно-педагогической практикой, «Преддипломная практика»,

«Профессионально-ориентированная практика» и «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ПК-2	<b>Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</b>	3, 4	4, 5
ПК-2.1.	Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта	3, 4	4 5
ПК-2.2.	Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3, 4	4, 5
ПК-2.3.	Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта	3, 4	4 5
ПК-2.4.	Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта	3, 4	4, 5
ПК-	Владеет технологией, планированием,	3, 4	4 5

2.5.	организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта		
------	---	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, задачи, составные части курса.	3	2		7		
2	Врачебный контроль за взрослыми людьми, занимающимися физической культурой	3					
	2.1. Влияние систематических занятий физической культурой на лиц различного возраста	3		4	21		

	(молодого, среднего и пожилого).						
	2.2. Факторы риска развития заболеваний, возникновения признаков преждевременного старения и сокращения продолжительности жизни.	3		4	21		
	2.3.Противопоказания к занятиям физической культурой для взрослого населения.	3		4	14		
	2.4. Особенности врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой.	3		4	22		
	2.5.Медицинский самоконтроль при занятиях физической культурой	3		2	14		
3	Врачебный контроль за женщинами, занимающимися физической культурой.	3		4	21		
	<b>Всего 3 семестр</b>		2	22	120		<b>Зачет</b>
4	Медико-биологические аспекты детско-юношеского спорта	4		6	11		
5	.Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора.	4		2	4		
6	Заболевания спортсменов	4	2	2	8		
7	Медицинские	4		6	8		

	средства восстановления						
8	Антидопинговый контроль в спорте	4	2	2	10		
	<b>Всего 4 семестр</b>		4	18	41	9	Экзамен
	<b>Итого часов:</b>		6	40	161	9	Экзамен

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, задачи. составные части курса.	4	2		4		
2	Врачебный контроль за взрослыми людьми, занимающимися физической культурой	4		2	10		
	2.1. Влияние систематических занятий физической культурой на лиц различного возраста (молодого, среднего	4			8		

	и пожилого).						
	2.2. Факторы риска развития заболеваний, возникновения признаков преждевременного старения и сокращения продолжительности жизни.	4		2	10		
	2.3. Противопоказания к занятиям физической культурой для взрослого населения.	4			8		
	2.4. Особенности врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой.	4			8		
	2.5. Медицинский самоконтроль при занятиях физической культурой	4			8		
3	Врачебный контроль за женщинами, занимающимися физической культурой.	4		2	8		
	<b>Всего 4 семестр</b>		2	6	64		
4	Медико-биологические аспекты детско-юношеского спорта	5	2	2	24		
5	.Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора.	5		2	22		
6	Заболевания спортсменов	5	2	6	30		
7	Медицинские средства	5	2	4	22		

	восстановления						
8	Антидопинговый контроль в спорте	5	2	2	22		
	<b>Всего 5 семестр</b>		8	16	120		Экзамен
<b>Итого часов:</b>			10	22	184		Экзамен

**I. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

**Вопросы для зачета**

1. В чем причина относительности понятий «здоровье» и «норма»?
2. Каковы основы организации медицинской помощи при проведении спортивные соревнования?
3. Что является целью проведения врачебного контроля?
4. Каковы задачи при проведении врачебного контроля?
5. Какие существуют формы врачебного контроля?
6. Как часто проводятся различные формы обследования?
7. Какие имеются группы здоровья?
8. Какова цель проведения врачебно-педагогических наблюдений?
9. Какие имеются задачи при проведении врачебно-педагогических наблюдений?
10. Какие существуют формы проведения и как они организованы?
11. Какова основная цель врачебных обследований?
12. Каковы особенности медицинского наблюдения за состоянием здоровья спортсменов с различными отклонениями в состоянии здоровья?
13. В чем различие понятий телосложение и конституция?

14. Каковы особенности физического развития и телосложения спортсменов (на примере избранной специализации).
15. Что такое «факторы риска»?
16. Какие факторы увеличивают риск заболеваний спортсменов?
17. Что такое управляемые и неуправляемые факторы риска?
18. Какие изменения происходят в организме в процессе старения?
19. В чем состоят особенности определения функционального состояния у лиц пожилого возраста?
20. Каковы особенности проведения занятий физической культурой у лиц пожилого возраста?
21. Какие существуют факторы сокращения продолжительности жизни?
22. Как влияет гиподинамия на преждевременное старение организма?
23. Какие Вы знаете вредные привычки, сокращающие продолжительность жизни?
24. К каким осложнениям приводит ожирение?
25. В чем различие между психической и физической зависимостью при употреблении наркотиков?
26. Каково влияние очагов хронической инфекции на заболеваемость спортсменов?
27. Каково влияние нарушений питания на развитие заболеваний у спортсменов?
28. Назвать факторы риска развития острого и хронического перенапряжения?
29. Перечислить факторы риска спортивных травм и перенапряжения опорно-двигательного аппарата.
30. Какие имеются противопоказания к занятиям физической культурой и спортом?
31. Назвать перечень абсолютных противопоказаний для занятий спортом
32. Назвать перечень относительных противопоказаний для занятий спортом
33. Что такое самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом?
34. Что относится к субъективным показателям самоконтроля?
35. Какие существуют объективные показатели самоконтроля?
36. Что следует учитывать при оценки показателей самоконтроля?
37. В чем заключаются особенности телосложения, функциональных возможностей, половой системы женщин, занимающихся спортом?
38. Что такое предменструальный синдром?



39. Менструальные дисфункции у спортсменок с физическим перенапряжением.
40. Что означает термин «триада женщин-спортсменок»?
41. Как проводится контроль на половую принадлежность?
42. Каковы особенности методики занятий с женщинами и людьми пожилого возраста?

### **Вопросы для экзамена**

1. Какая периодизация детского возраста применяется в спортивно-педагогической практике?
2. Каковы критерии определения биологического возраста ребенка?
3. Каковы возрастные нормы начала занятий для занятий физической культурой и спортом?
4. Какие методы исследования состояния здоровья применительны к юным спортсменам?
5. Какие методы оценки состояния здоровья юных спортсменов вы знаете?
6. Назовите основные сенситивные периоды развития ребенка.
7. Что относится к задачам медицинского отбора при занятиях физической культурой и спортом?
8. На основании каких критериев определяется допуск к занятиям спортом?
9. Каковы критерии спортивной ориентации и отбора?
10. Какие методы оценки физической работоспособности применяются в практике спортивной медицины?
11. Какие основные причины развития состояний переутомления, перетренированности и перенапряжения у спортсменов?
12. Какое влияние оказывают различные виды спорта на функциональное состояние вестибулярного аппарата?
13. Имеются ли противопоказания к занятиям спортом со стороны органов зрения?
14. Какие наиболее часто встречающиеся заболевания периферической нервной системы у спортсменов? Их краткая характеристика. Заболевания системы органов дыхания и занятия спортом – какова ситуация?

15. Какие показатели функционального состояния органов внешнего дыхания вы знаете? В чем суть бронхиальной астмы физического напряжения у спортсменов?
16. Что значит структурно-функциональная перестройка сердечно-сосудистой системы при адаптации к физическим нагрузкам?
17. Что такое «спортивное сердце»?
18. Что такое пролапс митрального клапана?
19. Что такое миокардиодистрофии?
20. Что вы знаете о миокардитах?
21. Имеются ли изменения в состоянии пищеварительной системы у спортсменов? Заболевания органов пищеварения, ассоциированные и неассоциированные со спортом?
22. Что означает понятие «рефлюкс-эзофагит»? Каков механизм его развития?
23. В чем особенности функционального состояния эндокринной системы у спортсменов?
24. Каковы возможности занятиями спортом при заболеваниях эндокринной системы? Заболевания мочевыделительной системы, ассоциированные и неассоциированные со спортом.
25. Врожденные аномалии мочевыделительной системы и занятия спортом – как быть?
26. Возможны ли изменения в состоянии мочевыделительной системы у спортсменов?
27. Что такое функциональная нефропатия?
28. Что такое «маршевая гемоглобинурия»?
29. Каковы причины печеночно-болевого синдрома у спортсменов?
30. Какие существуют теории механизма развития печеночно-болевого синдрома?
31. Что означает понятие «Острый живот»?
32. Что вы знаете о структуре и функциях аппарата кровообращения у спортсменов?
33. В чем заключаются функции кроветворной системы у спортсменов в зависимости от периода тренировочного цикла?
34. Какие заболевания у спортсменов относятся к инфекционным?
35. Инфекционные заболевания и занятия спортом – какова ситуация?
36. Дайте определение «внезапной смерти при занятиях спортом».
37. Что Вы знаете о заболеваниях, являющиеся наиболее частой причиной внезапной смерти при занятиях спортом.

38. Назвать методы восстановительного лечения спортсменов.
39. В чем отличие долгосрочных и краткосрочных методов восстановления спортсменов?
40. Каковы принципы водолечения в реабилитации и восстановлении спортсменов?
41. В чем заключается роль физических методов в восстановлении спортсменов?
42. Опишите основные физиотерапевтические средства и методы восстановления спортсменов.
43. Какие противопоказания имеются к использованию физиотерапевтических методов лечения у спортсменов?
44. Какова роль фармакологического обеспечения в подготовке спортсменов?
45. Опишите основные группы лекарственных средств, действие которых способствует ускорению процессов адаптации, восстановления и повышения работоспособности у спортсменов.
46. Опишите принципы рационального питания спортсменов в соотношении углеводов, жиров и белков в рационе.
47. Что представляет из себя комплексная реабилитация в различных видах спорта?
48. Какие вещества и лекарственные препараты относятся к допингам?
49. Что из себя представляет процедура допинг-контроля?
50. Какое место и роль занимает допинг-контроль в спорте?
51. К чему приводит употребление допинга в спорте?  
Какие санкции применяются к спортсменам, употребившим «допинг»?

## **II. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **A) Основная литература:**

1. Ачкасов Е.Е. [и др.]. Врачебный контроль в физической культуре: учеб. Пособие. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. – 128 с.
2. Восстановление в спорте : учеб.-метод. пособие для студентов по направлению 49.03.01:[Рек-но ЭМС Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»] / А.В.

- Смоленский, А.В. Тарасов, С.Ю. Золичева [и др.]. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015. – 76 с.: табл.
3. Золичева [и др.]. «Врачебный контроль: Учебное пособие для студентов по специальности 49.02.01 «Физическая культура». Рек-но ЭМС Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса РГУФКСМиТ /Золичева С.Ю., Беличенко О. И., Тарасов А. В., Смоленский А. В. – М., ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2019.–102 с.,
  4. Основы антидопингового обеспечения в спорте: Учебное пособие для обучающихся РГУФКСМиТ по направлениям подготовки 49.03.01 «Физическая культура» 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью» «49.03.02 «Физическая Культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)». Рек-но ЭМС Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса РГУФКСМиТ ./ О.И.Беличенко, А. В.Тарасов., А.Б.Мирошников, С.Ю.Золичева. М.: РГУФКСМиТ, 2019.–124 с.
  5. Смоленский А.В. «Заболевания спортсменов». Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура» (квалификация «Бакалавр»). Рек-но ЭМС Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса РГУФКСМиТ ./ А.В. Смоленский, А. В.Тарасов, О.И.Беличенко, С.Ю.Золичева – М., издательство «Спорт», 2020, 216 с. С.
  6. Спортивная медицина: учебник для студ. Вузов, обучающихся по направл. «Физическая культура». Рек-но ЭМС Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ» / под ред. А.В. Смоленского. – М.: Academia, 2015. – 319 с.: табл.
  7. Смоленский А.В. Фармакологическое и медико-биологическое обеспечение физической культуры и спорта: учеб.-метод. пособ. Для студ. РГУФКСиТ : [реком. ЭМС ИТРРиФ ФГБОУ ВПО

- «РГУФКСМиТ»] / А.В.Смоленский, А.В. Михайлова. – М., 2015. – 150 с.
8. Фармакология спорта и спортивное питание: учебное пособие для студентов РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура». Рек-но ЭМС Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса РГУФКСМиТ./ А.В.Смоленский, С.А.Полиевский, А.В.Тарасов. О.И.Беличенко [ и др.]. – М.: РГУФКСМиТ, 2018. – 288 с.
  9. Физиология физического воспитания и спорта: учебник / В.М. Смирнов [и др.]. – М.: МИА, 2012. – 544 с.

Б) Дополнительная литература:

1. И.С.Барчуков, Г.В.Барчукова: Физиологические показатели тренированности спортсменов: Учебное пособие. М., 2019, из-во «Компания КиоРус», 182 с.
2. Горбачев Д.В. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа: учеб. Пособие. – С.-Пб., 2012. – 349 с.
3. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: учеб. Пособие. Курс лекций и практ. Занятия. – М.: Спорт, Человек, 2018. – 712 с., ил.
4. Захарьева Н.Н. Возрастная физиология спорта: монография. – М., 2016. – 380 с.
5. Журавлева А.И. Врачебно-педагогические наблюдения: [из избр. Тр. Н.Д. Граевской] / А.И. Журавлева, Н.Д. Граевская // Лечеб. Физкультура и спорт. Мед. – 2013. – № 10. – С. 61-65.
6. Кулиненко О.С. [и др.]. Физиотерапия в практике спорта. – М.: Спорт, 2017. – 256 с.

7. Макарова Г.А. Углубленное медицинское обследование спортсменов: нерешенные вопросы и основные направления совершенствования / Г.А. Макарова, Г.В. Верлина, А.В. Братова // Лечеб. Физкультура и спорт. Медицина. – 2014. – № 4. – С. 4-9.
8. Полиевский С.А. Спортивная экология: учебник /С.А. Полиевский – М.ИНФРА-М, 2017. – 254 с. – (Высшее образование: Бакалавриат). – [www.dx.doi.org/10.12737/21022](http://www.dx.doi.org/10.12737/21022).
9. Реабилитация в спорте / составители Т.Д. Полякова, И.В. Усенко // Информационно-аналитический бюллетень по актуальным проблемам физической культуры и спорта. – Вып. № 15. – Минск: БГУФК, 2012. – 335 с.
10. Розенблум К.А. Питание спортсменов / пер. с англ. Киев: Олимпийская литература, 2009. 268 с.
11. Спортивная медицина: нац. Руков. / гл. ред. С.П. Миронов, Б.А. Поляев, Г.А. Макарова ; АСМОК. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 1184 с.
12. Тутельян В. А. Научные основы здорового питания / Тутельян В. А., Разумов А. Н., Вялков А. И. [и др.]. – М.: «Панорама», 2010. – 816 с.

В) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4. Система дистанционного обучения «МООДУС»

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом» для обучающихся института научно-педагогического образования 2 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура направленности (профилю) Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам очная и заочная формы (м) обучения**

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивная медицина.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестры – очная форма обучения, 4, 5 семестры – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачёт – 3 семестр для очной формы обучения, экзамен – 4 семестр для очной формы обучения. Экзамен – 5 семестр для заочной формы обучения.*

### IV. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ Очная форма обучения

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
	<b>3 семестр</b>		
1	Контрольная работа по теме – « <b>Какие имеются группы здоровья?</b> »	2-3	12
2	Контрольная работа по разделу (модулю) по теме « <b>Противопоказания к занятиям по физкультуре и спорту</b> »	4-5	12
3	Написание реферата по теме « <b>Особенности проведения занятий физкультуры у лиц пожилого возраста</b> »	6-7	10
4	Написание реферата по теме « <b>Самоконтроль в массовой физической культуре</b> »	9-10	10
5	Презентация по теме « <b>Основные факторы риска спортивных травм</b> »	15-16	12
6	Презентация по разделу (модулю) – « <b>В чем</b>	16-17	12

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.



	<i>различие между психической и физической зависимостью при употреблении наркотиков»</i>		
7	<i>Посещение занятий</i>	<b>В течение семестра</b>	<b>12</b>
8	<i>Зачет</i>		<b>20</b>
	<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>
	<b>4 семестр</b>		
1	<i>Презентация по теме «К каким осложнениям приводит ожирение?»</i>	<b>24-25</b>	<b>12</b>
2	<i>Контрольная работа по теме «Сахарный диабет и занятия спортом»</i>	<b>26-27</b>	<b>12</b>
3	<i>Написание реферата по теме/модулю «Рациональное питание спортсменов: соотношение углеводов, жиров и белков в рационе»</i>	<b>33-34</b>	<b>12</b>
4	<i>Написание реферата по теме «Применение массажных мазей, разогревающих и лечебных растирок в спортивной и восстановительной практике»</i>	<b>34-35</b>	<b>12</b>
5	<i>Контрольная работа по разделу (модулю) – «Допинг и секс-контроль»</i>	<b>35-36</b>	<b>12</b>
6	<i>Посещение занятий</i>	<b>В течение семестра</b>	<b>10</b>
7	<i>Экзамен</i>		<b>30</b>
	<b>Итого</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по теме пропущенного занятия</i>	
2	<i>Выступление на семинаре по теме пропущенного занятия</i>	
3	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	
4	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	
5	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт научно-педагогического образования

**Кафедра Спортивная медицина**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.04. Медицинские аспекты занятий физической культурой  
и спортом»**

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 216 зачетных единиц.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3, 4 семестры – очная форма обучения, 4, 5 семестры – заочная форма обучения

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):**

**Целями освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.04. Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом» - Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура - являются:** обучение магистрантов современным представлениям о влиянии систематических занятий физической культурой на лиц различного возраста (молодого, среднего и пожилого в соответствии с пониманием проблем возрастного развития организма человека, становлением важнейших физиологических систем); о факторах риска развития заболеваний, возникновения признаков преждевременного старения и сокращения продолжительности жизни с учетом противопоказаний к занятиям физической культурой для взрослого населения; о заболеваниях спортсменов (в том числе и о понятии «Внезапная смерть в спорте») и о методах реабилитации и восстановительного лечения, а также и об антидопинговом контроле в спорте.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------	--	--

компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ПК-2	<b>Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</b>	3, 4	4, 5
ПК-2.1.	Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта	3, 4	4 5
ПК-2.2.	Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3, 4	4, 5
ПК-2.3.	Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта	3, 4	4 5
ПК-2.4.	Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта	3, 4	4, 5
ПК-2.5.	Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта	3, 4	4 5

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, задачи, составные части курса.	3	2		7		
2	Врачебный контроль за взрослыми людьми, занимающимися физической культурой	3					
	2.1. Влияние систематических занятий физической культурой на лиц различного возраста (молодого, среднего и пожилого).	3		4	21		
	2.2. Факторы риска развития заболеваний, возникновения признаков преждевременного старения и сокращения продолжительности жизни.	3		4	21		
	2.3. Противопоказания к занятиям физической культурой для взрослого	3		4	14		

	населения.						
	2.4. Особенности врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>22</b>		
	2.5. Медицинский самоконтроль при занятиях физической культурой	<b>3</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		
<b>3</b>	Врачебный контроль за женщинами, занимающимися физической культурой.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>21</b>		
	<b>Всего 3 семестр</b>		<b>2</b>	<b>22</b>	<b>120</b>		<b>Зачет</b>
<b>4</b>	Медико- биологические аспекты детско- юношеского спорта	<b>4</b>		<b>6</b>	<b>11</b>		
<b>5</b>	.Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора.	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>6</b>	Заболевания спортсменов	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>8</b>		
<b>7</b>	Медицинские средства восстановления	<b>4</b>		<b>6</b>	<b>8</b>		
<b>8</b>	Антидопинговый контроль в спорте	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>10</b>		
	<b>Всего 4 семестр</b>		<b>4</b>	<b>18</b>	<b>41</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Итого часов:</b>		<b>6</b>	<b>40</b>	<b>161</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, задачи, составные части курса.	4	2		4		
2	Врачебный контроль за взрослыми людьми, занимающимися физической культурой	4		2	10		
	2.1. Влияние систематических занятий физической культурой на лиц различного возраста (молодого, среднего и пожилого).	4			8		
	2.2. Факторы риска развития заболеваний, возникновения признаков преждевременного старения и сокращения продолжительности жизни.	4		2	10		
	2.3. Противопоказания к занятиям физической культурой для взрослого	4			8		



	населения.						
	2.4. Особенности врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой.	<b>4</b>			<b>8</b>		
	2.5. Медицинский самоконтроль при занятиях физической культурой	<b>4</b>			<b>8</b>		
3	Врачебный контроль за женщинами, занимающимися физической культурой.	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>8</b>		
	<b>Всего 4 семестр</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		
4	Медико- биологические аспекты детско- юношеского спорта	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>24</b>		
5	.Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора.	<b>5</b>		<b>2</b>	<b>22</b>		
6	Заболевания спортсменов	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>30</b>		
7	Медицинские средства восстановления	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>22</b>		
8	Антидопинговый контроль в спорте	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>22</b>		
	<b>Всего 5 семестр</b>		<b>8</b>	<b>16</b>	<b>120</b>		<b>Экзамен</b>
	<b>Итого часов:</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>184</b>		<b>Экзамен</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.05 Педагогическая физиология спорта»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020г.

Составители:

Мельников Андрей Александрович, доктор биологических наук, профессор,  
и.о. заведующего кафедрой физиологии.

Сонькин Валентин Дмитриевич, доктор биологических наук,  
профессор кафедры физиологии

## **1. Цель освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины «Педагогическая физиология спорта» - сформировать у магистрантов современных представлений о принципах обучения и воспитания в области физической культуры на основе закономерностей физиологии и психофизиологии - для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура"

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

1. Познакомить студентов с современными физиологическими и психофизиологическими концепциями обучения и воспитания в области физической культуры
2. Раскрыть современное понимание основных физиологических механизмов научения двигательным действиям и воспитания физических качеств
3. Сформировать у магистрантов естественно-научное понимание основных методических и дидактических принципов построения тренировочного процесса на основе анализа физиологической сущности мышечной деятельности в ее разнообразных проявлениях

Дисциплина «Педагогическая физиология спорта» реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина Б1.В.05 «Педагогическая физиология спорта» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 программы "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам" для очной и заочной формы обучения.

Дисциплина «Педагогическая физиология спорта» представляет собой комплексную дисциплину, формирующую естественно-научное мировоззрение и основы медико-биологического мышления магистрантов, и призван способствовать повышению их профессиональной компетентности в качестве тренеров по видам спорта и научно-педагогических работников. Изучение данного курса тесно связано с такими ранее изученными дисциплинами как «Физиология», «Спортивная физиология», «Спортивная медицина», «Биохимия», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика», «Теория и методика спортивной тренировки», исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к педагогической и научной деятельности в сфере физической культуры и спорта на современном уровне. В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельности как «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом», «Антропофизиология физического воспитания», «Научно-исследовательская работа», «Преддипломная практика», государственная итоговая аттестация.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	очная форма	очно-заочная форма	очно-заочная
УК-2	<i>Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</i>			
УК-2.1.	Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующее деятельность в области физической культуры и спорта;	3	3	
УК-2.2	Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП	3	3	
УК-2.3.	Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.	3	4	

### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часов.

#### Очная форма обучения

Наименование тем и разделов	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающиеся в соотв-и с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
	Семестр	лекционного	практического	Самостоятельного	
				Контроль	

Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.	3	1	4	16		
Физиологические основы организации двигательной деятельности	3	1	4	30		
Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса	3	-	4	30		
Физиологические основы ментальной и моторной памяти	3	2	4	40		
Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности	3	2	4	30		
Психофизиология физической тренировки	3	2	2	40		
<b>Итого:</b>		<b>216 часов</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	<b>186</b>	Зачет с оценкой

#### Заочная форма обучения – 3 и 4 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающуюся в соответствии с учебным планом (в				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Семестр	Занятия	Занятия	Самостоятельно	
Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.	3	-	2	38		
Физиологические основы организации двигательной деятельности	3	2	2	30		
Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса	3	2	2	30		
<b>Итого 3 семестр</b>		<b>4</b>	<b>6</b>	<b>98</b>		
Физиологические основы ментальной и моторной памяти	4	-	2	34		
Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности	4	2	2	32		
Психофизиология физической тренировки	4	2	4	30		
<b>Итого 4 семестр</b>		<b>4</b>	<b>8</b>	<b>96</b>		
<b>Итого:</b>		<b>216 часов</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>194</b>	Зачет с

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Педагогическая физиология спорта»

**Примерный перечень вопросов к зачету с оценкой (3 семестр) по всей дисциплине для студентов очной формы обучения и к зачету с оценкой 4 семестр) по всей дисциплине для студентов заочной формы обучения.**

1. Физиологическая организация моторной памяти.
2. Физиологическое обоснование способов обучения двигательным действиям.
3. Закономерности освоения сложных по организации двигательных действий.
4. Взаимоотношения между моторной памятью и индивидуальными характеристиками человека.
5. Физиологические механизмы мыслительной деятельности.
6. Структура интеллекта и ее индивидуальные особенности.
7. Тесты на определение интеллекта.
8. Двигательные компоненты познавательной деятельности.
9. Гендерные различия организации и структуры познавательной деятельности.
10. Современные представления о развитии познавательной деятельности у человека.
11. Системная организация процесса восприятия.
12. Функциональная организация внимания и произвольная регуляция деятельности.
13. Произвольная регуляция движений.
14. Организация вербальной деятельности.
15. Внутренняя репрезентация движения.
16. Эгоцентрические и аллоцентрические системы координат.
17. Двигательное намерение (интенция).
18. Процесс инициации движения и его выполнения.
19. Сенсомоторная адаптация.
20. Двигательное научение и его основные стадии. Автоматизмы.

21. Физиологические компоненты реакции организма на освоение новых движений.
22. Факторы утомления: физиологические и психологические.
23. Формы и степень утомления.
24. Физиологические проявления утомления.
25. Психологические проявления утомления.
26. Перетренировка, ее физиологическая и психофизиологическая характеристика.
27. Внешние признаки утомления и классификация.
28. Механизмы утомления: центральные, периферические и системные.
29. Особенности утомления в различных видах спорта.
30. Особенности проявления утомления у людей различного пола и возраста.
31. Психофизическое состояние спортсмена в соревновательный период макроцикла.
32. Признаки предсоревновательного волнения и его объективные показатели.
33. Вегетативные реакции, характерные для человека в условиях умеренного стресса.
34. Влияние мотивации и преднастройки на проявления физических возможностей человека.
35. Методы нормализации функционального состояния в соревновательный период.
36. Экстремальные состояния и экстремальные проявления психофизических возможностей человека.

### **Примерная тематика рефератов**

- Физиология циклических локомоций
- Физиологические принципы обучения циклическим локомоциям
- Режимы тренировочных нагрузок при обучении циклическим локомоциям
- Физиология скоростно-силовых нагрузок
- Физиологические принципы обучения скоростно-силовым действиям
- Режимы тренировочных нагрузок при обучении скоростно-силовым действиям
- Механизмы формирования точности ациклических движений
- Физиология сложно-координированных видов деятельности
- Режимы тренировочных нагрузок при обучении сложно-координированным действиям
- Механизмы формирования синхронных и асинхронных действий
- Внутренняя репрезентация движения
- Моторная память
- Эгоцентрические и аллоцентрические системы координат.



- Процесс инициации движения и его выполнения.
- Сенсомоторная адаптация.
- Двигательное научение и его основные стадии.
- Автоматизмы.
- Физиологические компоненты реакции организма на освоение новых движений.
- Факторы утомления: физиологические и психологические
- Перетренировка, ее физиологическая и психофизиологическая характеристика.
- Механизмы утомления: центральные, периферические и системные.
- Особенности утомления в различных видах спорта
- Особенности проявления утомления у людей различного пола и возраста
- Психофизическое состояние спортсмена в соревновательный период макроцикла.
- Влияние мотивации и преднастройки на проявления физических возможностей человека.
- Методы нормализации функционального состояния в соревновательный период.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) основная литература:

1. Спортивная физиология: Учебник для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / общ. ред. Коц Я.М. - М.: ФиС, 1986. - 240 с.
2. Физиология человека : учеб. для вузов физ. культуры и фак. физ. воспитания пед. вузов / РГАФК; ред. Тхоревский В.И. - М.: ФОН, 2001. - 491 с.: ил.

### б) дополнительная литература:

1. Анохин П.К. Узловые вопросы теории функциональной системы. М.: Психология, 1980. – 260с.
2. Безруких М.М., В.Д.Сонькин, Д.А.Фарбер. Возрастная физиология (физиология развития). Учебное пособие для студентов педагогических и психолого-педагогических ВУЗов. 4-е издание - М.: АКАДЕМИЯ, 2009.
3. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.:Медицина, 1966. 349 С.
4. Волков Н.И. и др. Биохимия мышечной деятельности // - Киев: Олимп. лит., 2000. - 504 с.
5. Зациорский В.М., Алешинский С.Ю., Якунин Н.А. Биомеханические

основы выносливости.- М.,1982.- 207 с.

6. Медведев В.И. Адаптация человека. – СПб.: Институт мозга человека РАН. – 2003. – 584 с.
7. Сонькин В.Д., Тамбовцева Р.В. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе. – М.: Книжный дом ЛИБРОКОМ, 2011. – 368 с.
8. Физиология человека. В 3-х т. / Под ред. Р. Шмидта, Г. Тевса. - 4-е изд., доп. и перераб. - М.: Мир, 2009. - ил.

в) программное Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке.

<http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

<http://www.edu.ru> – Российское образование – Федеральный портал

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

<http://www.krugosvet.ru> - сетевая энциклопедия «Кругосвет»

<http://ru.wikipedia.org> - сетевая энциклопедия «Википедия»

г) современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Освоение дисциплины «Педагогическая физиология спорта» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**По дисциплине «Педагогическая физиология спорта» для обучающихся Института научно-педагогического образования 2 курса, направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура», профиль "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам" очной и заочной формы обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины «Педагогическая физиология спорта» 3 семестр очной формы обучения, 3 и 4 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации:

- для очной формы обучения – *дифференцированный зачет (3 семестр)*
- для заочной формы обучения – *дифференцированный зачет (4 семестр)*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

3 семестр очной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Коллоквиум по Разделу I. Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.	25 неделя	10
2	Подготовка устного доклада по Разделу II. Физиологические основы обучения двигательным действиям	27 неделя	10
3	Коллоквиум по Разделу III. Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса	29 неделя	15
4	Выступление на семинаре Физиологические основы ментальной и моторной памяти	31 неделя	15
5	Коллоквиум Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности	33 неделя	10
6	Коллоквиум Психофизиология физической тренировки	35 неделя	10
7	Выступление на семинаре Физиологические основы ментальной и моторной памяти	35-39 неделя	10
8	Итоговый опрос по всем разделам курса	38-39 неделя	20
7	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

3 и 4 семестр заочной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Коллоквиум по Разделу I. Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.		10
2	Подготовка устного доклада по Разделу II. Физиологические основы		10

	обучения двигательным действиям		
3	Коллоквиум по Разделу III. Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса		15
4	Выступление на семинаре Физиологические основы ментальной и моторной памяти		15
5	Коллоквиум Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности		10
6	Коллоквиум Психофизиология физической тренировки		10
7	Выступление на семинаре Физиологические основы ментальной и моторной памяти		10
8	Итоговый опрос по всем разделам курса		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат по Разделу I. Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.		10
2	Рукописный реферат по Разделу II. Физиологические основы обучения двигательным действиям		10
3	Рукописный реферат по Разделу III. Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса		10
4	Рукописный реферат по Разделу IV. Физиологические основы ментальной и моторной памяти		10
5	Рукописный реферат по Разделу V. Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности		10
6	Рукописный реферат по Разделу VI. Психофизиология физической тренировки		10
7	Конспект лекций по пропущенной теме		10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка кратких научных сообщений по актуальным проблемам физиологии адаптации к мышечной деятельности, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов.

Итоговая форма контроля для очной формы обучения в 3 семестре – зачет с оценкой.

Итоговая форма контроля для заочной формы обучения в 4 семестре – зачет с оценкой.

Итоговая оценка успеваемости выставляется в зависимости от набранных баллов в течение всего периода изучения дисциплины.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра ФИЗИОЛОГИИ**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.05 Педагогическая физиология спорта»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 6 зачетных единиц.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр для очной формы обучения, 3 и 4 семестр для заочной формы обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование у магистрантов современных представлений о принципах обучения и воспитания в области физической культуры на основе закономерностей физиологии и психофизиологии - для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура"

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): формирование следующих компетенций:**

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции и (номер семестра)		
		Очная форма	Заочная форма	Очно-заочная форма
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции			
УК-2	<i>Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</i>			
УК-2.1.	Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующего деятельность в области физической культуры и спорта;	3	3	
УК-2.2	Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП	3	3	
УК-2.3.	Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.	3	4	

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля): очная форма обучения**

**Очная форма обучения**



Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучаясь в соотв-и с учеб-м пл-м (в			Контроль	Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		лекционного	практического	самостоятельного		
Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.	3	1	4	16		
Физиологические основы организации двигательной деятельности	3	1	4	30		
Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса	3	-	4	30		
Физиологические основы ментальной и моторной памяти	3	2	4	40		
Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности	3	2	4	30		
Психофизиология физической тренировки	3	2	2	40		
<b>Итого:</b>		<b>8</b>	<b>22</b>	<b>186</b>		Зачет с оценкой

#### Заочная форма обучения – 3 и 4 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучаясь в соотв-и с учеб-м пл-м (в			Контроль	Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		лекционного	практического	самостоятельного		
Введение в педагогическую физиологию. Физиологическая сущность обучения и воспитания.	3	-	2	38		
Физиологические основы организации двигательной деятельности	3	2	2	30		
Физиологические основы построения микро, меза и макроциклов тренировочного процесса	3	2	2	30		

Итого 3 семестр		4	6	98		
Физиологические основы ментальной и моторной памяти		4	-	2	34	
Физиологические основы интеллекта и познавательной деятельности		4	2	2	32	
Психофизиология физической тренировки		4	2	4	30	
Итого 4 семестр		4	8	96		
<b>Итого:</b>	<b>216 часов</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>194</b>		Зачет с оценкой

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра анатомии и биологической антропологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.06. Антропофизиология физического воспитания»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Научно-педагогического образования  
Протокол № 02 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
анатомии и биологической антропологии  
(наименование)  
Протокол № 01 от «01» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Година Е.З. д.б.н., профессор кафедры анатомии и биологической антропологии  
РГУФКСМиТ;

Махалин А.В. к.б.н., доцент кафедры анатомии и биологической антропологии  
РГУФКСМиТ;

Панасюк Т.В. д.б.н., профессор кафедры анатомии и биологической  
антропологии РГУФКСМиТ;

Савостьянова Е.Б. к.б.н., доцент кафедры анатомии и биологической  
антропологии РГУФКСМиТ;

Силаева Л.В. ст. преподаватель кафедры анатомии и биологической  
антропологии РГУФКСМиТ;

Савченко Е.Л. ст. преподаватель кафедры анатомии и биологической  
антропологии РГУФКСМиТ;

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Антропология физического воспитания».** Цель освоения дисциплины Б1.В.06 «Антропология физического воспитания» дать магистрам, будущим тренерам, учителям и научным работникам в сфере физического воспитания и спорта, научное представление о естественной биологической разнокачественности в популяциях человека и ее проявлениях в форме конституциональной принадлежности, научить их элементарным способам определения конституциональной принадлежности и современным методическим подходам к оцениванию физических возможностей и построению тренировочного процесса с учетом врожденных индивидуально-типологических особенностей обучающихся – для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура".

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

1. расширить кругозор магистрантов в области медико-биологических знаний об индивидуальности человека;
2. обучить магистрантов распознавать наиболее типичные сочетания конституциональных симптомокомплексов и на этой основе выстраивать собственную методическую (тренерскую, педагогическую) работу с людьми разного возраста;
3. ознакомить с современным состоянием научных исследований в области антропологической физиологии мышечной деятельности, а конституциональных особенностей адаптации к ней;
4. сформировать теоретические основы и дать практические навыки использования современных компьютерных технологий в области физического воспитания и спортивной тренировки.

**2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП).** Дисциплина Б1.В.06 «Антропология физического воспитания» относится к дисциплинам по выбору вариативной части магистерской программы

«Адаптация организма человека к физическим нагрузкам» для набора 2019 года очной формы обучения.

«Антропофизиология физического воспитания» представляет собой дисциплину, формирующую естественно-научное мировоззрение и основы медико-биологического мышления выпускника, повышающие его профессиональную компетентность. Изучение данного курса тесно связано с такими ранее изученными дисциплинами как «Физиология», «Спортивная физиология», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика», исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к педагогической и научной деятельности в современных условиях.

Данный курс реализуется на русском языке.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-5	УК-5.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; УК-5.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований	3,4		3,4,5

<b>ПК-1</b>	УК-5.3. Знает современные социокультурные проблемы наук о ФК и спорте;	<b>3,4</b>	<b>3,4,5</b>
	УК-5.4. Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований		
	УК-5.5. Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;		
	УК-5.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;		
	ПК-1.1. Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта		
	ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта		
	ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта		
	ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта		
	ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта		

**4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Антропобиология физического воспитания».** Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часов.

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>3 Семестр</b>							

	<b>Блок 1. Ауксологические аспекты физической культуре и воспитания</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>18</b>	<b>50</b>		
<b>1</b>	1.1. Ауксология, как научная дисциплина. Методы исследования в ауксологии	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>12</b>		<b>Реферат</b>
<b>2</b>	1.2. Периодизация индивидуального развития. Эволюционное значение отдельных фаз онтогенеза человека	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		<b>Реферат</b>
<b>3</b>	1.3. Изучение темпов роста и показателей зрелости.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>5</b>		
<b>4</b>	1.4. Основные факторы роста и развития организма	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>5</b>		
<b>5</b>	1.5. Особенности онтогенеза человека на разных этапах его биосоциального развития	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>6</b>	1.6. Использование ауксологических знаний в работе со спортсменами	<b>3</b>		<b>4</b>			
	<b>ИТОГО за 3 семестр</b>		<b>4</b>	<b>18</b>	<b>50</b>		<b>Зачет</b>
<b>4 Семестр</b>							
	<b>Блок 2. Методы антропологических исследований</b>	<b>4</b>					
<b>7</b>	2.1. Методы антропологических исследований в биологии. Антропометрические методы. Антропометрические инструменты и правила работы с ними.	<b>4</b>		<b>6</b>	<b>16</b>		<b>РГР</b>
<b>8</b>	2.2. Основные методические подходы в краниологических и палеоантропологических исследованиях.	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>9</b>	2.3. Взаимоотношения морфологической и функциональной конституции: методические аспекты. Сомато-функциональные конституциональные схемы. Физическое развитие («санитарная конституция»)	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		<b>Реферат</b>
	<b>Блок 3 Спортивная генетика</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
	<b>3.1. Введение в генетике</b>						
<b>10</b>	3.1.1. Предмет и задачи спортивной генетики. Генетика понятия и закономерности	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>20</b>		<b>Контрольная работа</b>
<b>11</b>	3.1.2. Цитологические понятия и закономерности генетики	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
	<b>3.2. Прикладные аспекты генетики в спорте</b>	<b>4</b>		<b>4</b>			
<b>12</b>	3.2.1. Геном человека картографирование генов	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		<b>РГР-1</b>
<b>13</b>	3.2.2. Методы генетики человека	<b>4</b>		<b>2</b>			
	<b>3.3. Генетические маркеры</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>			



	<b>двигательной деятельности</b>						
14	3.3.1. Абсолютные генетические маркеры	4	2				
15	3.3.2. Дерматоглифика. Основы анализа кожных узоров	4		2	16		РГР-2
16	3.3.3. Относительные генетические маркеры. Конституция, как наследственность структуры	4		2	19		Реферат
	<b>ИТОГО за 4 семестр</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>111</b>		<b>Экзамен</b>
	<b>ИТОГО часов за курс:</b>		<b>8</b>	<b>38</b>	<b>161</b>		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>3 семестр</b>							
	<b>Блок 1. Ауксологические аспекты физической культуре и воспитания</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>30</b>		
1	1.1. Ауксология, как научная дисциплина. Методы исследования в ауксологии	3	2	2	5		Реферат
2	1.2. Периодизация индивидуального развития. Эволюционное значение отдельных фаз онтогенеза человека	3		2	5		Реферат
3	1.3. Изучение темпов роста и показателей зрелости.	3			5		
4	1.4. Основные факторы роста и развития организма	3			5		
5	1.5. Особенности онтогенеза человека на разных этапах его биосоциального развития	3			5		
6	1.6. Использование ауксологических знаний в работе со спортсменами	3			5		
	<b>ИТОГО за 3 семестр</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>30</b>		
<b>4 Семестр</b>							
	<b>Блок 2. Методы антропологических исследований</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>102</b>		
7	2.1. Методы антропологических	4	2	2	34		РГР

	исследований в биологии. Антропометрические методы. Антропометрические инструменты и правила работы с ними.						
8	2.2. Основные методические подходы в краниологических и палеоантропологических исследованиях.	4		2	34		
9	2.3. Взаимоотношения морфологической и функциональной конституции: методические аспекты. Сомато-функциональные конституциональные схемы. Физическое развитие («санитарная конституция»)	4		8	34		Реферат
	<b>ИТОГО за 4 семестр</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>102</b>		<b>Зачет</b>
<b>5 Семестр</b>							
	<b>Блок 3 Спортивная генетика</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>14</b>		
	<b>3.1. Введение в генетике</b>						
10	3.1.1. Предмет и задачи спортивной генетики. Генетика понятия и закономерности	5	2	3	12		Контрольная работа
11	3.1.2. Цитологические понятия и закономерности генетики	5	2	2	2		
	<b>3.2. Прикладные аспекты генетики в спорте</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>16</b>		
12	3.2.1. Геном человека картографирование генов	5	2	3	14		РГР-1
13	3.2.2. Методы генетики человека	5		2	2		
	<b>3.3. Генетические маркеры двигательной деятельности</b>	<b>5</b>		<b>6</b>	<b>20</b>		
14	3.3.1. Абсолютные генетические маркеры	5		2	2		
15	3.3.2. Дерматоглифика. Основы анализа кожных узоров	5		2	14		РГР-2
16	3.3.3. Относительные генетические маркеры. Конституция, как наследственность структуры	5		2	4		Реферат
	<b>Итого за семестр</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>50</b>		<b>Экзамен</b>
	<b>Итого часов за курс:</b>		<b>10</b>	<b>24</b>	<b>182</b>		

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Антропофизиология физического воспитания».**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной

справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к зачету**

1. Дайте определение понятию «онтогенез».
2. Кто впервые предложил этот термин?
3. Какой еще термин был предложен этим же ученым и что он означает?
4. Какие схемы периодизации онтогенеза вы знаете?
5. На какие два крупных этапа можно разделить весь процесс онтогенеза?
6. В чем состоит сходство и отличие онтогенеза человека и приматов?
7. Перечислите свойства ростового процесса и дайте им характеристику.
8. Что такое продольные исследования?
9. Что такое поперечные исследования?
10. Существуют ли смешанные поперечно-продольные исследования и в чем их смысл?
11. Расскажите о первых ростовых исследованиях в разных странах.
12. Назовите два основных типа кривых роста. Какие именно характеристики ростового процесса они описывают?
13. Перечислите основные гормоны, участвующие в регуляции роста у человека.
14. Что такое биологический возраст и в чем его отличие от паспортного?
15. Какие критерии биологического возраста вы знаете?
16. Дайте определение понятию «костный возраст».
17. Дайте определение понятию «зубной возраст».

18. Сколько генераций зубов сменяется в процессе онтогенеза человека?
19. В каком возрасте у человека прорезываются 3-и моляры?
20. Что такое пубертатный период?
21. Как учитывается процесс полового созревания у человека?
22. В чем смысл гипотезы критического веса?
23. Какие факторы влияют на процессы роста и развития у человека?
24. Какими методами можно оценить вклад наследственных факторов в онтогенезе человека?
25. Какие факторы среды, влияющие на показатели роста и развития, вы знаете?
26. Различаются ли параметры роста у городских и сельских детей? И если да, то как?
27. Как зависят физические параметры населения от социально-экономических факторов? Поясните на примерах.
28. Как влияют климатические факторы на показатели роста и развития?
29. Каковы особенности процессов роста в высокогорье?
30. Что такое акселерация соматического развития?

#### **Примерный перечень вопросов к экзамену**

1. Хромосомный набор человека, его деление на группы.
2. Методы генетики человека, их отличие от методов общей генетики.
3. Генеалогический метод генетики, спортивные родословные, роль семейного фактора в выборе спортивной специализации.
4. Близнецовый метод, его принципы. Коэффициент наследования и раздельное физическое воспитание близнецовых пар.
5. Степень наследственной обусловленности различных морфологических показателей, двигательных качеств.
6. Метод генетики соматических клеток, его применение в выявлении наследственных аномалий и типов мышечных волокон.

7. Метод гибридизации ДНК (ПЦР), его роль в диагностике родства и спортивной одаренности.
8. Популяционно-генетический метод, его роль в поиске спортивно-значимых генов человека. Закон Харди-Вайнберга, дрейф и поток генов.
9. Генотип и фенотип, модификационная изменчивость. Норма реакции, ее виды, их связь с тренированностью и спортивным отбором.
10. Генофонд: наследственная изменчивость, ее виды и причины. Значение разных видов мутаций у человека.
11. Виды наследования: независимое, сцепленное, сцепленное с полом, плейотропное, цитоплазматическое. Значение разных видов наследования в спорте.
12. Взаимодействие генов: аллельное, неаллельное (эпистаз, комплиментарность, полимерия), его роль в спортивном прогнозе.
13. Явление гетерозиса, его причины. Его учет в спорте.
14. Понятие хроногенетики, генетический контроль за темпами онтогенеза и развитием двигательных качеств.
15. Понятие “генетический маркер”, причины этого явления. Абсолютные и условные маркеры. Свойства абсолютных маркеров.
16. Группы крови и состав мышечных волокон как маркеры двигательных качеств.
17. Дерматоглифические признаки, их оценка и роль как маркеров роста и предрасположенности к занятиям разными видами спорта.
18. Функциональная асимметрия, ее оценка и роль в спорте.
19. Иридодиагностика и прогнозирование спортивных задатков.
20. Понятие конституции человека. Морфологическая и психическая конституция. Степень ее наследственной обусловленности и значение как маркера в спорте.
21. Методы оценки морфологической конституции (соматотипа). Конституциональные признаки. Дискретный и непрерывный подходы к соматотипированию.

22. Соматотипы детей (схемы Штефко и Дорохова), их связь с темпами роста, двигательными качествами и риском болезней.

23. Соматотипы мужчин и женщин (схемы Сиго, Кречмера, Бунака, Галанта, Чтецова, Дерябина), их функциональные особенности и значение в спорте.

24. Антропологические принципы спортивного отбора.

25. Модификационная изменчивость в спорте и генетические аспекты тренируемости.

26. Модельные характеристики спортсменов и их наследственная обусловленность.

27. Гетерозис как причина ошибок спортивного прогноза. Методы оценки гетерозиготности популяций человека. Понятие об оптимуме гетерозиготности.

28. Естественные и экспериментальные генетические резервы спортивного отбора: адаптивные типы, расы и генная инженерия.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

1) Основная литература:

1. Антропология : учеб. для студентов вузов / [В.М. Харитонов [и др.]]. - М.: Владос, 2003. - 271 с.: ил.

2. Година Е.З. Современные тенденции физического развития подрастающего поколения в связи с занятиями физической культурой и спортом : актовая речь / Година Елена Зиновьевна ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 33 с.: ил.

3. Антропология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032400 "Биология" : доп. Умо по специальностям пед. образования М-ва образования РФ / [В.М. Харитонов [и др.]]. - М.: Владос, 2004. - 271 с.: ил.

4. Спортивная морфология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 - Физ. культура и спец. 032101 - Физ. культура и спорт: Доп. Федерал. агенством по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2005. - 91 с.: ил.
5. Негашева М.А. Основы антропометрии. М: Экон-Информ, 2017. 216с.
6. Ахметов, И.И. Молекулярная генетика спорта : [монография] / И.И. Ахметов. - М.: Сов. спорт, 2009. - 267 с.: ил.
7. Биология : пособие для поступающих в вузы : [в 2 т.] / под ред. акад. РАО Н.В. Чебышева. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Новая волна: Изд. Умеренков, 2017. Т. 1: Биология клетки. Генетика и онтогенез. Зоология. - 511 с.: ил. - ISBN 978-5-7864-0285-9
8. Генетика человека с основами медицинской генетики : учеб. для студентов, обучающихся по спец.: "Лечеб. дело", "Сестрин. дело", "Акушер. дело" : рек. эксперт. советом УМО в сист. ВО и СПО / под ред. М.М. Азовой. - М.: Кнорус, 2020. - 208 с.: ил.
9. Избранные аспекты генетики спорта [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины Б1.В.ОД.7 : направление подгот. 49.04.03 : профиль подгот. "Спорт высш. достижений и система подгот. спортсменов" : квалификация (степ.) выпускника - Магистр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИНПО ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Панасюк Т.В. ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.
10. Никитюк, Б.А. Дерматоглифические признаки как генетические маркеры при спортивном отборе и ориентации : метод. разработ. для студентов и слушателей ФПК ГЦОЛИФКа / Б.А. Никитюк, В.И. Филиппов ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1989. - 30 с
11. Рубан, Э.Д. Генетика человека с основами медицинской генетики : учеб. для студентов образоват. учреждений сред. проф. образования : доп. М-

вом образования РФ / Э.Д. Рубан. - Изд. 2-е. - Ростов н/Д.: Феникс, 2019. - 319 с.: ил.

12. Сологуб, Е.Б. Спортивная генетика : учеб. пособие для вузов физ. культуры / Е.Б. Сологуб, В.А. Таймазов. - М.: Терра-спорт, 2000. - 125 с.: ил.

13. Спортивная генетика (курс по выбору) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины Б1.В.ДВ.8 : направление подгот. 49.04.01 : профиль подгот. "Адапт. организма человека к физ. нагрузкам" : квалификация (степ.) выпускника - Магистр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИНПО ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Панасюк Т.В. ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.

б) Дополнительная литература:

1. *Васильев С.В.* Основы возрастной и конституциональной антропологии. М., изд-во РОУ, 1996.

2. *Миклашевская Н.Н., Соловьева В.С., Година Е.З.* Ростовские процессы у детей и подростков. М., изд-во МГУ, 1988.

3. *Реммидт Х.* Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. М., "Мир", 1994.

4. *Хрисанфова Е.Н.* Основы геронтологии. Учебник для вузов. М., Изд-во «Владос», 1999.

5. *Властовский В.Г.* Акселерация роста и развития детей. - М.: изд-во МГУ, 1976.

6. Морфология человека/Под ред. Б.А.Никитюка, В.П.Чтецова – М. : изд-во МГУ, 1990.

7. *Павловский О.М.* Биологический возраст человека – М.: изд-во МГУ, 1976.

8. Рост и развитие ребенка/Под ред. Н.Н.Миклашевской – М.: изд-во МГУ, 1973.



9. Харитонов В.М., Ожигова А.П., Година Е.З. и др. Антропология. - М.: Владос, 2003.

10. Харрисон, Дж. и др. Биология человека - 2 изд. М.: "Мир", 1979

11. Хрисанфова Е.Н., Перевозчиков И.В. Антропология – М.: изд-во МГУ, 1991.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке.

<http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

<http://ru.wikipedia.org> - сетевая энциклопедия «Википедия»

г) современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

В процессе обучения используются аудитории для проведения лекций и практических занятий, компьютерные технологии, мультимедиа, библиотека ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», Анатомический музей кафедры анатомии и биологической антропологии, кафедральная антропометрическая лаборатория.

В процессе реализации курса «Антропофизиология физического воспитания» необходимо следующее оборудование:

1. компьютерный класс с подключением к сети интернет;

2. мультимедиа проектор.

1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

*Кабинеты: анатомии человека; анатомический музей.*

3. Антропометрические приборы: антропометр Мартина, толстотный циркуль, штангенциркуль, калипер, сантиметровая лента, медицинские весы, секундомер, фенодоскоп, тонометр, спирометр, динамометр.

4. Набор инструментов для получения дерматоглифических отпечатков

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине *Возрастная антропология*, для обучающихся института *Научно-педагогического образования*, 2 курса, Направление подготовки: 49.04.01. «Физическая культура», Направленность: *Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам*, *Очной и заочной формы (м) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Анатомии и биологической антропологии*

Сроки изучения дисциплины: 3 и 4 семестры для очной формы обучения и 3-5 семестры для заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет очной формы обучения 3 семестр и экзамен 4 семестр. Заочная форма обучения: зачет 4 семестр и экзамен 5 семестр.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
2	<i>Выступление на семинаре «Возрастная антропология как научная дисциплина. Методы исследования в возрастной антропологии»</i>	<i>2 неделя</i>	<i>8</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Периодизация индивидуального развития. Эволюционное значение отдельных фаз онтогенеза человека»</i>	<i>3 неделя</i>	<i>8</i>
4	<i>Выступление на семинаре «Биологический возраст как ключевое понятие возрастной антропологии»</i>	<i>4 неделя</i>	<i>8</i>
5	<i>Выступление на семинаре «Основные факторы роста и развития организма»</i>	<i>5 неделя</i>	<i>8</i>
6	<i>Написание реферата по выбранной теме</i>	<i>8 неделя</i>	<i>22</i>
7	<i>Выступление на семинаре «Особенности процессов старения»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>8</i>
8	<i>Выступление на семинаре «Индивидуальные и популяционные темпы старения»</i>	<i>7 неделя</i>	<i>8</i>
9	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во
-------------------------------------	----------------------

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

		<b>баллов</b>
1	<i>Выступление на семинаре «Возрастная антропология как научная дисциплина. Методы исследования в возрастной антропологии»</i>	5
2	<i>Выступление на семинаре «Периодизация индивидуального развития. Эволюционное значение отдельных фаз онтогенеза человека»</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре «Биологический возраст как ключевое понятие возрастной антропологии»</i>	5
4	<i>Выступление на семинаре «Основные факторы роста и развития организма»</i>	5
5	<i>Написание реферата по выбранной теме</i>	15
6	<i>Выступление на семинаре «Особенности процессов старения»</i>	5
7	<i>Выступление на семинаре «Индивидуальные и популяционные темпы старения»</i>	5
8	<i>Наличие конспекта лекции и занятий семинарского типа</i>	10

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.06. Антропофизиология физического воспитания»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная/заочная*  
Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины «Антропология физического воспитания»** составляет [6] зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины:** [3 и 4 семестр – для очной формы обучения и 3-5 семестры для заочной формы обучения].

**3. Цель освоения дисциплины:** Цель освоения дисциплины Б1.В.06 «Антропология физического воспитания» дать магистрам, будущим тренерам, учителям и научным работникам в сфере физического воспитания и спорта, научное представление о естественной биологической разнокачественности в популяциях человека и ее проявлениях в форме конституциональной принадлежности, научить их элементарным способам определения конституциональной принадлежности и современным методическим подходам к оцениванию физических возможностей и построению тренировочного процесса с учетом врожденных индивидуально-типологических особенностей обучающихся – для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура".

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-5	УК-5.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; УК-5.2. Знает особенности осуществления пропаганды	3,4		3,4,5

<b>ПК-1</b>	<p>здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований</p> <p>УК-5.3. Знает современные социокультурные проблемы наук о ФК и спорте;</p> <p>УК-5.4. Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований</p> <p>УК-5.5. Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;</p> <p>УК-5.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p> <p>ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта</p>	3,4	3,4,5
-------------	---	-----	-------

**5. Краткое содержание дисциплины «Антропология физического воспитания»:**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>3 Семестр</b>							
	<b>Блок 1.Ауксологические аспекты</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>18</b>	<b>50</b>		

	<b>физической культуре и воспитания</b>						
<b>1</b>	1.1. Ауксология, как научная дисциплина. Методы исследования в ауксологии	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>12</b>		<b>Реферат</b>
<b>2</b>	1.2. Периодизация индивидуального развития. Эволюционное значение отдельных фаз онтогенеза человека	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		<b>Реферат</b>
<b>3</b>	1.3. Изучение темпов роста и показателей зрелости.	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>5</b>		
<b>4</b>	1.4. Основные факторы роста и развития организма	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>5</b>		
<b>5</b>	1.5. Особенности онтогенеза человека на разных этапах его биосоциального развития	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>6</b>		
<b>6</b>	1.6. Использование ауксологических знаний в работе со спортсменами	<b>3</b>		<b>4</b>			
	<b>ИТОГО за 3 семестр</b>		<b>4</b>	<b>18</b>	<b>50</b>		<b>Зачет</b>
<b>4 Семестр</b>							
	<b>Блок 2. Методы антропологических исследований</b>	<b>4</b>					
<b>7</b>	2.1. Методы антропологических исследований в биологии. Антропометрические методы. Антропометрические инструменты и правила работы с ними.	<b>4</b>		<b>6</b>	<b>16</b>		<b>РГР</b>
<b>8</b>	2.2. Основные методические подходы в краниологических и палеоантропологических исследованиях.	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
<b>9</b>	2.3. Взаимоотношения морфологической и функциональной конституции: методические аспекты. Сомато-функциональные конституциональные схемы. Физическое развитие («санитарная конституция»)	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		<b>Реферат</b>
	<b>Блок 3 Спортивная генетика</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
	<b>3.1. Введение в генетике</b>						
<b>10</b>	3.1.1. Предмет и задачи спортивной генетики. Генетика понятия и закономерности	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>20</b>		<b>Контрольная работа</b>
<b>11</b>	3.1.2. Цитологические понятия и закономерности генетики	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
	<b>3.2. Прикладные аспекты генетики в спорте</b>	<b>4</b>		<b>4</b>			
<b>12</b>	3.2.1. Геном человека картографирование генов	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		<b>РГР-1</b>
<b>13</b>	3.2.2. Методы генетики человека	<b>4</b>		<b>2</b>			
	<b>3.3. Генетические маркеры двигательной деятельности</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>			



14	3.3.1. Абсолютные генетические маркеры	4	2				
15	3.3.2. Дерматоглифика. Основы анализа кожных узоров	4		2	16		РГР-2
16	3.3.3. Относительные генетические маркеры. Конституция, как наследственность структуры	4		2	19		Реферат
	<b>ИТОГО за 4 семестр</b>	4	4	20	111		Экзамен
	<b>ИТОГО часов за курс:</b>		8	38	161		

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>3 семестр</b>							
	<b>Блок 1. Ауксологические аспекты физической культуры и воспитания</b>	3	2	4	30		
1	1.1. Ауксология, как научная дисциплина. Методы исследования в ауксологии	3	2	2	5		Реферат
2	1.2. Периодизация индивидуального развития. Эволюционное значение отдельных фаз онтогенеза человека	3		2	5		Реферат
3	1.3. Изучение темпов роста и показателей зрелости.	3			5		
4	1.4. Основные факторы роста и развития организма	3			5		
5	1.5. Особенности онтогенеза человека на разных этапах его биосоциального развития	3			5		
6	1.6. Использование ауксологических знаний в работе со спортсменами	3			5		
	<b>ИТОГО за 3 семестр</b>		2	4	30		
<b>4 Семестр</b>							
	<b>Блок 2. Методы антропологических исследований</b>	4	2	4	102		
7	2.1. Методы антропологических исследований в биологии.	4	2	2	34		РГР

	Антропометрические методы. Антропометрические инструменты и правила работы с ними.						
<b>8</b>	2.2. Основные методические подходы в краниологических и палеоантропологических исследованиях.	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>34</b>		
<b>9</b>	2.3. Взаимоотношения морфологической и функциональной конституции: методические аспекты. Сомато-функциональные конституциональные схемы. Физическое развитие («санитарная конституция»)	<b>4</b>		<b>8</b>	<b>34</b>		<b>Реферат</b>
	<b>ИТОГО за 4 семестр</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>102</b>		<b>Зачет</b>
<b>5 Семестр</b>							
	<b>Блок 3 Спортивная генетика</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>14</b>		
	<b>3.1. Введение в генетике</b>						
<b>10</b>	3.1.1. Предмет и задачи спортивной генетики. Генетика понятия и закономерности	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>12</b>		<b>Контрольная работа</b>
<b>11</b>	3.1.2. Цитологические понятия и закономерности генетики	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
	<b>3.2. Прикладные аспекты генетики в спорте</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>16</b>		
<b>12</b>	3.2.1. Геном человека картографирование генов	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>14</b>		<b>РГР-1</b>
<b>13</b>	3.2.2. Методы генетики человека	<b>5</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
	<b>3.3. Генетические маркеры двигательной деятельности</b>	<b>5</b>		<b>6</b>	<b>20</b>		
<b>14</b>	3.3.1. Абсолютные генетические маркеры	<b>5</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>15</b>	3.3.2. Дерматоглифика. Основы анализа кожных узоров	<b>5</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		<b>РГР-2</b>
<b>16</b>	3.3.3. Относительные генетические маркеры. Конституция, как наследственность структуры	<b>5</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		<b>Реферат</b>
	<b>Итого за семестр</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>50</b>		<b>Экзамен</b>
	<b>Итого часов за курс:</b>		<b>10</b>	<b>24</b>	<b>182</b>		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.07 Способы оценки и развития физической работоспособности»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Профиль подготовки: "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам"

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная и заочная

Год набора: 2021, 2022, 2023 г

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и  
рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института НПО  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020 г.

Составитель:

Алексеев Владимир Михайлович, кандидат биологических наук, доцент  
кафедры физиологии

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины "Способы оценки и развития физической работоспособности" - ознакомить магистрантов с современными научными представлениями о физиологических механизмах проявления и развития физической работоспособности, научить их корректным процедурам измерения и оценки различных проявлений работоспособности (общей и специальной) с использованием современных приборов и тренажеров, а также способам интерпретации получаемых результатов в целях научного исследования и решения задач спортивной и оздоровительной тренировки

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина Б1.В.07 "Способы оценки и развития физической работоспособности" относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 магистерской программы "Медико-биологические проблемы адаптация организма человека к физическим нагрузкам" для очной и заочной формы обучения.

Дисциплина представляет собой медико-биологическую дисциплину, формирующую естественно-научное мировоззрение и основы медико-биологического мышления магистрантов, и призванную способствовать повышению их профессиональной компетентности в качестве тренеров по видам спорта и научно-педагогических работников. Изучение данного курса тесно связано с такими ранее изученными дисциплинами как «Физиология», «Спортивная физиология», «Спортивная медицина», «Биохимия», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика», «Теория и методика спортивной тренировки», исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к педагогической и научной деятельности на современном уровне в сфере физической культуры и спорта. В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельности как «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом», «Антропология физиология физического воспитания», «Научно-исследовательская работа», Преддипломная практика, государственная итоговая аттестация.

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП**

Дисциплина направлена на формирование компетенций:

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

ПК-3 Способен к разработке и реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	очная форма обучения	заочная форма обучения
<b>УК-3</b>	<b><i>Способен организовать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</i></b>	<b>4</b>	<b>3,4</b>
УК-3.1.	. Знает методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в организации исследовательской, проектной деятельности обучающихся по программам ВО и(или) ДПП	4	3,4
УК-3.2	Умеет использовать групповые формы принятия решений;	4	3,4
УК-3.3.	Умеет оценивать профессиональные и личностные качества участников образовательного процесса по результатам аттестации, собеседования	4	3,4
УК-3.4.	. Имеет опыт разработки методик эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации	4	3,4
<b>ПК-3</b>	<b><i>Способен к разработке и реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта</i></b>	<b>4</b>	<b>3,4</b>
ПК-3.1	Знает нормативные документы реализации профессиональных образовательных программ	4	3,4
ПК-3.2	Знает принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования	4	3,4
ПК-3.3.	Умеет определять эффективные принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего	4	3,4

	образования		
ПК-3.4.	Умеет осуществлять педагогически организованные виды коммуникации с участниками образовательного процесса	4	3,4
ПК-3.5.	Владеет технологиями осуществления процессов обучения и воспитания в системе высшего образования	4	3,4

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 часа.

#### Очная форма обучения – 4 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		КонногоЗанятия	ЛекционногоЗанятия	Самостоятельн	Контроль	
<b>Раздел I. Введение</b>	4	2	2	24		
Тема 1.1. Понятийный аппарат при изучении спортивной работоспособности	4		2	24		
<b>Раздел II. Факторы и механизмы, определяющие работоспособность</b>	4	2	8	40		
Тема 2.1. Клеточные механизмы	4		2	10		
Тема 2.2. Тканевые механизмы и метаболические факторы	4		2	10		
Тема 2.3. Гуморальные и нервные механизмы	4		2	10		
Тема 2.4. Психологические и экологические факторы	4		2	10		
<b>Раздел III. Динамические изменения работоспособности</b>	4		6	32		
Тема 3.1. Динамика работоспособности в процессе спортивной тренировки	4		2	12		
Тема 3.2. Возрастная динамика работоспособности	4		2	12		
Тема 3.3. Работоспособность и здоровье.	4		2	8		
<b>Раздел IV. Методы оценки работоспособности</b>	4	2	6	24		
Тема 4.1. Неспецифические методы: инструментальные; эргометрические; педагогические	4		4	12		
Тема 4.2. Специфические методы (в зависимости от вида спорта)	4		2	12		
<b>Раздел V. Способы повышения работоспособности</b>	4		4	24		
Тема 5.1. Педагогические и психологические методы	4		2	12		
Тема 5.2. Фармакологические, физиотерапевтические, экологические методы	4		2	12		
<b>Раздел VI. Специфические факторы, влияющие на работоспособность</b>	4		8	36		
Тема 6.1. Конституция и работоспособность	4		2	12		
Тема 6.2. Питание и работоспособность	4		4	12		

Тема 6.3. Половые особенности проявления и повышения работоспособности	4		2	12		
<b>Итоговая форма контроля</b>						
<b>Итого:</b>	<b>216 часа</b>		6	34	176	зачет

**Заочная форма обучения – 3,4 семестр**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с				Форма промежу-ой атт-и (по семестрам)
		онного Занятия	рского Занятия	Самостоятельн	Контроль	
3 семестр						
<b>Раздел I. Введение</b> Тема 1.1. Понятийный аппарат при изучении спортивной работоспособности	3		2	16		
<b>Раздел II. Факторы и механизмы, определяющие работоспособность</b> Тема 2.1. Клеточные механизмы Тема 2.2. Тканевые механизмы и метаболические факторы Тема 2.3. Гуморальные и нервные механизмы Тема 2.4. Психологические и экологические факторы	3	2	2	50		
<b>Раздел III. Динамические изменения работоспособности</b> Тема 3.1. Динамика работоспособности в процессе спортивной тренировки Тема 3.2. Возрастная динамика работоспособности Тема 3.3. Работоспособность и здоровье.	3	2	2	50		
<b>Раздел IV. Методы оценки работоспособности</b> Тема 4.1. Неспецифические методы: инструментальные; эргометрические; педагогические Тема 4.2. Специфические методы (в зависимости от вида спорта)	3	2	2	50		
<b>Итого 3 семестр</b>			6	8	166	
<b>Раздел V. Способы повышения работоспособности</b> Тема 5.1. Педагогические и психологические методы Тема 5.2. Фармакологические, физиотерапевтические, экологические методы	4		4	14		



<b>Раздел VI. Специфические факторы, влияющие на работоспособность</b>	4		4	14		
Тема 6.1. Конституция и работоспособность						
Тема 6.2. Питание и работоспособность						
Тема 6.3. Половые особенности проявления и повышения работоспособности						
<b>Итого 4 семестр</b>			8	28		<b>зачет</b>
<b>Итого:</b>	<b>216 часа</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>194</b>		<b>зачет</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Способы оценки и развития физической работоспособности»**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Способы оценки и развития физической работоспособности»

*Примерный перечень вопросов к зачету по всей дисциплине «Способы оценки и развития физической работоспособности»*

1. Спортивная работоспособность. Понятие, способы измерения в избранном виде спорта.
2. Приведите конкретные примеры клеточной адаптации к физической нагрузке, которая обеспечивает повышение спортивной работоспособности
3. Что такое метаболические факторы работоспособности и как они могут изменяться под влиянием спортивной тренировки?
4. Опишите гуморальные механизмы повышения работоспособности в процессе спортивной тренировки
5. Какие нервные механизмы обеспечивают повышение работоспособности в процессе спортивной тренировки?
6. Приведите примеры влияния психологических факторов на работоспособность спортсмена
7. Как и почему меняется работоспособность в условиях среднегорья?
8. Объясните с физиологической точки зрения, почему необходим период адаптации после перелета из западного в восточное полушария и наоборот?
9. Дайте характеристику этапов спортивной подготовки с точки зрения динамики работоспособности спортсмена в избранном виде спорта
10. Как изменяется общая работоспособность в период от 5-7 до 17-20 лет? Каковы морфологические и физиологические причины этих изменений?
11. Охарактеризуйте возрастные периоды, наиболее важные для развития отдельных видов работоспособности (аэробная, анаэробно-гликолитическая, анаэробная алактацидная)

12. Объясните, почему повышение физической работоспособности положительно влияет на состояние здоровья
13. Дайте классификацию неспецифических методов оценки работоспособности
14. Опишите важнейшие методические приемы измерения специальной работоспособности в избранном виде спорта
15. Дайте характеристику педагогических методов повышения работоспособности применительно к избранному виду спорта
16. Охарактеризуйте психологические методы повышения работоспособности в подготовительном и соревновательном периодах спортивной подготовки
17. Перечислите известные Вам физиотерапевтические методы повышения работоспособности и охарактеризуйте физиологические механизмы их действия
18. Допустимые и недопустимые фармакологические средства повышения работоспособности. В чем опасность применения допинга для жизни и здоровья спортсмена?
19. Приведите пример использования экологических методов повышения работоспособности в предсоревновательном периоде
20. Охарактеризуйте основные типы морфо-функциональной конституции мужчин с точки зрения особенностей их работоспособности
21. Охарактеризуйте основные типы морфо-функциональной конституции женщин с точки зрения особенностей их работоспособности
22. Каким образом питание воздействует на проявления работоспособности?
23. Опишите динамику работоспособности женщин-спортсменок в течение овариально-менструального цикла
24. Охарактеризуйте особенности развития спортивной работоспособности у женщин и дайте физиологическое объяснение различиям с мужчинами
25. Охарактеризуйте методы оценки работоспособности, применяемые в условиях фитнес-центра.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература**

1. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : учебник / Е.Б. Сологуб, А.С. Солодков .— 4-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2012 .— 624 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0568-7 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187910>
2. Волков Н.И. и др. Биохимия мышечной деятельности // - Киев: Олимп. лит., 2000. - 504 с.
3. Литвак А.Л. Краткий словарь-справочник медико-биологических терминов по проблеме спортивной работоспособности / А.Л. Литвак, В.Д. Сонькин ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет.

образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. физиологии. - М., 2012

4. Иссурин В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки. – М.: Советский спорт, 2010. – 284с.

5. Сонькин В.Д., Тамбовцева Р.В. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе. – М.: Книжный дом ЛИБРОКОМ, 2011. – 368 с.

#### б) Дополнительная литература

1. Физиология мышечной деятельности: Учебник для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. Я.М.Коца. - М.: Физкультура и спорт, 1982.- 347 с.
2. Спортивная физиология: Учебник для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / общ. ред. Коц Я.М. - М.: ФиС, 1986. - 240 с.
3. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.
4. Зайцева В.В., Сонькин В.Д. Такие разные дети. Шаги физического развития. – Екатеринбург: У-фактория, 2006. – 288с.
5. Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.А. Тестирование в спортивной медицине.- М.:Физкультура и спорт, 1988.- 207 с.
6. Медведев В.И. Адаптация человека. – СПб.: Институт мозга человека РАН. – 2003. – 584 с.
7. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика. – М.: НАУКА, 1981. – 280с.
8. Фарфель В.С. Физиологические основы классификации физических упражнений // Физиология мышечной деятельности труда и спорта.- Л.: НАУКА,1969. С. 425-439.
9. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 1998. - 432 с.
10. Физиология трудовой деятельности: Основы современной физиологии – СПб.:НАУКА, 1993. – 528 с.
11. Физиология человека : учеб. для вузов физ. культуры и фак. физ. воспитания пед. вузов / РГАФК; ред. Тхоревский В.И. - М.: ФОН, 2001. - 491 с.: ил.
12. Astrand P-O. et.al. Textbook of work physiology. Physiological Bases of Exercise.– 4th edition. Human Kinetics. Champaign, IL, 2003

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [humbio.ru/humbio/physiology/0005e445/htm](http://humbio.ru/humbio/physiology/0005e445/htm) Электронный учебник по биологии человека, раздел физиология.
2. [Fiziologieacheloveka.ru](http://Fiziologieacheloveka.ru) Электронный учебник по физиологии

3. <http://www.vesti-nauka.ru> - сайт новостей в науке
4. <http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке1
5. <http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам
6. <http://www.krugosvet.ru> – сетевая энциклопедия «Кругосвет»
7. <http://ru.wikipedia.org> – сетевая энциклопедия «Википедия»

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Освоение дисциплины «Способы оценки и развития физической работоспособности» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**По дисциплине «Способы оценки и развития физической работоспособности» для обучающихся Института научно-педагогического образования 2 курса, направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленность (профиль): «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам».**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины «Способы оценки и развития физической работоспособности»: 4 семестр очной формы обучения, 3,4 семестр для заочной формы

Форма промежуточной аттестации: для очной и заочной формы обучения – **зачет**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма

	Виды текущего контроля	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Макс. кол-во баллов
1	Устные ответы на семинаре: Факторы и механизмы, определяющие работоспособность	25	8
2	Устные ответы на семинаре: Динамика работоспособности в процессе спортивной тренировки	28	8
3	Доклад на семинаре «Методы оценки работоспособности»	30	8
4	Доклад на семинаре «Способы повышения работоспособности»	33	8
5	Доклад на семинаре: «Специфические факторы, влияющие на работоспособность»	34	8
6	Тестирование по теме: Физиологические показатели, применяемые для оценки спортивной работоспособности	37	11
7	Презентация на тему «Физиологическая оценка работоспособности в ИВС»	38	10
8	Написание реферата «Методы развития специальной работоспособности в избранном виде спорта»	39	10
9	Посещение занятий	в течение семестра	9
	Зачет		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

#### Заочная форма

	Виды текущего контроля	Сроки проведения на очной	Макс. кол-во баллов

		форме обучения (в неделях)	
1	Устные ответы на семинаре: Факторы и механизмы, определяющие работоспособность	25	8
2	Устные ответы на семинаре: Динамика работоспособности в процессе спортивной тренировки	28	8
3	Доклад на семинаре «Методы оценки работоспособности»	30	8
4	Доклад на семинаре «Способы повышения работоспособности»	33	8
5	Доклад на семинаре: «Специфические факторы, влияющие на работоспособность»	34	8
6	Тестирование по теме: Физиологические показатели, применяемые для оценки спортивной работоспособности	37	11
7	Презентация на тему «Физиологическая оценка работоспособности в ИВС»	38	10
8	Написание реферата «Методы развития специальной работоспособности в избранном виде спорта»	39	10
9	Посещение занятий	в течение семестра	9
	Зачет		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия на очной и заочной форме*

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Наличие конспекта лекции и занятий	5
2	Выступление по теме пропущенного семинара	10
3	Написание реферата по пропущенной теме	10
4	Написание доклада по пропущенной теме	5
5	Презентация по выбранной теме	10

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на

«удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка кратких научных сообщений по актуальным проблемам физиологии адаптации к мышечной деятельности, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов.

Итоговая форма контроля - зачет

Итоговая оценка успеваемости выставляется в зависимости от набранных баллов в течение всего периода изучения дисциплины.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиология**

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Профиль подготовки: "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам"

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная и заочная

Год набора: 2021, 2022, 2023 г

Москва – 2020



**1.Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 6 зачетных единиц.

**2.Семестр освоения дисциплины:** 4 семестр на очной форме обучения, 3,4 семестры на заочной форме обучения

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):**

**Цель освоения дисциплины дисциплине «Спортивная работоспособность: способы оценки и развития»** - ознакомить магистрантов с современными научными представлениями о физиологических механизмах проявления и развития физической работоспособности, научить их корректным процедурам измерения и оценки различных проявлений работоспособности (общей и специальной) с использованием современных приборов и тренажеров, а также способам интерпретации получаемых результатов в целях научного исследования и решения задач спортивной и оздоровительной тренировки.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Спортивная работоспособность: способы оценки и развития»**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	очная форма обучения	заочная форма обучения
УК-3	<i>Способен организовать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</i>	4	3,4
УК-3.1.	Знает методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в организации исследовательской, проектной деятельности обучающихся по программам ВО и(или) ДПП	4	3,4
УК-3.2	Умеет использовать групповые формы принятия решений;	4	3,4
УК-3.3.	Умеет оценивать профессиональные и личностные качества участников	4	3,4

	образовательного процесса по результатам аттестации, собеседования		
УК-3.4.	. Имеет опыт разработки методик эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации	4	3,4
<b>ПК-3</b>	<b>Способен к разработке и реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта</b>	4	3,4
ПК-3.1	Знает нормативные документы реализации профессиональных образовательных программ	4	3,4
ПК-3.2	Знает принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования	4	3,4
ПК-3.3.	Умеет определять эффективные принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования	4	3,4
ПК-3.4.	Умеет осуществлять педагогически организованные виды коммуникации с участниками образовательного процесса	4	3,4
ПК-3.5.	Владеет технологиями осуществления процессов обучения и воспитания в системе высшего образования	4	3,4

## 5. Краткое содержание дисциплины

### Очная форма обучения – 4 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Конного Занятия	Лекторского Занятия	Самостоятельно	Контроль	
<b>Раздел I. Введение</b>	4	2	2	24		
Тема 1.1. Понятийный аппарат при изучении спортивной работоспособности	4		2	24		
<b>Раздел II. Факторы и механизмы, определяющие работоспособность</b>	4	2	8	40		
Тема 2.1. Клеточные механизмы	4		2	10		
Тема 2.2. Тканевые механизмы и метаболические факторы	4		2	10		

Тема 2.3. Гуморальные и нервные механизмы	4		2	10		
Тема 2.4. Психологические и экологические факторы	4		2	10		
<b>Раздел III. Динамические изменения работоспособности</b>	<b>4</b>		<b>6</b>	<b>32</b>		
Тема 3.1. Динамика работоспособности в процессе спортивной тренировки	4		2	12		
Тема 3.2. Возрастная динамика работоспособности	4		2	12		
Тема 3.3. Работоспособность и здоровье.	4		2	8		
<b>Раздел IV. Методы оценки работоспособности</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>24</b>		
Тема 4.1. Неспецифические методы: инструментальные; эргометрические; педагогические	4		4	12		
Тема 4.2. Специфические методы (в зависимости от вида спорта)	4		2	12		
<b>Раздел V. Способы повышения работоспособности</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	<b>24</b>		
Тема 5.1. Педагогические и психологические методы	4		2	12		
Тема 5.2. Фармакологические, физиотерапевтические, экологические методы	4		2	12		
<b>Раздел VI. Специфические факторы, влияющие на работоспособность</b>	<b>4</b>		<b>8</b>	<b>36</b>		
Тема 6.1. Конституция и работоспособность	4		2	12		
Тема 6.2. Питание и работоспособность	4		4	12		
Тема 6.3. Половые особенности проявления и повышения работоспособности	4		2	12		
<b>Итоговая форма контроля</b>						
<b>Итого:</b>	<b>216 часа</b>		<b>6</b>	<b>34</b>	<b>176</b>	<b>зачет</b>

### Заочная форма обучения – 3,4 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающую в соответствии с				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		лекционного	практического	самостоятельного	контроль	
3 семестр						
<b>Раздел I. Введение</b>	3		2	16		
Тема 1.1. Понятийный аппарат при изучении спортивной работоспособности						
<b>Раздел II. Факторы и механизмы, определяющие работоспособность</b>	3	2	2	50		
Тема 2.1. Клеточные механизмы						
Тема 2.2. Тканевые механизмы и метаболические факторы						
Тема 2.3. Гуморальные и нервные механизмы						
Тема 2.4. Психологические и экологические факторы						
<b>Раздел III. Динамические изменения</b>	3	2	2	50		

<b>работоспособности</b> Тема 3.1. Динамика работоспособности в процессе спортивной тренировки Тема 3.2. Возрастная динамика работоспособности Тема 3.3. Работоспособность и здоровье.						
<b>Раздел IV. Методы оценки работоспособности</b> Тема 4.1. Неспецифические методы: инструментальные; эргометрические; педагогические Тема 4.2. Специфические методы (в зависимости от вида спорта)	3	2	2	50		
<b>Итого 3 семестр</b>		6	8	166		
<b>Раздел V. Способы повышения работоспособности</b> Тема 5.1. Педагогические и психологические методы Тема 5.2. Фармакологические, физиотерапевтические, экологические методы	4		4	14		
<b>Раздел VI. Специфические факторы, влияющие на работоспособность</b> Тема 6.1. Конституция и работоспособность Тема 6.2. Питание и работоспособность Тема 6.3. Половые особенности проявления и повышения работоспособности	4		4	14		
<b>Итого 4 семестр</b>			8	28		<b>зачет</b>
<b>Итого: 216 часа</b>		<b>6</b>	<b>16</b>	<b>194</b>		<b>зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.08 Спортивная биоритмология»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

(код и наименование)

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом Института/  
решением заседания кафедры Физиологии  
(наименование)  
Протокол № 2 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Захарьева Н.Н., доктор мед. наук, профессор кафедры физиологии  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.08. «Спортивная биоритмология» является обучить магистров современным представлениям о биоритмологии, науке о временных закономерностях здоровья; физической работоспособности, спортивной результативности и жизнедеятельности людей с учетом и использования индивидуальной структуры биоритмов для построения индивидуального тренировочного процесса спортсмена.

Данный курс реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Спортивная биоритмология» по направлению 49.04.01 «Физическая культура» относится к вариативной части Б1.В.08. обязательных дисциплин, изучается в 1 семестре. К исходным требованиям, необходимым для изучения дисциплины «Спортивная биоритмология», относятся знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения дисциплин: «Концепции современного естествознания», «Охрана окружающей среды», «Безопасность жизнедеятельности», «Человек и его потребности».

Итогом освоения данной дисциплины является знания, умения, навыки необходимы при сдаче ГИА.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------	--	--

компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
<b>ПК-2</b>	<p>ПК-2 Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.1. Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.2. Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.3. Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.4. Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.5. Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</p>	1	1, 2

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **5 зачетных единиц, 180 академических часов** для очной и заочной формы обучения

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)



			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биоритмология как наука. Классификация биоритмов по Халбергу	1	2	2	20		
2	Внутриклеточные биоритмы. Функциональная биоритмология ведущих функциональных систем организма человека.	1		6	29		
3	Биологические ритмы и работоспособность человека. (физическая и умственная)	1		2	20		
4	Хронобиологические особенности физических качеств и спортивной результативности у женщин, занимающихся спортом	1	2	2	20		
5	Хронотип человека и занятия рекреационно-оздоровительной и туристской деятельностью.	1			20		
6	Характеристики здоровых людей и спортсменов, имеющих различные суточные; месячные и годовые хронотипы.	1		2	20		
7	Причины нарушения биоритмов. Десинхронозы. Способы гармонизации биоритмов	1	2	2	20		
<b>Итого часов: 180</b>			<b>6</b>	<b>16</b>	<b>149</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа		
	1 курс летняя сессия						
1	Биоритмология как наука. Классификация биоритмов по	1			25		

	Халбергу						
<b>2</b>	Внутриклеточные биоритмы. Функциональная биоритмология ведущих функциональных систем организма человека.	1		2	25		
<b>3</b>	Биологические ритмы и работоспособность человека. (физическая и умственная)	1	2		38		
<b>Итого:</b>			2	2	68		
2 курс зимняя сессия							
<b>4</b>	Хронобиологические особенности физических качеств и спортивной результативности у женщин, занимающихся спортом	2		2	20		
<b>5</b>	Хронотип человека и занятия рекреационно-оздоровительной и туристской деятельностью.	2			20		
<b>6</b>	Характеристики здоровых людей и спортсменов, имеющих различные суточные; месячные и годовичные хронотипы.	2		2	20		
<b>7</b>	Причины нарушения биоритмов. Десинхронозы. Способы гармонизации биоритмов	2			36		
<b>Итого:</b>				4	96		
<b>Итого всего по курсу часов: 180</b>			<b>2</b>	<b>6</b>	<b>164</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к устному экзамену по курсу  
Спортивная биоритмология

1. Характеристика понятия «биоритм».
2. Классификация биоритмов по Халбергу.
3. Роль учета биоритмовой структуры организма при занятиях физической культурой и спортом.
4. Характеристика концепции регулирования биоритмогенной активности человека.
5. Характеристика основных биоритмов человека.

6. Общий суточный ритм организации процессов жизнедеятельности организма.
7. Биоритмическая активность ведущих функциональных систем организма.
8. Значимость биоритмов в спортивной практике.
9. Особенности проявлений физических качеств человека при различных хронобиологических воздействиях.
10. Влияние хронобиологических факторов на функциональное состояние человека.
11. Характеристика десинхронозных нарушений человека при адаптации к различным средовым воздействиям.
12. Патологическое влияние десинхронозов на физические качества и здоровье людей. Полетная десинхронизация.
13. Организация режима деятельности и отдыха.
14. Работоспособность и повышение ее эффективности. Понятие о психическом тонусе
15. Особенности циклической, биоритмологической деятельности женщин (овариально – менструальный цикл)
16. Особенности циклической, биоритмологической деятельности мужчин (сперматогенез)
17. Биоритмическая классификация метаболической активности при занятиях спортом
18. Характеристика изменений физических качеств в течение овариально – менструального цикла при занятиях спортом
19. Характеристика изменений физических качеств в течение цикла сперматогенеза при занятиях спортом
20. Характеристика акклиматизации спортсменов при смене часовых поясов
21. Особенности и варианты коррекции изменений обмена веществ при наличии десинхронозов различными методами.
22. Характеристика динамических болезней

23. Характеристика адаптивных физиологических ритмы: циркадные и сезонные
24. Природные и социальные датчики времени.
25. Факторы, вызывающие нарушения биоритмов. Методы профилактики нарушений биоритмов в физической культуре и спорте.
26. Понятие о биологических часах. Типы биологических часов. Построение тренировочного процесса с учетом биоритмов человека.
27. Функция биологических часов. Их проявления у живых организмов.
28. Понятие о циркадианных ритмах и циркадианных системах. Функции циркадианной системы.
29. Понятие о хронотипе. Утренний, вечерний и недифференцированный типы. Учет хронотипа при организации режима труда и отдыха.
30. Хронотип и спортивная тренировка.  
Двигательная активность в разное время суток.
31. Влияние повышенной и сниженной двигательной активности на биологические ритмы
32. Многодневные биоритмы. Теория трех биоритмов..
33. Биологические ритмы и сон. Фазы сна. Нарушения сна и их профилактика при занятиях физической культурой и спортом.
34. Биологические ритмы и здоровье. Учет биоритмов в медицине.
35. Понятие о десинхронозе. Формы десинхроноза.
36. Хронобиология климато - географических перемещений спортсменов.
37. Сезонные биоритмы. Построение графика подготовки к соревнованиям с учетом сезонных биоритмов.
38. Окологодовые и многолетние биоритмы.
39. Понятие о стрессе. Стадии стресса. Влияние стрессовых факторов на биологические ритмы.
40. Формы стресса при занятиях физической культурой и спортом.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### 1) Основная литература:

1. Миловидов, В.К. Методы самоконтроля за состоянием здоровья и тренированности, занимающихся различными видами оздоровительной аэробики : [учеб. пособие по специальности 032101 : для студентов физкультурных вузов и фак. дисциплины специализации "Гимнастика спортив."] / В.К. Миловидов, А.И. Пустозеров, О.Н. Песина ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту "Урал. гос. ун-т физ. культуры". - Изд. 3-е, стер. - Челябинск: [Изд-во УралГУФК], 2009. - 138 с.: ил

2. Спортивная медицина : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культуры" : Рек. Умс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. А.В. Смоленского. - М.: Academia, 2015. - 319 с.: табл.

### 2) Дополнительная литература:

1. Амельченко, И.А. Физиологические основы здоровья студентов (Биоритмический аспект) : учеб. пособие для студентов строит. вузов : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. строительства / И.А. Амельченко ; Мин-во образования РФ, Белгород. гос. технолог. ун-т им. В.Г. Шухова. - Белгород: [Изд-во БГТУ им. В.Г. Шухова], 2003. - 97 с.: табл.

2. Ваша работоспособность сегодня / Н.А. Агаджанян [и др.]. - М.: Сов. Россия, 1978. - 88 с.: ил.

3. Матюхин, В.А. Биоритмология перемещений человека / Отв. ред. д-р мед. наук Р. М. Баевский. - Новосибирск: Наука, 1976. - 104 с.: ил.

### 3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке.

2. <http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

3. <http://www.edu.ru> – Российское образование – Федеральный

портал

4. <http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

5. <http://ru.wikipedia.org> - сетевая энциклопедия «Википедия»

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).

8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

*Кабинет физиологии человека;*

2) *Залы: библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет, актовый зал.*

3) *возможность оперативного обмена информацией с российскими образовательными организациями*

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Спортивная биоритмология для обучающихся института НПО 1 и 2 курсов, направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам очная и заочная формы (м) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр очной формы обучения и 1 и 2 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	16
2	Выступление на семинаре «Биоритмология»	4 неделя	5
3	Выступление на семинаре «Хронобиологические особенности физических качеств и спортивной результативности у женщин, занимающихся спортом»	5 неделя	5
4	Выступление на семинаре «Характеристики здоровых людей и спортсменов, имеющих различные суточные;	8 неделя	5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	месячные и годовые хронотипы»		
5	Выступление на семинаре «Причины нарушения биоритмов»	9 неделя	5
6	Написание реферата №1 по теме выбранной теме	7 неделя	15
7	Написание реферата №2 по теме выбранной теме	12 неделя	15
8	Презентация по выбранной теме	14 неделя	14
	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Наличие конспекта лекции и занятий	5
2	Выступление на пропущенном семинаре	10
3	Написание реферата по пропущенной теме	5
4	Написание доклада по пропущенной теме	5
5	Презентация по выбранной теме	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			



Оценка по шкале ECTS	F	E	<b>D</b>	C	B	A
-------------------------	---	---	----------	---	---	---

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего  
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	<b>61-67</b>	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	<b>D</b>	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.08 Спортивная биоритмология»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва, 2020 г

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет [5] зачетных единиц.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** [1 семестр очной формы обучения и 1 и 2 семестр заочной формы обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** [Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.08. «Спортивная биоритмология» является обучить магистров современным представлениям о биоритмологии, науке о временных закономерностях здоровья; физической работоспособности, спортивной результативности и жизнедеятельности людей с учетом и использования индивидуальной структуры биоритмов для построения индивидуального тренировочного процесса спортсмена.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ПК-2	ПК-2 Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта ПК-2.1. Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области	1	1, 2

<p>физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.2. Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.3. Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.4. Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.5. Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</p>		
---	--	--

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биоритмология как наука. Классификация биоритмов по Халбергу	1	2	2	20		
2	Внутриклеточные биоритмы. Функциональная биоритмология ведущих функциональных систем организма человека.	1		6	29		
3	Биологические ритмы и работоспособность человека. (физическая и умственная)	1		2	20		
4	Хронобиологические особенности физических качеств и спортивной результативности у женщин, занимающихся спортом	1	2	2	20		
5	Хронотип человека и занятия рекреационно-оздоровительной и туристской деятельностью.	1			20		

6	Характеристики здоровых людей и спортсменов, имеющих различные суточные; месячные и годовые хронотипы.	1		2	20		
7	Причины нарушения биоритмов. Десинхронозы. Способы гармонизации биоритмов	1	2	2	20		
<b>Итого часов: 180</b>			<b>6</b>	<b>16</b>	<b>149</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	1 курс летняя сессия						
1	Биоритмология как наука. Классификация биоритмов по Халбергу	1			25		
2	Внутриклеточные биоритмы. Функциональная биоритмология ведущих функциональных систем организма человека.	1		2	25		
3	Биологические ритмы и работоспособность человека. (физическая и умственная)	1	2		38		
<b>Итого:</b>			2	2	68		
	2 курс зимняя сессия						
4	Хронобиологические особенности физических качеств и спортивной результативности у женщин, занимающихся спортом	2		2	20		
5	Хронотип человека и занятия рекреационно-оздоровительной и туристской деятельностью.	2			20		
6	Характеристики здоровых людей и спортсменов, имеющих различные суточные; месячные и годовые хронотипы.	2		2	20		
7	Причины нарушения биоритмов. Десинхронозы. Способы гармонизации биоритмов	2			36		
<b>Итого:</b>				4	96		

<b>Итого всего по курсу часов: 180</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>164</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
--	----------	----------	------------	----------	----------------

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И. Волкова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.09 Биохимические основы тренировки**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль):  
Медико-биологические проблемы  
адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва - 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована на основании решения заседания кафедры биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова

Протокол № 1 от «31» августа 2020г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)

Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)

Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители: Тамбовцева Ритта Викторовна- доктор биологических наук, профессор, заведующая кафедрой биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И. Волкова ;

Черемисинов Виталий Николаевич- кандидат биологических наук, профессор кафедры биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова.

Рецензент: Панасюк Татьяна Владимировна- доктор биологических наук, профессор анатомии и биологической антропологии



### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Биохимические основы тренировки» – ознакомить обучающихся с биохимическими основами спортивной тренировки, биохимическими факторами, определяющими проявление физических качеств (силы, быстроты, выносливости), с закономерностями биохимической адаптации под влиянием спортивной тренировки. Научить магистрантов использовать биохимические знания при построении спортивной тренировки.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Курс «Биохимические основы тренировки» основывается на знаниях и умениях, которые обучающиеся получили при освоении базовых дисциплин: биохимии человека, физиологии, технологии научных исследований в физической культуре и истории и методологии науки, он является завершающим на заключительном этапе внедрения полученных при изучении этих дисциплин научных знаний в практику спорта и физического воспитания.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта			
	Знать: ПК-2.1. Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта	2		1

	<p><i>Уметь:</i></p> <p>ПК-2.3. Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта</p> <p>ПК-2.4. Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта</p> <p>биоэнергетические факторы, лимитирующие уровень физической работоспособности и здоровья человека;</p>	2		1
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>ПК-2.5. Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</p>	2		1

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биоэнергетика клетки. Аэробные пути ресинтеза АТФ.	2	2	1	6		
2	Анаэробные пути ресинтеза АТФ. Энергетические факторы спортивной работоспособности.	2	2	1	6		
3	Динамика метаболических состояний при напряжённой мышечной деятельности	2		2	6		
4	Биоэнергетические изменения в организме спортсмена при утомлении под влиянием напряжённой мышечной деятельности	2		2	6		
5	Биоэнергетическая характеристика восстановительных процессов	2		2	6		
6	Биохимические факторы физической работоспособности	2		2	6		
7	Биохимические основы средств и	2		2	6		

	методов скоростно-силовой подготовки. Биоэнергетические основы развития выносливости						
<b>8</b>	Закономерности развития биохимических и биоэнергетических процессов в ходе адаптации к нагрузкам под влиянием систематической тренировки	2		2	6		
<b>9</b>	Биоэнергетические и биохимические основы рационального питания и применение эргогенных средств при занятиях физической культурой и спортом	2		2	4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>4</b>	<b>16</b>	<b>52</b>		<b>зачет</b>

#### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Биоэнергетика клетки. Аэробные пути ресинтеза АТФ.	1	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>2</b>	Анаэробные пути ресинтеза АТФ. Энергетические факторы спортивной работоспособности.	1	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>3</b>	Динамика метаболических состояний при напряжённой мышечной деятельности			<b>1</b>	<b>6</b>		
<b>4</b>	Биоэнергетические изменения в организме спортсмена при утомлении под влиянием напряжённой мышечной деятельности	1		<b>1</b>	<b>6</b>		
<b>5</b>	Биоэнергетическая характеристика восстановительных процессов	1		<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>6</b>	Биохимические факторы физической работоспособности	1		<b>1</b>	<b>6</b>		
<b>7</b>	Биохимические основы средств и методов скоростно-силовой подготовки. Биоэнергетические основы развития выносливости	1		<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>8</b>	Закономерности развития	1		<b>0,5</b>	<b>6</b>		

	биохимических и биоэнергетических процессов в ходе адаптации к нагрузкам под влиянием систематической тренировки						
9	Биоэнергетические и биохимические основы рационального питания и применение эргогенных средств при занятиях физической культурой и спортом	1		0,5	4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		<b>зачет</b>

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### Примерный перечень заданий к зачёту по всему курсу

1. Биоэнергетика клетки
2. Биохимия мышечного сокращения. Актин, миозин, тропонин: строение, функции.
3. Биоэнергетика мышечного сокращения.
4. Биохимические процессы, обеспечивающие энергией мышечную работу.
5. Креатинфосфокиназная реакция ресинтеза АТФ, её количественные характеристики и метаболические факторы, их определяющие.
6. Гликолиз как путь ресинтеза АТФ. Максимальная мощность, ёмкость и эффективность этого процесса и метаболические особенности, определяющие эти параметры.
7. Аэробный процесс как путь ресинтеза АТФ, его количественные характеристики. Лимитирующие факторы развития аэробного энергообразования.
8. Понятие о метаболических состояниях организма человека. Биоэнергетические показатели метаболических состояний.
9. Количественные характеристики процессов энергообразования: максимальная мощность, метаболическая ёмкость, эффективность. Факторы, их определяющие.
10. Критические режимы мышечной деятельности, при которых происходит смена метаболических состояний.

11. Классификация физических упражнений по преимущественной направленности на совершенствование различных процессов энергообразования.
12. Классификация упражнений по зонам относительной мощности. Биоэнергетическая характеристика упражнений, выполняемых в разных зонах относительной мощности.
13. Биоэнергетические характеристики утомления. Центральные и периферические факторы в развитии утомления.
14. Последовательность процессов, приводящих к развитию утомления при выполнении нагрузок в различных зонах относительной мощности.
15. Направленность восстановительных процессов после мышечной работы. Срочное и отставленное восстановление. Энергетическое обеспечение восстановительных процессов.
16. Гетерохронность восстановления. Временные параметры различных восстановительных процессов.
17. Анаболическая фаза восстановления. Суперкомпенсация. Причины её возникновения.
18. Использование явления суперкомпенсации при построении тренировки, направленной на повышение работоспособности человека.
19. Биоэнергетические факторы, определяющие уровень развития скоростно-силовых качеств человека.
20. Эргометрические критерии силы и мощности при занятиях физическими упражнениями и спортом.
21. Биоэнергетические основы средств и методов скоростно-силовой подготовки.
22. Биоэнергетические компоненты выносливости.
23. Тесты и критерии для оценки выносливости.
24. Биоэнергетические основы тренировочных средств и методов, направленных на развитие алактатного компонента выносливости.
25. Биоэнергетические основы тренировочных средств и методов, направленных на развитие гликолитического компонента выносливости.
26. Биоэнергетическое обоснование средств и методов совершенствования аэробного компонента выносливости.
27. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам в процессе мышечной тренировки.
28. Проявление зависимости «доза – эффект» в процессе адаптации организма человека к физическим нагрузкам.
29. Биоэнергетические принципы физической тренировки.
30. Эргогенические средства и методы, направленные на повышение физической работоспособности и потенцирование тренировочного эффекта физических нагрузок.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

1) Основная литература:

1. Черемисинов В.Н. Энергетическое обеспечение напряженной мышечной деятельности [текст]. В.Н. Черемисинов – М.: ТВТ Дивизион, 2016, - С. 136.

2. Волков Н.И., Олейников В.И. Биоэнергетика спорта. – М.: Советский спорт, 2011

3. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. - Киев: Олимпийская литература, 2013.

2) Дополнительная литература:

1. Черемисинов В.Н. Биохимия : учебное пособие / В.Н. Черемисинов. – М.: Физическая культура, 2018. - 352 с.

2. Таймазов В.А., Марьянович А.Т. Биоэнергетика спорта. – СПб: Шатон, 2002

3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

4. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.

5. <http://минобрнауки.пф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

5. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.

6. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Б1.В.09 Биохимические основы тренировки для обучающихся института научно - педагогического образования 1 курса, группы направления подготовки 49.04.01 Физическая культура направленности (профилю) Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, очной и заочной форм) обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр-заочная форма обучения, 2 семестр –очная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачёт с оценкой.*

*Если номера семестров не совпадают при реализации дисциплины (модуля) на очной или заочной формах обучения, то указываются номера семестров отдельно для каждой формы обучения.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) Биоэнергетика клетки</i>	<i>1 неделя</i>	<i>5</i>
2	<i>Выступление на семинаре на тему: Аэробные пути энергообеспечения</i>	<i>2 неделя</i>	<i>5</i>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



3	<i>Тест №1 по теме: Биоэнергетика мышечной деятельности</i>	<i>5 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Тест №1 по теме: Биоэнергетика мышечной деятельности</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Выступление на семинаре: Биохимические факторы физической работоспособности</i>	<i>5 неделя</i>	<i>15</i>
6	<i>Выступление на семинаре: «Биоэнергетические и биохимические основы рационального питания и применение эргогенных средств при занятиях физической культурой и спортом»</i>	<i>8 неделя</i>	<i>5</i>
7	<i>Написание реферата по одной из предложенных преподавателем тем</i>	<i>7 неделя</i>	<i>15</i>
8	<i>Презентация по теме, предложенной преподавателем</i>	<i>8 неделя</i>	<i>10</i>
9	<i>Эссе на тему Классификация мышечной работы по преимущественной направленности</i>	<i>8 неделя</i>	<i>5</i>
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
<i>1</i>	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) Кинетические характеристики механизмов энергообеспечения</i>	<i>5</i>
<i>3</i>	<i>Выступление на семинаре: Факторы, определяющие аэробные возможности</i>	<i>10</i>
<i>4</i>	<i>Подготовка доклада: Энергообеспечение избранного вида спорта</i>	<i>5</i>
<i>5</i>	<i>Дополнительное тестирование по теме: Биоэнергетика мышечной деятельности</i>	<i>5</i>
<i>6</i>	<i>Написание реферата по теме, предложенной преподавателем</i>	<i>15</i>
<i>7</i>	<i>Презентация по теме: Эргогенические факторы питания</i>	<i>10</i>

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.09 Биохимические основы тренировки**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль):  
Медико-биологические проблемы  
адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1-заочная форма обучения, 2-очная форма обучения.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** Цель освоения дисциплины «Биохимические основы тренировки» – ознакомить обучающихся с биохимическими основами спортивной тренировки, биохимическими факторами, определяющими проявление физических качеств (силы, быстроты, выносливости), с закономерностями биохимической адаптации под влиянием спортивной тренировки. Научить магистрантов использовать биохимические знания при построении спортивной тренировки.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**  
**Биохимические основы тренировки.**

Обучающиеся вовремя изучения дисциплины должны освоить следующие компетенции:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта			
	Знать: ПК-2.1. Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта	2		1

	<p><i>Уметь:</i>  ПК-2.3. Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта  ПК-2.4. Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта  биоэнергетические факторы, лимитирующие уровень физической работоспособности и здоровья человека;</p>	2		1
	<p><i>Уметь:</i>  ПК-2.5. Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</p>	2		1

### **5.Краткое содержание дисциплины (модуля): Биохимические основы тренировки**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетных единиц, 72 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биоэнергетика клетки. Аэробные пути ресинтеза АТФ.	2	2	1	6		
2	Анаэробные пути ресинтеза АТФ. Энергетические факторы спортивной работоспособности.	2	2	1	6		
3	Динамика метаболических состояний	2		2	6		

	при напряжённой мышечной деятельности						
4	Биоэнергетические изменения в организме спортсмена при утомлении под влиянием напряжённой мышечной деятельности	2	2	6			
5	Биоэнергетическая характеристика восстановительных процессов	2	2	6			
6	Биохимические факторы физической работоспособности	2	2	6			
7	Биохимические основы средств и методов скоростно-силовой подготовки. Биоэнергетические основы развития выносливости	2	2	6			
8	Закономерности развития биохимических и биоэнергетических процессов в ходе адаптации к нагрузкам под влиянием систематической тренировки	2	2	6			
9	Биоэнергетические и биохимические основы рационального питания и применение эргогенных средств при занятиях физической культурой и спортом	2	2	4			
<b>Итого часов: 72</b>		<b>4</b>	<b>16</b>	<b>52</b>			<b>зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биоэнергетика клетки. Аэробные пути ресинтеза АТФ.	1	1	1	8		
2	Анаэробные пути ресинтеза АТФ. Энергетические факторы спортивной работоспособности.	1	1	1	8		
3	Динамика метаболических состояний при напряжённой мышечной деятельности			1	6		
4	Биоэнергетические изменения в	1		1	6		

	организме спортсмена при утомлении под влиянием напряжённой мышечной деятельности						
<b>5</b>	Биоэнергетическая характеристика восстановительных процессов	1		<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>6</b>	Биохимические факторы физической работоспособности	1		<b>1</b>	<b>6</b>		
<b>7</b>	Биохимические основы средств и методов скоростно-силовой подготовки. Биоэнергетические основы развития выносливости	1		<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>8</b>	Закономерности развития биохимических и биоэнергетических процессов в ходе адаптации к нагрузкам под влиянием систематической тренировки	1		<b>0,5</b>	<b>6</b>		
<b>9</b>	Биоэнергетические и биохимические основы рационального питания и применение эргогенных средств при занятиях физической культурой и спортом	1		<b>0,5</b>	<b>4</b>		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		<b>зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.10 Основы современной диетологии»**

Направление подготовки/специальность:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):  
«Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к  
физическим нагрузкам»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва 2020



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова  
(наименование)

Протокол № 1 от «\_31\_» августа\_2020\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)

Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Тамбовцева Ритта Викторовна- доктор биологических наук,  
профессор, заведующая кафедрой биохимии и биоэнергетики спорта им.  
Н.И.Волкова РГУФКСМиТ;

Плетнева Елена Викторовна- заведующая методическим кабинетом кафедры  
биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова РГУФКСМиТ.

Рецензент: Махалин Аду Васильевич, кандидат биологических наук, доцент  
кафедры анатомии и биологической антропологии

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.10 «Основы современной диетологии» является: обеспечение будущих специалистов знаниями в области базового питания спортсменов, заключающегося в том, чтобы удовлетворить потребности организма в основных нутриентах, восполнить энергетические затраты в дни напряженных тренировок и соревнований, и обеспечить восстановление после перенесенных нагрузок. Студенты должны усвоить основные принципы, на которых строится базовое питание спортсменов и возможность направленного воздействия применяемых продуктов на показатели физической работоспособности и сохранения здоровья спортсменов.

Дисциплина «Основы современной диетологии» реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП магистратуры

Предмет «Основы современной диетологии» относится к дисциплинам блока 1, части формируемой участниками образовательных отношений, соответствующему государственному образовательному стандарту третьего поколения по направлению 49.04.01 «Физическая культура». Дисциплина «Основы современной диетологии» изучается на основе предварительного изучения биохимии, физиологии и биохимических основ тренировки.

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих задач:

- 1) Ознакомление с историей развития и современными концепциями спортивной диетологии и методологией исследования биохимических механизмов влияния основных нутриентов для восполнения энергетических затрат в дни напряженных тренировок и соревнований.
- 2) Изучение и усвоение основных принципов базового питания спортсменов.
- 3) Отработка практических навыков направленного воздействия применяемых субстратов с целью повышения спортивной работоспособности и продления спортивного долголетия.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------	--	--

компетенции	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>УК-1</b>	<b>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</b>			
	<i>Знать:</i> УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	2		2
	<i>Уметь:</i> УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.	2		3
<b>ПК-1</b>	<b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>			
	<i>Знать:</i> ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2		2
	<i>Уметь:</i> ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2		3

	<i>Владеть:</i> ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта	2		3
--	---	---	--	---

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биохимические основы рационального питания и эргогенной диететики в спорте и физической культуре	2	2		8		
2	Принципы и формы питания при занятиях спортом и физической культурой	2		4	8		
3	Эргогенная диететика	2		2	8		
4	Базовые нутриенты питания в спорте и физической культуре и эффективность их применения	2		2	8		
5	Эргогенные нутриенты и эффекты от их применения	2		2	8		
6	Биологические активные добавки для использования в спорте и физической культуре	2		2	8		

	с учетом индивидуальных особенностей организма						
7	Рекомендации по применению биологически активных пищевых добавок для решения задач спортивной и физической подготовки	2		2	8		
Итого часов: 72		2		14	56		Зачет

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биохимические основы рационального питания и эргогенной диететики в спорте и физической культуре	2	2		10		
2	Принципы и формы питания при занятиях спортом и физической культурой	2		2	10		
3	Эргогенная диететика	3		1	10		
4	Базовые нутриенты питания в спорте и физической культуре и эффективность их применения	3		1	8		
5	Эргогенные нутриенты и эффекты от их применения	3		2	8		
6	Биологические активные добавки для использования в спорте и физической культуре с учетом индивидуальных особенностей организма	3		1	8		
7	Рекомендации по применению	3		1	8		

биологически активных пищевых добавок для решения задач спортивной и физической подготовки						
Итого часов: 72	2	8	62			Зачет

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

1. Устное выступление на семинаре.
2. Тест «Биохимические основы питания»
3. Реферат
4. Презентация

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Вопросы к зачету по всему курсу**

1. Задачи, решаемые средствами питания у лиц, занимающихся и не занимающихся физическими упражнениями.
2. Базовое питание. Основные компоненты базового питания.
3. Отличия базового питания спортсменов от питания лиц, не занимающихся спортом.
4. Понятие об адекватном, полноценном и сбалансированном питании.
5. Источники энергии для организма человека, их сравнительная характеристика.
6. Белки, их химический состав. Обмен белков. Роль белков в организме.
7. Понятие о заменимых и незаменимых аминокислотах, полноценных и неполноценных белках.
8. Потребность в белках, факторы на нее влияющие. Содержание белков в продуктах питания.
9. Отрицательный эффект избыточного потребления белка.
10. Белковые препараты. Комплексы аминокислот. Целесообразность и технология их применения.
11. Липиды, их классификация, важнейшие представители. Насыщенные, ненасыщенные и полиненасыщенные жирные кислоты.

12. Жиры как источник энергии при мышечной работе. Потребность в жирах. Жиры в питании спортсменов.
13. Обмен жиров в организме человека.
14. Жироподобные вещества, их биологическая роль.
15. Холестерин, его роль в организме. Проблемы, связанные с холестерином. Холестерин в продуктах питания.
16. Углеводы, их классификация, важнейшие представители, содержание углеводов в продуктах питания.
17. Обмен углеводов в организме человека.
18. Понятие о «быстрых» и «медленных» углеводах, гликемический индекс.
19. Клетчатка, ее роль как компонента питания.
20. Потребность в углеводах, факторы на нее влияющие. Содержание углеводов в важнейших продуктах питания.
21. Вода, роль воды в организме. Потребность в воде, факторы на нее влияющие.
22. Связь обмена воды и обмена минеральных соединений.
23. Содержание и роль минеральных веществ в организме.
24. Влияние специфики вида спорта на потребность в минеральных веществах. Пищевые источники минеральных веществ.
25. Витамины, их классификация. Роль водорастворимых и жирорастворимых витаминов в организме человека.
26. Использование углеводов для ускорения восстановительных процессов.
27. Особенности питания при тренировке в условиях среднегорья.
28. Адаптогены, важнейшие представители. Комплексные адаптогены. Их влияние на организм человека.
29. Понятие об антиоксидантах. Важнейшие представители.
30. Антигипоксанты, важнейшие представители.
31. Оптимальное соотношение углеводов, жиров и белков в питании лиц, занимающихся физической культурой и спортом, его зависимость от суточных энергозатрат и особенностей выполняемой тренировочной работы.
32. Отличие режима питания спортсменов от режима питания лиц, не занимающихся спортом и физической культурой.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Пшендин А.И. Рациональное питание спортсменов. – Санкт-Петербург: ГИОРД, 2008

2. Волков Н.И., Олейников В.И. Эргогенные эффекты спортивного питания. – М.: Советский спорт, 2012
3. Допинг-контроль:информ. материалы для спортсменов, врачей и тренеров сборных и клубных команд ФДР: Всемир антидопинговый кодекс : запрещ. список 2006 : Международ. стандарт / Федерация дзюдо России ( и др.) .- М. : СпортУниверГрупп, 2005. – 39с.
4. Полиевский С.А. Спортивная диетология : учеб. для студентов высш. образования, обучающихся по направлению « Физ. культура» .- М.: Академия, 2015. – 202с.
5. Волков Н.И., Олейников В.И. Эргогенные эффекты спортивного питания. – М.: Советский спорт, 2012

б) Дополнительная литература:

1. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. Киев: Олимпийская литература. 2013.
2. Волков Н.И., Олейников В.И. Биологически активные пищевые добавки в специализированном питании спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 2005.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: Рекомендуемые ресурсы Интернет для изучения курса:

<http://www.vesti-nauka.ru> - сайт новостей в науке

<http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

<http://www.krugosvet.ru> – сетевая энциклопедия «Кругосвет»

<http://ru.wikipedia.org> – сетевая энциклопедия «Википедия»

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).



8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **Б1.В.10 Основы современной диетологии для обучающихся института научно-педагогического образования 1 курса, направления подготовки/ специальности 49.04.01 «Физическая культура»\_направленности (профилю) Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, очной и заочной формы (м) обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр (ы)-для очной формы обучения, 2 и 3 семестры –для заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре на тему: « Углеводы в питании лиц, занимающихся физической культурой и спортом».	28 неделя	5
2	Выступление на семинаре на тему: «Белки и белковые препараты в питании спортсменов»	30 неделя	5
3	Выступление на семинаре на тему: « Средства и приемы питания для повышения работоспособности, ускорения восстановительных процессов и адаптации к нагрузкам»	31 неделя	5
4	Выступление на семинаре на тему: « Липиды в питании спортсменов»	32 неделя	5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

5	Выступление на семинаре на тему: «Адаптогены и их использование в спортивной практике».	32 неделя	5
6	Выступление на семинаре на тему: «Витамины в питании спортсменов»	33 неделя	5
7	Выступление на семинаре на тему: «Белки: строение, функции. Роль белков и пептидов в питании спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой».	34 неделя	5
8	Тест «Биохимические основы питания спортсменов» .	35 неделя	5
9	Написание реферата по теме на выбор из предложенных	35 неделя	15
10	Презентация по теме на выбор из предложенных	36 неделя	10
11	Выступление на заключительном занятии по теме «Рекомендации по применению биологически активных пищевых добавок для решения задач спортивной подготовки»	36 неделя	5
12	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	<i>Тест на тему пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре на тему пропущенного занятия</i>	10
4	<i>Подготовка доклада на выбор из предложенных тем, пропущенных студентом</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме «Углеводы»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме на выбор из предложенных тем</i>	15
7	<i>Презентация по теме на выбор из предложенных тем</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.10 Основы современной диетологии \_»**

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):  
Теория физической культуры и технология физического воспитания

Уровень образования: *магистратур*  
Форма обучения: *очная, заочная*  
Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2 семестр -для очной формы обучения, 2 и 3 семестры -для заочной формы обучения.

### 3. Цель освоения дисциплины (модуля):

обеспечение будущих специалистов знаниями в области базового питания спортсменов, заключающегося в том, чтобы удовлетворить потребности организма в основных нутриентах, восполнить энергетические затраты в дни напряженных тренировок и соревнований, и обеспечить восстановление после перенесенных нагрузок. Студенты должны усвоить основные принципы, на которых строится базовое питание спортсменов и возможность направленного воздействия применяемых продуктов на показатели физической работоспособности и сохранения здоровья спортсменов.

### 4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате обучения студенты должны овладеть следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий			

<b>ПК-1</b>	<p><i>Знать:</i> УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p>	2		2
	<p><i>Уметь:</i> УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p>	2		3
	<p><i>Владеть:</i> УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.</p>	2		3
	<b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>			
	<p><i>Знать:</i> ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p>	2		2
	<p><i>Уметь:</i> ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p>	2		3
	<p><i>Владеть:</i> ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта</p>	2		3

**5.Краткое содержание дисциплины (модуля):** составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

**Очная форма обучения**



№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биохимические основы рационального питания и эргогенной диететики в спорте и физической культуре	2	2		8		
2	Принципы и формы питания при занятиях спортом и физической культурой	2		4	8		
3	Эргогенная диететика	2		2	8		
4	Базовые нутриенты питания в спорте и физической культуре и эффективность их применения	2		2	8		
5	Эргогенные нутриенты и эффекты от их применения	2		2	8		
6	Биологические активные добавки для использования в спорте и физической культуре с учетом индивидуальных особенностей организма	2		2	8		
7	Рекомендации по применению биологически активных пищевых добавок для решения задач спортивной и физической подготовки	2		2	8		
Итого часов: 72			2	14	56		Зачет

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Биохимические основы рационального питания и эргогенной диететики в спорте и физической культуре	2	2		10		
2	Принципы и формы питания при занятиях спортом и физической культурой	2		2	10		
3	Эргогенная диететика	3		1	10		
4	Базовые нутриенты питания в спорте и физической культуре и эффективность их применения	3		1	8		
5	Эргогенные нутриенты и эффекты от их применения	3		2	8		
6	Биологические активные добавки для использования в спорте и физической культуре с учетом индивидуальных особенностей организма	3		1	8		
7	Рекомендации по применению биологически активных пищевых добавок для решения задач спортивной и физической подготовки	3		1	8		
Итого часов: 72			2	8	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
Б1.В.11 « Эргогенные средства повышения работоспособности»**

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова

Протокол №1 от «31» августа\_2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)

Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Тамбовцева Ритта Викторовна- доктор биологических наук,  
профессор, заведующая кафедрой биохимии и биоэнергетики спорта  
им.Н.И.Волкова,

Черемисинов Виталий Николаевич- кандидат биологических наук, профессор  
кафедры биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова,

Плетнева Елена Викторовна- заведующая методическим кабинетом кафедры  
биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины Б1.В.10 «Эргогенные средства повышения работоспособности» в высших учебных заведениях физической культуры является: вооружить будущих специалистов в области физической культуры и спорта знаниями о факторах, приводящих к возрастанию работоспособности человека, роли процессов преобразования энергии в совершенствовании человеческого организма, особенностях реализации биоэнергетических возможностей человека при выполнении спортивных и оздоровительных упражнений.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. «Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Эргогенные средства повышения работоспособности» является обязательной дисциплиной вариативной части магистерской программы «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам» и основывается на знаниях и умениях, которые обучающиеся в физкультурных ВУЗах получили при освоении базовых дисциплин: биохимии, физиологии и биоэнергетики спорта. Она является завершающей на заключительном этапе внедрения научных знаний в практику спорта и физического воспитания.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-3	Способен к разработке и реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта	3		4,5
	Знает:	3		4

ПК-3.1. Знает нормативные документы реализации профессиональных образовательных программ ПК-3.2. Знает принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования			
<b>Умеет:</b> ПК-3.3. Умеет определять эффективные принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования ПК-3.4. Умеет осуществлять педагогически организованные виды коммуникации с участниками образовательного процесса	3		4
<b>Владеет:</b> ПК-3.5. Владеет технологиями осуществления процессов обучения и воспитания в системе высшего образования	3		5

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц, 288 академических часов

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1 Раздел: Основные проблемы эргономики в спорте и физической культуре</b>							
1	Понятие об эргономике как совокупности способов повышения работоспособности человека.	3	2		6		
2	Биоэнергетика: образование и роль	3		1	6		

	энергии в живых организмах					
3	Биоэнергетические факторы, обеспечивающие спортивную работоспособность	3		1	4	
4	Средства влияния на метаболизм клетки при напряжённой мышечной деятельности	3		2	4	
5	Биоэнергетические и биохимические закономерности развития адаптации в процессе спортивной тренировки	3		1	4	
6	Адаптогены, их роль в спортивной практике	3		1	4	
			2	6	28	
<b>Итого часов: 36</b>						

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>2 раздел: Биохимические факторы эргогенного обеспечения спортивной подготовки</b>							
1	Антиоксиданты, их роль в спортивной практике	3		1	4		
2	Антигипоксанты, их роль в спортивной практике	3		1	4		
3	Роль витаминов и гормонов в обмене веществ.	3		1	4		
4	Пищевые биологические добавки, используемые как эргогенные средства в спорте	3		1	4		
5	Особенности построения системы спортивного питания, направленного на развитие биоэнергетических факторов спортивной работоспособности	3		1	4		
6	Использование гипоксической тренировки в спорте и физической культуре	3		2	4		
7	Средства и методы оценки спортивной работоспособности при			1	4		

	использовании эргогенных средств					
<b>Итого часов: 36</b>			<b>8</b>	<b>28</b>		<b>ЗаО</b>

### Заочная форма обучения

1 Раздел: Основные проблемы эргогеники в спорте и физической культуре						
1	Понятие об эргогенике как совокупности способов повышения работоспособности человека.	4	1		4	
2	Биоэнергетика: образование и роль энергии в живых организмах	4	1		6	
3	Биоэнергетические факторы, обеспечивающие спортивную работоспособность	4		1	6	
4	Средства влияния на метаболизм клетки при напряжённой мышечной деятельности	4		1	4	
5	Биоэнергетические и биохимические закономерности развития адаптации в процессе спортивной тренировки	4		1	4	
6	Адаптогены, их роль в спортивной практике	4		1	6	
<b>Итого часов: 36</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>2 раздел: Биохимические факторы эргогенного обеспечения спортивной подготовки</b>							
1	Антиоксиданты, их роль в спортивной практике	5		1	4		
2	Антигипоксанты, их роль в спортивной практике	5		1	4		
3	Роль витаминов и гормонов в обмене веществ.	5		1	4	ЗаО	
4	Пищевые биологические добавки,	5		1	4		



	используемые как эргогенные средства в спорте						
5	Особенности построения системы спортивного питания, направленного на развитие биоэнергетических факторов спортивной работоспособности	5	2		2		
6	Использование гипоксической тренировки в спорте и физической культуре	5		1	4		
7	Средства и методы оценки спортивной работоспособности при использовании эргогенных средств	5		1	4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>26</b>		<b>ЗаО</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень заданий к зачету по всему курсу**

1. Предмет эргогеники спорта. Современное состояние исследований в этой дисциплине.
2. Источники энергии для жизнедеятельности человека. Их сравнительная характеристика.
3. Понятие о метаболических состояниях организма человека. Биоэнергетические показатели метаболических состояний.
4. Критические режимы мышечной деятельности, при которых происходит смена метаболических состояний.
5. Классификация физических упражнений по преимущественной направленности на совершенствование различных процессов энергообразования.
6. Классификация упражнений по зонам относительной мощности. Биоэнергетическая характеристика упражнений, выполняемых в разных зонах относительной мощности.
7. Направленность восстановительных процессов после мышечной работы. Срочное и отставленное восстановление. Энергетическое обеспечение восстановительных процессов.

13. Гетерохронность восстановления. Временные параметры различных восстановительных процессов.
14. Анаболическая фаза восстановления. Суперкомпенсация. Причины её возникновения.
15. Использование явления суперкомпенсации при построении тренировки, направленной на повышение работоспособности спортсменов.
16. Многофакторная природа спортивной работоспособности. Факторы потенциалов и факторы производительности. Аэробная и анаэробная работоспособность спортсменов.
17. Факторы потенциалов и факторы производительности у представителей вида спорта, которым Вы занимаетесь.
18. Биоэнергетические факторы, определяющие уровень развития скоростно-силовых качеств спортсменов.
19. Эргометрические критерии силы и мощности у представителей вида спорта, которым Вы занимаетесь.
20. Влияние специфики вида спорта на потребность в минеральных веществах. Пищевые источники минеральных веществ.
21. Витамины, их классификация. Роль водорастворимых и жирорастворимых витаминов в организме человека.
22. Влияние занятий спортом и специфики различных видов спорта на потребность в витаминах.
23. Витамины, как антиоксиданты. Источники витаминов. Витамосодержащие препараты.
24. Использование факторов питания для повышения работоспособности.
25. Использование углеводов для поддержания мышечной работоспособности.
26. Использование факторов питания для ускорения восстановительных процессов.
27. Использование углеводов для ускорения восстановительных процессов.
28. Использование белковых препаратов и комплексов аминокислот для ускорения восстановительных процессов и ускорения процесса адаптации к мышечным нагрузкам.
29. Стимуляторы белкового синтеза. Важнейшие представители, технология их применения.
30. Особенности использования различных подходов в организации питания при тренировке в условиях среднегорья.
30. Адаптогены, важнейшие представители. Комплексные адаптогены. Их влияние на организм человека.
31. Использование адаптогенов в спортивной практике.
32. Понятие об антиоксидантах. Важнейшие представители. Антиоксиданты в спортивной практике.
33. Антигипоксанты, важнейшие представители. Использование антигипоксантов в спортивной практике.

34. Ноотропы, важнейшие представители. Использование ноотропов в спортивной практике.
35. Использование режима питания спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой для повышения их работоспособности.
36. Каково рациональное распределение рациона питания у спортсменов в дни соревнований и тренировок.
37. Организация биохимического контроля в спорте для оценки биоэнергетических функций у спортсменов при использовании эргогенных средств.
38. Мониторинг срочного биоэнергетического эффекта тренировки у спортсменов при использовании эргогенных средств.
39. Мониторинг отставленного эффекта тренировки у спортсменов при использовании эргогенных средств. .
40. Мониторинг кумулятивного эффекта тренировки у спортсменов при использовании эргогенных средств.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### 1) Основная литература:

1. Волков Н.И., Олейников В.И. Биоэнергетика спорта. – М.: Советский спорт, 2011
2. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. - Киев: Олимпийская литература, 2013.
3. Михайлов С.С. Спортивная биохимия. – М.: Советский спорт, 2011
4. Волков Н.И., Олейников В.И. Эргогенные эффекты спортивного питания. – М.: Советский спорт, 2012

### 2) Дополнительная литература

1. Иванов К.П. Основы энергетики организма, т. 3 Физиологическая и социальная энергетика человека. – СПб.: Наука, 2000.
2. Волков Н.И., Карасёв А.В., Сметанин В.Я., Смирнов В.В. Интервальная гипоксическая тренировка. – М.: Военная академия РВВСН им. Петра Великого, 2000.
3. Волков Н.И. Биоэнергетические процессы при мышечной деятельности// Физиология человека: учебник для ВУЗов физической культуры/ под общей редакцией В.И. Тхоревского, гл. 13 – М.: Физкультура, образование и наука, 2001.
4. Метаболизм в процессе физической деятельности. Ред. М. Харгривс – Киев: Олимпийская литература, 1998.
5. Таймазов В.А., Марьянович А.Т. Биоэнергетика спорта. – СПб: Шатон, 2002
5. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса/ под редакцией Дж.А. Мак Дугала, Г.Э. Уэнгера, Г. Дж. Грина / – Киев: Олимпийская литература, 1998.

6. Viru F., Viru M. Biochemical monitoring of sport training. – Champaign, IL: Human Kinetics, 2000.

- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
- <http://www.vesti-nauka.ru> - сайт новостей в науке
  - <http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке
  - <http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам
  - <http://www.krugosvet.ru> – сетевая энциклопедия «Кругосвет»
- 3) <http://ru.wikipedia.org> – сетевая энциклопедия «Википедия»

г) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) Б1.В.11 «Эргогенные средства повышения работоспособности» для обучающихся института научно-педагогического образования, 2 курса для очной формы обучения и 2 и 3 курса для заочной формы обучения, направления подготовки/ специальности 49.04.01 «Физическая культура», направленности «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам»*

### **I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, семестр для очной формы обучения; 4,5 семестры для заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: *зачет с оценкой 5 семестр- заочная форма обучения: 3 семестр-дифференцированный зачет для очной формы обучения.*

*Если номера семестров не совпадают при реализации дисциплины (модуля) на очной или заочной формах обучения, то указываются номера семестров отдельно для каждой формы обучения.*

### **II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

#### **1 и 2 разделы дисциплины**

	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)<sup>1</sup></b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Контрольная работа по разделу: « Химические реакции мышечного сокращения», «Адаптогены»</i>	<i>5 неделя</i>	<i>5</i>
2	<i>Рецензия на статью из журнала ВАК</i>	<i>7 неделя</i>	<i>15</i>
3	<i>Выступление на семинаре</i>		<i>5</i>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4	Тест №1 Биохимический состав мышечной ткани		5
5	Тест №3 Витамины		5
6	Тест №2 по теме/модулю «Энергетика мышечной деятельности» или «Биоэнергетика»		10
7	Написание реферата по теме на выбор из предложенных		15
8	Презентация по теме на выбор из предложенных		10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	Тестирование на тему(модулю) «Углеводы» или «Липиды» по выбору	5
3	Выступление на любом семинаре на тему: Адаптогены или Антиоксиданты	10
4	Подготовка доклада «Эргогенные средства избранного вида спорта», пропущенному студентом	5
5	Написание реферата по одной из предложенных преподавателем тем	15
6	Презентация по теме «Обмен липидов»	10
7	Выступление на семинаре по собственному желанию по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«\_Б1.В.11 «Эргогенные средства повышения работоспособности»**

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.



Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3- для очной формы обучения; 4,5 семестры-для заочной формы обучения].

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** Цель освоения дисциплины Б1.В.11«Эргогенные средства повышения работоспособности» в высших учебных заведениях физической культуры является: вооружить будущих специалистов в области физической культуры и спорта знаниями о факторах, приводящих к возрастанию работоспособности человека, роли процессов преобразования энергии в совершенствовании человеческого организма, особенностях реализации биоэнергетических возможностей человека при выполнении спортивных и оздоровительных упражнений.

Дисциплина реализуется на русском языке.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-3	Способен к разработке и реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта	3		4,5
	Знает: ПК-3.1. Знает нормативные документы реализации профессиональных образовательных программ ПК-3.2. Знает принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования	3		4

	<p><b>Умеет:</b>  ПК-3.3. Умеет определять эффективные принципы, методы, средства и формы организации процесса обучения и воспитания в системе высшего образования</p> <p>ПК-3.4. Умеет осуществлять педагогически организованные виды коммуникации с участниками образовательного процесса</p>	3		4
	<p><b>Владеет:</b>  ПК-3.5. Владеет технологиями осуществления процессов обучения и воспитания в системе высшего образования</p>	3		5

### 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1 Раздел: Основные проблемы эргономики в спорте и физической культуре</b>							
1	Понятие об эргономике как совокупности способов повышения работоспособности человека.	3	2		6		
2	Биоэнергетика: образование и роль энергии в живых организмах	3		1	6		
3	Биоэнергетические факторы, обеспечивающие спортивную работоспособность	3		1	4		
4	Средства влияния на метаболизм клетки при напряжённой мышечной деятельности	3		2	4		
5	Биоэнергетические и биохимические закономерности развития адаптации в процессе спортивной тренировки	3		1	4		

6	Адаптогены, их роль в спортивной практике	3		1	4		
			2	6	28		
Итого часов: 36							

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>2 раздел: Биохимические факторы эргогенного обеспечения спортивной подготовки</b>							
1	Антиоксиданты, их роль в спортивной практике	3		1	4		
2	Антигипоксанты, их роль в спортивной практике	3		1	4		
3	Роль витаминов и гормонов в обмене веществ.	3		1	4		
4	Пищевые биологические добавки, используемые как эргогенные средства в спорте	3		1	4		
5	Особенности построения системы спортивного питания, направленного на развитие биоэнергетических факторов спортивной работоспособности	3		1	4		
6	Использование гипоксической тренировки в спорте и физической культуре	3		2	4		
7	Средства и методы оценки спортивной работоспособности при использовании эргогенных средств	3		1	4		
Итого часов: 36				8	28		ЗаО

### Заочная форма обучения

<b>1 Раздел: Основные проблемы эргогеники в спорте и физической культуре</b>							
1	Понятие об эргогенике как совокупности способов повышения работоспособности человека.	4	1		4		

2	Биоэнергетика: образование и роль энергии в живых организмах	4	1		6		
3	Биоэнергетические факторы, обеспечивающие спортивную работоспособность	4		1	6		
4	Средства влияния на метаболизм клетки при напряжённой мышечной деятельности	4		1	4		
5	Биоэнергетические и биохимические закономерности развития адаптации в процессе спортивной тренировки	4		1	4		
6	Адаптогены, их роль в спортивной практике	4		1	6		
Итого часов: 36				2	4	30	

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>2 раздел: Биохимические факторы эргогенного обеспечения спортивной подготовки</b>							
1	Антиоксиданты, их роль в спортивной практике	5		1	4		
2	Антигипоксанты, их роль в спортивной практике	5		1	4		
3	Роль витаминов и гормонов в обмене веществ.	5		1	4		ЗаО
4	Пищевые биологические добавки, используемые как эргогенные средства в спорте	5		1	4		
5	Особенности построения системы спортивного питания, направленного на развитие биоэнергетических факторов спортивной работоспособности	5	2		2		
6	Использование гипоксической тренировки в спорте и физической культуре	5		1	4		

7	Средства и методы оценки спортивной работоспособности при использовании эргогенных средств	5		1	4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>26</b>		<b>ЗаО</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с  
иностранными источниками»»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

***Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура. \***

***Направленность: Общественное здравоохранение,***

***Теория, методика и технология фитнеса,***

***Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и  
спорта,***

***Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к  
физическим нагрузкам,***

***Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта,***

***Педагогика физической культуры,***

***Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к  
физическим нагрузкам,***

***Международное спортивное и олимпийское движение,***

***Теория физической культуры и технология физического воспитания***

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора **2021, 2022, 2023**

Москва – 2020\_\_г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
иностраннных языков и лингвистики  
(наименование)  
Протокол № 4 от «22» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
иностраннных языков и лингвистики  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Удалова Марина Юрьевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры  
иностраннных языков и лингвистики

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины является языковая подготовка магистров в системе многоуровневого образования и формирование у обучающихся умений и навыков по основным аспектам иностранных языков специальности и видам коммуникативной деятельности в рамках профессионального общения, повышение общекультурного и общеинтеллектуального уровня обучаемых, развитие их самосознания и осмысления своего места в профессиональной деятельности.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «\_Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками» является дисциплиной по выбору.

Владение иностранным языком является обязательным для современного специалиста с высшим образованием, выпускника магистратуры. Курс обучения по данной программе реализуется как продолжение курса профессионального иностранного языка и предполагает обучение иностранному языку на заключительном этапе в качестве дисциплины по выбору. Дисциплина «\_Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками» связана с дисциплинами Б1.О.02 Современные проблемы наук о физической культуре и спорте, Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе			



	на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия			
Начальный этап (знания)	<p><b>Знать</b> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности</p> <p>УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;</p> <p>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;</p>	3		2
Продвинутой этап(умения)	<p><b>Уметь</b> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности</p> <p>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p>	3		2
Завершающий этап (навыки)	<p><b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p> <p>УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;</p> <p>УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических</p>	3		2

	<i>сборников, иных отчетных данных на иностранном языке</i>			
<b>ПК1</b>	<i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i>			
<i>Начальный этап (знания)</i>	<b>Знать:</b> ПК-1.1 <i>Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта</i> ПК-1.2. <i>Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</i>	3		2
<i>Продвинутый этап (умения)</i>	<b>Уметь:</b> ПК-1.3. <i>Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</i> ПК-1.4. <i>Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</i>	3		2
<i>Завершающий этап (навыки)</i>	<b>Владеть:</b> ПК-1.5. <i>Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта</i>	3		2

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Работа с иноязычными источниками информации. Стилистические особенности научных и научно-популярных текстовых материалов. Основы реферирования иноязычных текстов	3		4	30	Контрольное задание. Анализ текста	
2	Специальная и терминологическая лексика делового общения	3		2	10	Словарь лексики	
3	Работа с профессиональными информационными ресурсами: А) зарубежные специальные периодические издания Б) специальные интернет ресурсы В) on-line лекции, семинары, интерактивные уроки	3		6	10	Список изданий по теме исследования	
4	Подготовка научных публикаций для англоязычных изданий 1. Структура научной статьи 2. Особенности научно-популярной статьи	3		6	40	Статья	
<b>Итого часов: 108 3 ед.</b>				<b>18</b>	<b>90</b>		<b>Зачет</b>

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа		
1	Работа с иноязычными источниками информации. Чтение профессиональной литературы. Стилистические особенности научных и научно-популярных текстовых материалов. Основы реферирования иноязычных текстов	2		1	30	Контрольное задание. Анализ текста	
2	Специальная и терминологическая лексика делового общения	2		1	10	Словарь лексики	
3	Работа с профессиональными информационными ресурсами: А) зарубежные специальные периодические издания Б) специальные интернет ресурсы В) on-line лекции, семинары, интерактивные уроки	2		2	22	Список изданий по теме исследования	
4	Подготовка научных публикаций для англоязычных изданий 3. Структура научной статьи 4. Особенности научно-популярной статьи	2		2	40	Статья	
Итого часов: 108 3 ед.				6	102		Зачет

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

После изучения тем семестра проводится контроль лексико-грамматических знаний по изученному материалу (виды контроля представлены в таблице).

1. Составление списка источников
2. Статья по теме магистерской диссертации
3. Терминологический словарь

### **ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

3 семестр

А. Письменная зачетная работа (письменный перевод на иностранный язык) статьи по теме научного исследования, составление терминологического словаря, библиография.

Б. Беседа с преподавателем по предоставленным материалам.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

1) Основная литература:

Английский язык

1. Бреус Е.В. Курс перевода с английского языка на русский : учеб. пособие / Е.В. Бреус. - М.: Р.Валент, 2007. - 317 с.
2. Reader on Sociology учеб. пособие, Английский язык для социологов  
Автор: Ляляев С. В.М.: ФЛИНТА
3. Udalova M. Essential Grammar for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по грамматике английского языка для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки, «РГУФКСМиТ», 2014 г. 57 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235675&DocQuerID=9526619&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Udalova M. Reader for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по чтению на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2013 г. 40 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235679&DocQuerID=9526619&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Wi>

- [n&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](#)
5. Udalova M. Essential Writing for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по письму на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2014 г. 53 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=241504&DocQuerID=9526619&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  6. ПЕРШИНА ФИНАНСОВАЯ ЭКОНОМИКА (АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК ДЛЯ МАГИСТРОВ) Copyright ОАО «ЦКБ «БИБКОМ» & ООО «Агентство <...> АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК ДЛЯ МАГИСТРОВ Учебное пособие 2-е издание, стереотипное Рекомендовано УМО РАЕ по классическому <...> Английский язык для магистров [Электронный ресурс] : учеб. пособие /РУКОНТ
  7. Английский для психологов [Электронный ресурс] / С.А. Сергутина .— Смоленск : Универсум, 2014 .— 62 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/282915> РУКОНТ
  8. Муравейская, М.С. Английский язык для медиков [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, аспирантов, врачей и науч. сотрудников / Л.К. Орлова, М.С. Муравейская .— 14-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017 .— 384 с. — ISBN 978-5-89349-069-5 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/244461>
  9. Губина, Г.Г. Английский язык в магистратуре и аспирантуре : учебное пособие : [16+] / Г.Г. Губина. – Ярославль : Ярославский государственный педагогический университет, 2010. – 128 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135306> ). – ISBN 978-5-87555-608-1. – Текст : электронный.

#### Немецкий язык

1. Товстых В.П. Немецкий язык в правилах, упражнениях и текстах: учеб.-метод.пособие/В.П.Товстых, О.П.Корнеева;С.-Петерб.гос.акад.физ.культуры им. П.Ф.Лесгафта. –СПб.: {Изд-во СПбГАФК им.П.Ф. Лесгафта}, 2005.-84 с.:табл.
2. Попряник Л.В. Практикум по переводу экономических текстов с немецкого на русский язык. М., 2000.
3. Юрина, М.В. Deutsch für den Beruf: (немецкий язык в сфере профессиональной коммуникации) : [16+] / М.В. Юрина ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Самарский государственный архитектурно-строительный университет». – Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. – 94 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256158> ). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9585-0561-6. – Текст : электронный.

#### Французский язык

Попова, И.Н.

1. Грамматика французского языка = Le Francais : практ. курс / И.Н. Попова, Ж.А. Казакова. - 12-е изд., стер. - Москва: Nestor, 2003. - 475 с. - ISBN 5-901074-24-6: 137.50.
2. Рыжанская, Н.А. Nouvelles Choiesies pour la Conversation : пособие по развитию уст. речи : [текст для чтения на фр. яз.] / Н. А. Рыжанская. - Москва: Междунар. отношения, 1972. - 141 с.
3. Воронкова, И.С. Французский язык (Магистратура)=LA LANGUE FRANÇAISE (MAGISTRATURE) : учебное пособие : [16+] / И.С. Воронкова, Я.А. Ковалевская ;

науч. ред. Е.А. Чигирин ; Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИНЖЕНЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ». – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 138 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561785> Библиогр.: с. 135. – ISBN 978-5-00032-367-0. – Текст : электронный.

**б) Рекомендуемая литература (дополнительная)**

1. Голикова Ж.А. Перевод с английского на русский : учеб. пособие = Learn to Translate by Translating from English into Russian / Ж.А. Голикова. - 5-е изд., стер. - Минск: Нов. знание, 2008. - 286 с.: ил.
2. Архипкина Г.Д. Немецкий язык для журналистов: учеб.пособие для студентов и аспирантов фак.журналистики / Г.Д.Архипкина, К.А.Петросян.-М.;Ростов н.Дон:Март, 2004 – 255
3. Раевская, О.В. Французско-русский русско-французский словарь : ок. 100000 слов и словосочетаний / О.В. Раевская. - Москва: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, [2010]. - 638 с. - (Карманная библиотека словарей). - ISBN 978-5-17-057322-6. - ISBN 978-5-271-22774-5: 180.00: беспл.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<https://www.sportedu.ru/>  
<https://lms.sportedu.ru/>  
<http://lib.sportedu.ru/history.html>  
<http://wikipedia.org>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
  - Операционная система – Microsoft Windows.
  - Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
  - Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
  - Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
  - Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
  - Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для занятий семинарского типа и самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками» для магистров, обучающихся института научно-педагогического образования 2 курса, направления подготовки/ специальности 49.04.01 "Физическая культура" Направленность: Общественное здравоохранение, Теория, методика и технология фитнеса, Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта, Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта, Педагогика физической культуры, Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам, Международное спортивное и олимпийское движение, Теория физической культуры и технология физического воспитания

### I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр–очная форма, 2 семестр – заочная форма

Форма промежуточной аттестации: зачёт/дифференцированный зачет/экзамен 3 семестр–очная форма, 2 семестр –заочная форма

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Стилистический анализ текстов</i>	3	20
2	<i>Составление терминологического словаря</i>	5	10

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



3	Составление библиографии по теме исследования	7	20
4	Статья по теме исследования	9	30
	Зачет		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Стилистический анализ текстов	3	20
2	Составление терминологического словаря	5	10
3	Составление библиографии по теме исследования	7	20
4	Статья по теме исследования	9	30
	Зачет		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале	F	E	D	C	B	A

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

ECTS						
------	--	--	--	--	--	--

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт научно-педагогического образования  
Кафедра иностраннх языков и лингвистики

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с  
иностраннми источниками»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

**Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"  
Направленность: Общественное здравоохранение, Теория, методика и  
технология фитнеса, Государственная молодежная политика в сфере  
физической культуры и спорта, Медико-биологические проблемы  
адаптации организма человека к физическим нагрузкам,  
Менеджмент и экономика в сфере физической культуры и спорта,  
Педагогика физической культуры, Медико-биологические проблемы  
адаптации организма человека к физическим нагрузкам,  
Международное спортивное и олимпийское движение,  
Теория физической культуры и технология физического воспитания**

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и (или) заочная*

Год набора **2021, 2022, 2023**

Москва - 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** 3 зачетных единицы, 108 часов

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр – очная и 2 семестр заочная форма

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Целью освоения дисциплины является языковая подготовка магистров в системе многоуровневого образования и формирование у обучающихся умений и навыков по основным аспектам иностранных языков специальности и видам коммуникативной деятельности в рамках профессионального общения, повышение общекультурного и общеинтеллектуального уровня обучаемых, развитие их самосознания и осмысления своего места в профессиональной деятельности.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК4	<i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</i>			
<i>Начальный этап (знания)</i>	<b>Знать</b> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности  УК-4.2. Знает способы логически верного,	3		2

	<p><i>аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;</i></p> <p><i>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;</i></p>			
<i>Продвинутой этап(умения)</i>	<p><b>Уметь</b> УК-4.4. <i>Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности</i></p> <p><i>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</i></p>	3		2
<i>Завершающий этап (навыки)</i>	<p><b>Владеть</b> УК-4.6. <i>Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</i></p> <p><i>УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;</i></p> <p><i>УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке</i></p>	3		2
<b>ПК1</b>	Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта			
<i>Начальный этап</i>	<b>Знать:</b> ПК-1.1 <i>Знает основные показатели</i>	3		2

	деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта			
(знания)				
Продвинутый этап (умения)	<b>Уметь:</b> ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3		2
Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта	3		2

### 1. Краткое содержание дисциплины (модуля):

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа		
1	Работа с иноязычными источниками информации. Стилистические особенности научных и научно-популярных текстовых материалов. Основы реферирования иноязычных текстов	3		4	30	Контрольное задание. Анализ текста	
2	Специальная и терминологическая	3		2	10	Словарь лексики	

	лексика делового общения						
3	Работа с профессиональными информационными ресурсами: А) зарубежные специальные периодические издания Б) специальные интернет ресурсы В) on-line лекции, семинары, интерактивные уроки	3		6	10	Список изданий по теме исследования	
4	Подготовка научных публикаций для англоязычных изданий 5. Структура научной статьи 6. Особенности научно-популярной статьи	3		6	40	Статья	
<b>Итого часов: 108 3 ед.</b>				<b>18</b>	<b>90</b>		<b>Зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа		
1	Работа с иноязычными источниками информации. Чтение профессиональной литературы. Стилистические особенности научных и научно-популярных текстовых материалов. Основы реферирования иноязычных текстов	2		1	30	Контрольное задание. Анализ текста	

2	Специальная терминологическая лексика делового общения	и	2	1	10	Словарь лексики	
3	Работа профессиональными информационными ресурсами: А) зарубежные специальные периодические издания Б) специальные интернет ресурсы В) on-line лекции, семинары, интерактивные уроки	с	2	2	22	Список изданий по теме исследования	
4	Подготовка научных публикаций для англоязычных изданий <ul style="list-style-type: none"> <li>• Структура научной статьи</li> <li>• Особенности научно-популярной статьи</li> </ul>		2	2	40	Статья	
<b>Итого часов: 108</b>			<b>3</b>	<b>ед.</b>	<b>6</b>	<b>102</b>	<b>Зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра Рекламы, связей с общественностью и социально-  
гуманитарных проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска  
информационных источников»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
(наименование)  
Протокол № 02 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Кузнецова Н.А

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «**Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников**» является: формирование у магистра совокупности знаний, умений, навыков, обеспечивающих оптимальное осуществление индивидуальной информационной деятельности, направленной на удовлетворение как профессиональных, так и непрофессиональных потребностей в информации, как на государственном так и на иностранном языке. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

### БЛОК Б1.В.ДВ.01 дисциплина по выбору

*(Указывается блок и часть ООП (ОПОП), к которым относится данная дисциплина (модуль), в том числе элективная/факультативная)*

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 Физическая культура.

Прохождение данной дисциплины является одним из элементов подготовки и написанию научно-исследовательской работы обучающегося.

Итогом изучения данной дисциплины является оценка сформированности компетенций, указанных в пункте 3.

Основными требованиями к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин являются:

- владение функциональными навыками, необходимыми для выполнения научно-исследовательских работ;
- владение основными способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе связанными с работой на компьютере и в глобальной информационной сети.

Для освоения Дисциплина «**Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников**» необходимы предшествующие ей дисциплины:

Иностранный язык (профессиональный);

Цифровая культура: технологии и информационная безопасность;

Адаптация организма человека к двигательной деятельности;

Физиология развития человека;

Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом;

Антропология физического воспитания;

Основы современной диетологии;

Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками;

и последующие после нее дисциплины:

Иностранный язык (профессиональный);

Цифровая культура: технологии и информационная безопасность;

Адаптация организма человека к двигательной деятельности;

Физиология развития человека;

Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом;

Антропология физического воспитания;

Основы современной диетологии;

Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками.

Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к защите и процедуру защиты, в соответствии с этапами формирования компетенций.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

### **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------	--	--

<b>компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции</b>	<b>Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции</b>	<b>Очная форма обучения</b>	<b>Заочная форма обучения курс</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>УК-4</b>	<p>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.</p> <p>УК-4.1. Устанавливает контакты и организует общение в соответствии с потребностями совместной деятельности, используя современные коммуникационные технологии</p> <p>УК-4.2. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения..</p> <p>УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.</p> <p>УК-4.4 Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность.</p> <p>УК-4.5 Организует обсуждение результатов исследовательской и проектной деятельности на различных публичных мероприятиях на русском языке, выбирая наиболее подходящий формат.</p>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>ПК-1</b>	<p>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.1. Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической</p>	<b>3</b>	<b>3</b>

культуры и спорта		
ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3	
ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта.		2
ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта		2
ПК-1.5 Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта.		

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, методы и задачи технологии поиска и работы с информационными источниками	3		2	10		
2	Виды информационных источников (Библиотека, ЭБС,				20		

	Базы данных (отечественные и зарубежные).	3		4			
3	Работа над печатными информационными источниками	3		4	10		
4	Информационная культура в научной и профессиональной деятельности.	3		2	20		
5	Работа с ГОСТАМИ при оформлении научных работ.	3		4	10		
6	Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов (отечественных и зарубежных).	3		2	20		
<b>Итого часов: 108</b>				<b>18</b>	<b>90</b>	<b>зачет</b>	

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, методы и задачи технологии поиска и работы с информационными источниками	2		2	10		
2	Виды информационных источников (Библиотека, ЭБС, Базы данных (отечественные и зарубежные).	2			22		
3	Работа над печатными информационными источниками	2			12		
4	Информационная культура в научной и профессиональной деятельности.	2		2	20		
5	Работа с ГОСТАМИ при оформлении научных работ.	2		2	14		
6	Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов	2			24		

(отечественных и зарубежных).						
<b>Итого часов: 108</b>		<b>6</b>	<b>102</b>	<b>зачет</b>		

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

**Вопросы к зачету по курсу**

**Примерный перечень вопросов к контролю по дисциплине для студентов.**

1. Понятие информационная культура.
2. Информационная культура в научной деятельности.
3. Библиотеки – информационный ресурс общества.
4. Какие информационные источники необходимо использовать для получения представлений об истории и современном состоянии той области знаний, которая определена вами как предмет исследования?
5. Какие формы используются исследователем при изучении анализе литературных источников, их характеристика?
6. Какие требования предъявляются к исследователю при библиографическом описании информационных источников?
7. Виды Информационных ресурсов.
8. Поисковые информационные ресурсы и базы данных.
9. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу.

**Темы докладов.**

1. Составление библиографических списков по темам.
2. Поиск информации в зарубежных профессиональных базах данных.
3. Стандарты оформления научных работ.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

1) Основная литература:

1. Аббакумов, И.С. Методы и средства работы с информационными ресурсами при проведении диссертационного исследования : метод. материалы / И.С. Аббакумов ; Рос. акад. гос. службы при президенте РФ. - Москва: Изд-во РАГС, 2007. - 101 с.
2. Ануфриев, А.Ф. Научное исследование : курсовые, диплом. и дис. работы / А.Ф. Ануфриев ; Моск. гос. открытый пед. ун-т им. М.А. Шолохова, Фак. психологии. - [3-е изд., стер.]. - Москва: Ось-89, 2007. - 112 с.: табл.
3. Волков, Ю.Г. Диссертация : подгот., защита, оформление : практ. пособие / Ю.Г. Волков ; под ред. Н.И. Загузова. - Изд. 3-е / [стереотип.]. - Москва: Гардарики, 2005. - 185 с.: табл.
4. Дрешер, Ю.Н. Информационное обеспечение ученых и специалистов : учеб.-метод. пособие / Ю.Н. Дрешер. – Санкт-Петербург: профессия, 2008. - 463 с.: ил.
5. О плагиате в диссертациях на соискание ученой степени : рек. Президиумом Высш. аттестац. комис. при М-ве образования и науки РФ для использования в работе эксперт. советами Высш. аттестац. комис. при М-ве образования и науки РФ и советами по защите дис. на соискание ученой степени канд. наук, д-ра наук / Высш. аттестац. комис. при М-ве образования и науки РФ. - 2-е изд., перераб. и доп. – Москва:Изд-во МИИ, 2015.- 10 с.

2) Дополнительная литература:

1. Брофи, П. Современная библиотека учебного заведения / Питер Брофи ; пер. с англ. А.Б. Лисица, Е.В. Малявской, науч. ред. пер. д-р техн. наук, проф. Я.Л. Шрайберг. - Москва: Омега-Л, 2009. - 307 с.: табл.
2. Гиляревский, Р.С. Рубрикатор как инструмент информационной навигации / Р.С. Гиляревский, А.В. Шапкин, В.Н. Белоозеров. – Санкт-Петербург: профессия, 2008. - 352 с.: ил.
3. Голубцов, С.Б. Средства менеджмента библиографической информации : учеб.-метод. пособие / С.Б. Голубцов ; С.-Петерб. ин-т внешнеэконом. связей, экономики и права, О-во "Знание" С.-Петерб. и Ленинград. обл. – Санкт-Петербург: [ИВЭСЭП: знание], 2009. - 84 с.
4. Грекова, О.К. Обсуждаем, пишем диссертацию и автореферат : учеб пособие : [для иностранцев изучающих рус. яз.] / О.К. Грекова, Е.А. Кузьмина. - 2-е изд., испр. - Москва: Флинта: Наука, 2005. - 294 с.: табл.

3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- a. Электронная библиотека диссертаций РГБ [www.diss.rsl.ru](http://www.diss.rsl.ru);



- b. Удаленная база данных «ProQuest Health Reserch Premium Collection» <http://www.proquest.com>.
- c. Национальная электронная библиотека НЭБ <http://НЭБ.РФ>
- d. Публичная интернет-библиотека СМИ (мониторинг СМИ, обзор прессы): <http://public.ru>

4) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС <http://lib.rucont.ru>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников  
для обучающихся Института научно-педагогического образования, 2\_курса,  
направления подготовки 49.04.01 Физическая культура  
направленности (профилю) Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам  
очная/заочная формы (м) обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Кафедра Рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем

Сроки изучения дисциплины (модуля): очная форма обучения 3 семестр, заочная форма обучения 2 курс.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
I	Контрольная работа по разделу «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу»:	1-я – 3я неделя семинарских	5 за 1 контрольную (25 за все

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	Оформление библиографического списка. Библиографическое описание книг. Библиографическое описание статей. Библиографическое описание иностранных источников. Библиографическое описание электронных ресурсов.	занятий	контрольные)
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов».	4-я неделя семинарских занятий	5
3	Выполнение практического задания №2 по разделу «Информационная культура в научной и профессиональной деятельности».	5-я неделя семинарских занятий	5
4	Тест по теме «Оформление научных работ».	6-я – 7-я неделя семинарских занятий	5
5	Подготовка докладов по теме: 1. Составление библиографических списков по темам. 2. Поиск информации в зарубежных профессиональных базах данных.	8-я – 9-я неделя семинарских занятий	15 за 1 доклад (30 за все доклады)
6	Посещение занятий	в течение семестра	10
	Зачёт	Согласно расписанию.	20
	ИТОГО		100 баллов

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

7.	Подготовить список литературы по ГОСТУ 7.0.100-2018 из 15 источников информации	61	Книги 1-3 авторов – 5 баллов. Книги 4 и более авторов – 8 баллов. Научный сборник – 8 баллов. Книга на иностранном языке – 8 баллов Статья из журнала – 6 баллов. Статья из научного сборника – 6 баллов. Статья из иностранного журнала на иностранном языке – 6 баллов. Электронный ресурс – 8 баллов. Автореферат диссертации – 6 баллов.
----	---	----	--

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

–Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра Рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных  
источников»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

*Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).*

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** очная форма обучения 3 семестр, заочная форма 2 курс.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля): «Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников»** является: формирование у магистра совокупности знаний, умений, навыков, обеспечивающих оптимальное осуществление индивидуальной информационной деятельности, направленной на удовлетворение как профессиональных, так и непрофессиональных потребностей в информации, как на государственном так и на иностранном языке. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

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

**УК-4.1.** Умеет выстраивать эффективную коммуникацию с партнерами в процессе профессионального взаимодействия на государственном и иностранных языках.

**УК-4.2.** Ведет деловую переписку, учитывая особенности стилистики официальных и неофициальных писем, социокультурные различия в формате корреспонденции на государственном и иностранном (-ых) языках.

**УК-4.3.** Демонстрирует умение выполнять перевод академических и профессиональных текстов с иностранного (-ых) на государственный язык.

**ПК-1** – Способность и готовность к организации и проведению научных исследований, к участию в решении научно-практических (прикладных) задач в области общественного здоровья и здравоохранения, к публичному представлению их результатов.

**ПК-1.1.** Знает основы и формулирует цель и задачи при осуществлении планирования научного исследования по актуальной проблеме общественного здоровья и здравоохранения.

**ПК-1.2.** Умеет работать с научной и справочной литературой, электронными научными базами (платформами) и владеет современными стратегиями поиска научной информации.

**ПК-1.3.** Умеет применить алгоритмы и методы проведения научно-практических исследований (изысканий), осуществляет выбор дизайна исследования, адекватного

цели и задачам научного исследования.

**ПК-1.4.** Имеет опыт представлять результаты научного исследования в форме научных публикаций, информационно-аналитических материалов, демонстрируя готовность к публичному представлению результатов научного исследования.

**ПК-1.5** Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта.

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, методы и задачи технологии поиска и работы с информационными источниками	3		2	10		
2	Виды информационных источников (Библиотека, ЭБС, Базы данных (отечественные и зарубежные).	3		4	20		
3	Работа над печатными информационными источниками	3		4	10		
4	Информационная культура в научной и профессиональной деятельности.	3		2	20		
5	Работа с ГОСТАМИ при оформлении научных работ.	3		4	10		
6	Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов (отечественных и зарубежных).	3		2	20		
<b>Итого часов: 108</b>				<b>18</b>	<b>90</b>	<b>зачет</b>	

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет, методы и задачи технологии поиска и работы с информационными источниками	2		2	10		
2	Виды информационных источников (Библиотека, ЭБС, Базы данных (отечественные и зарубежные).	2			22		
3	Работа над печатными информационными источниками	2			12		
4	Информационная культура в научной и профессиональной деятельности.	2		2	20		
5	Работа с ГОСТАМИ при оформлении научных работ.	2		2	14		
6	Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов (отечественных и зарубежных).	2			24		
<b>Итого часов: 108</b>				<b>6</b>	<b>102</b>	<b>зачет</b>	



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.03 Современные методы анализа данных»**

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 Физическая культура

Программа магистратуры: Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования

Протокол № 02 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и  
рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
Протокол № 3 от «22» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители: Маркарян Вардануц Степановна, к.т.н., доцент, доцент  
кафедры Биомеханики и естественнонаучных дисциплин РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Современные методы анализа данных» является: формирование представления о современных методах анализа данных и знакомство магистрантов с подходами к решению задач профессиональной деятельности в области физической культуры с использованием методов математической статистики.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 Физическая культура программы магистратуры «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам».

Дисциплина «Современные методы анализа данных» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

Для успешного изучения дисциплины магистранты должны владеть знаниями и умениями, полученными ими при освоении дисциплин «Математика», «Информатика», «Спортивная метрология» и «Основы научно-методической деятельности» в бакалавриате.

Изучение дисциплины является базовым для последующего прохождения Производственной практики: «Научно-педагогическая практика», «Преддипломная практика», «Научно-исследовательская работа».

Изучение дисциплины готовит обучающихся к решению задач в сфере профессиональной деятельности. Освоение современных методов анализа данных и, в частности, методов математической статистики, позволит магистрантам при подготовке выпускной квалификационной работы и в последующей работе по специальности ввести элементы точной количественной и качественной оценки тех фактов, которые будут появляться в ходе их профессиональной деятельности.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>УК4</b>	<b>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</b>			
<i>Начальный этап (знания)</i>	<i>УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке; УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;</i>	3		3
<i>Продвинутой этап(умения)</i>	<i>УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в</i>	3		3

	устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;			
Завершающий этап (навыки)	УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности; УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке; УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке	3		3
<b>ПК1</b>	<b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>			
Начальный этап (знания)	ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3		3
Продвинутый этап (умения)	ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3		3
Завершающий этап (навыки)	ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта	3		3

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Применение современных методов анализа данных в решении профессиональных задач	3		2	10		
2	Элементы математической статистики	3		6	40		
1.1	Эмпирические распределения. Описательная статистика	3		2	10		
1.2	Параметрическая статистика	3		2	10		
1.3	Непараметрическая статистика	3		2	20		
2	Статистические расчеты в MSEXCEL	3		10	40		
2.1	Работа с данными. Расчеты в MSEXCEL	3		2	10		
2.3	Проверка статистических гипотез	3		4	10		
2.4	Корреляционный и регрессионный анализ	3		4	20		
<b>Итого часов: 108</b>				<b>18</b>	<b>90</b>		
	<b>Итоговая форма контроля</b>						<b>Зачёт</b>

## Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	работа Самостоятельная	Контроль	
1	Применение современных методов анализа данных в решении профессиональных задач	3		2	20		
2	Элементы математической статистики	3		2	42		
3	Статистические расчеты в MSEXCEL	3		2	40		
4	<b>Итого часов: 108</b>			<b>6</b>	<b>102</b>		<b>Зачёт</b>

### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

#### *Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту*

1. Анализ поставленной задачи, выбор метода обработки данных.
2. Применение прикладных программ статистической обработки в профессиональной деятельности.
3. Ввод, импорт и экспорт данных. Этапы обработки данных. Файлы данных. Формат файлов данных.
4. Методика сбора, обработки и анализа экспериментальных данных в профессиональной области.
5. Построение и проведение экспериментов. Построение теоретической

- модели.
6. Табличная форма представления статистических данных. Форматы отображения данных.
  7. Описательная статистика. Процедуры начальной обработки.
  8. Графическое представление эмпирического распределения.
  9. Создание различных видов диаграмм, их редактирование, изменение типа диаграмм. Настройка различных элементов диаграмм.
  10. Анализ различных типов диаграмм. Определение зависимостей на графиках.
  11. Статистические методы проверки гипотез.
  12. Выбор критериев для статистических моделей.
  13. Создание таблиц с результатами вычислений. Подготовка отчетов по результатам анализа.
  14. Корреляционная зависимость. Коэффициенты корреляции.
  15. Множественная корреляция. Корреляционные матрицы.
  16. Регрессионный анализ. Уравнения регрессии.
  17. Прогнозирование спортивных результатов. Расчет коэффициентов и составление уравнений регрессии
  18. Непараметрические критерии статистики.
  19. Ранговый коэффициент корреляции Спирмена.
  20. Тетрахорический коэффициент сопряженности.
  21. Статистические расчеты в MS EXCEL.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

1) Основная литература:

1. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>
2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>
3. Статистическая обработка данных. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры/ Попов Г.И., Конюхов В.Г., Маркарян В.С. Яшкина Е.Н. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015г. – 225с.
4. Высшая математика и математическая статистика / Под общ. ред. Г. И. Попова - М.: Физическая культура. 2007. - 366 с.
5. Шестаков М.П. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: Учебное пособие для студентов высших учебных



заведений физической культуры / Шестаков М.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 248 с.

2) Дополнительная литература:

1. Гмурман В. Е. Теория вероятностей и математическая статистика. - М.: Высшая школа, 2006. - 479 с.
2. Гмурман В. Е. Руководство к решению задач по теории вероятностей и математической статистики. - М.: Высшее образование, 2006.
3. Минько А.А. Статистический анализ в М8 EXCEL.:- М.: Издательский дом «Вильме», 2004. - 448с.
4. Могилев А.В. Практикум по информатике: учеб. Пособие для студ. высших учебных заведений / А.В. Могилев, И.И. Пак, Е.К Хеннер; под ред. Е.К. Хеннера. - 4-е изд., стер. - М.: Изд. центр «Академия», 2008. - 608 с.
5. И.Пугачев В. С. Теория вероятностей и математическая статистика. - М.: Физматлит, 2002. - 496 с.
6. Савич Л.К., Смольская Н.А. Теория вероятностей и математическая статистика. - Минск: Адукация, 2006. - 207 с.
7. Халафян А.А. STATISTICA 6. Статистический анализ данных. 3-е изд. Учебник - М.: ООО «Бином-Пресс». 2007. - 512 с.

3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://end.sportedu.ru> – сайт кафедры биомеханики и естественно-научных дисциплин;
2. <http://lms.sportedu.ru> – сайт системы дистанционного обучения (МООДУС) РГУФКСМиТ;
3. <http://www.kaspersky.ru> – сайт разработчика антивирусных продуктов «Лаборатория Касперского»;
4. <http://www.microsoft.ru> – сайт Microsoft;
5. <http://www.libreoffice.org> – сайт разработчиков свободно распространяемого офисного пакета «LibreOffice»;
6. <http://www.google.ru> – сайт Google;
7. <http://www.intuit.ru> – сайт Национального Открытого Университета «ИНТУИТ».
8. <http://statsoft.ru> – сайт компании Statsoft, официальный представитель правообладателя программных продуктов серии Statistica, предназначенных для анализа данных, визуализации, прогнозирования и проведения многих других статистических анализов;
9. <http://www.matburo.ru> – сайт для помощи при решении задач по высшей математике.

4) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
2. Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30
3. Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30
4. Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Современные методы анализа данных» для обучающихся института научно-педагогического образования 2 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура программы магистратуры «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам» очной и заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр для очной и заочной формы

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум «Точечные и интервальные оценки»	8	20
2	Компьютерный практикум «Корреляционный и регрессионный анализ»	10	20
3	Контрольная работа «Проверка статистических гипотез»	17	20
4	Опрос	19	20
6	<i>Зачёт</i>		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	<i>Опрос по теме, пропущенной обучающимся</i>	5
2	<i>Выполнение практического задания по теме, пропущенной обучающимся</i>	10
3	<i>Выполнение контрольной работы по разделу, пропущенному обучающимся</i>	15
4	<i>Написание реферата по теме, пропущенной обучающимся</i>	10

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт научно-педагогического образования**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.03 Современные методы анализа данных»**

Направление подготовки/специальность: 49.04.01 Физическая культура

Программа магистратуры: Медико-биологические проблемы адаптации  
организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 для очной и заочной формы обучения

**Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование представления о современных методах анализа данных и знакомство магистрантов с подходами к решению задач профессиональной деятельности в области физической культуры с использованием методов математической статистики.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

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

**ПК-1:** Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>УК4</b>	<b>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</b>			
<i>Начальный этап (знания)</i>	<i>УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения</i>	3		3

	устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке; УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;			
Продвинуты й этап(умения)	УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;	3		3
Завершающий этап (навыки)	УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности; УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке; УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке	3		3
<b>ПК1</b>	<b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>			
Начальный этап (знания)	ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3		3

Продвинутый этап (умения)	ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	3		3
Завершающий этап (навыки)	ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта	3		3

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Применение современных методов анализа данных в решении профессиональных задач	3		2	10		
2	Элементы математической статистики	3		6	40		
1.1	Эмпирические распределения. Описательная статистика	3		2	10		
1.2	Параметрическая статистика	3		2	10		
1.3	Непараметрическая статистика	3		2	20		
2	Статистические расчеты в MSEXCEL	3		10	40		
2.1	Работа с данными. Расчеты в MSEXCEL	3		2	10		
2.3	Проверка статистических гипотез	3		4	10		
2.4	Корреляционный и регрессионный	3		4	20		



	анализ					
<b>Итого часов: 108</b>			<b>18</b>	<b>90</b>		
	<b>Итоговая форма контроля</b>					<b>Зачёт</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Применение современных методов анализа данных в решении профессиональных задач	3		2	20		
2	Элементы математической статистики	3		2	42		
3	Статистические расчеты в MSEXCEL	3		2	40		
4	<b>Итого часов: 108</b>			<b>6</b>	<b>102</b>		<b>Зачёт</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиологии**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.01 Адаптация организма человека к двигательной деятельности»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020г.

Составители:

Сонькин Валентин Дмитриевич, доктор биологических наук,  
профессор кафедры физиологии.

Мельников Андрей Александрович, биологических наук,  
профессор, ИО заведующего кафедры физиологии.

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины Б1.В.01 «Адаптация организма человека к двигательной деятельности» - это подготовка квалифицированных специалистов в области физической культуры, изучивших механизмы биологических приспособлений человека к систематической напряжённой мышечной деятельности - для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура"

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- Познакомить студентов с современными физиологическими и психофизиологическими подходами к исследованию адаптации организма человека к физическим нагрузкам различного характера
- Раскрыть современное понимание основных механизмов биологической адаптации к мышечным нагрузкам разной мощности, вида, длительности и характера у систематически тренирующихся людей различного возраста, пола, типа конституции и физического состояния
- Обеспечить освоение магистрантами современных физиологических и психофизиологических методов исследования состояния организма и степени его адаптации к физическим нагрузкам в практике организованных форм физической тренировки
- Сформировать у магистрантов естественно-научное мировоззрение и аналитический способ решения задач физической культуры

Дисциплина «Адаптация организма человека к двигательной деятельности» реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина Б1.В.01 «Адаптация организма человека к двигательной деятельности» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 магистерской программы "Медико-биологические проблемы адаптация организма человека к физическим нагрузкам" для очной и заочной формы обучения.

Дисциплина направлена на формирование естественно-научного мировоззрения и основ медико-биологического мышления магистрантов, и призван способствовать повышению их профессиональной компетентности в качестве тренеров по видам спорта и научно-педагогических работников. Изучение данного курса тесно связано с такими ранее изученными дисциплинами как «Физиология», «Спортивная физиология», «Спортивная медицина», «Биохимия», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика», «Теория и методика спортивной тренировки», исключительно важно для подготовки специалистов высокого

профессионального уровня, готовых к педагогической и научной деятельности на современном уровне в сфере физической культуры и спорта. В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельностей как «Медицинские аспекты занятий физической культурой и спортом», «Антропoфизиология физического воспитания», «Научно-исследовательская работа», Преддипломная практика, государственная итоговая аттестация.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма	Заочная форма	очно-заочная
Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции			
УК-1	<i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i>			
УК-1.1.	Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений	1	1	
УК-1.2	Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	1	1	
УК-1.3.	Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления	1	1	
УК-1.4.	Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы	2	2	
УК-1.5.	Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.	2	2	
УК-1.6.	Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления	2	2	

УК-1.7.	Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.	2	2	
<b>ПК-1</b>	<b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>			
ПК-1.1	Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта	1	1	
ПК-1.2	Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	1	1	
ПК-1.3.	Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	2	
ПК-1.4.	Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2	2	
ПК-1.5.	Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	2	

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Общая трудоемкость дисциплины составляет **7 зачетных единиц, 252 академических часов.**

**Очная форма обучения**

Наименование тем и разделов	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в Семестр)				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
	Семестр	Занятия	Занятия	Самостоятельн	
Раздел I. Теория адаптации и ее приложение к спорту и физической культуре Тема 1.1. Введение. Организм и среда его обитания Тема 1.2. Общие закономерности физиологической адаптации	1	2	4	30	
Раздел II. Физиологические эффекты мышечной деятельности Тема 2.1. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на циклическую физическую нагрузку	1	4	4	60	

Тема 2.2. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку Тема 2.3. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку						
Раздел III. Физиологические основы построения тренировочного процесса Тема 3.1. Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности	1	2	8	30		зачет
<b>ИТОГО 1 семестр</b>		<b>8</b>	<b>16</b>	<b>120</b>		
Раздел IV. Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса Тема 4.1. Долговременная адаптация организма к систематическим силовым, скоростно-силовым и скоростным физическим нагрузкам Тема 4.2. Долговременная адаптация организма к упражнениям, требующим проявления выносливости	2	4	16	56		
Раздел V. Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности Тема 5.1. Эколого-физиологические (климатические) аспекты адаптации к физической нагрузке Тема 5.2. Адаптация к физической нагрузке в условиях гипер- и гипотермии	2	4	12	33		
Раздел VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности Тема 6.1. Особенности адаптации организма лиц преклонного возраста к физическим нагрузкам Тема 6.2. Половые особенности адаптации организма к физическим нагрузкам Тема 6.3. Индивидуально-типологические особенности адаптации организма к физическим нагрузкам	2	4	12	30	9	
<b>ИТОГО 2 семестр</b>		<b>8</b>	<b>24</b>	<b>67</b>	9	экзамен
<b>Итого: 252 часов</b>		<b>16</b>	<b>40</b>	<b>187</b>	9	экзамен

### Заочная форма обучения – 1 курс

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м				Форма промежуточной атт-и (по сессиям)
		Лекционного Занятия	Практического Занятия	Самостоятельн	Контроль	
Установочная сессия						

Раздел I. Теория адаптации и ее приложение к спорту и физической культуре Тема 1.1. Введение. Организм и среда его обитания Тема 1.2. Общие закономерности физиологической адаптации	1	2	2	32		
Раздел II. Физиологические эффекты мышечной деятельности Тема 2.1. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на циклическую физическую нагрузку Тема 2.2. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку Тема 2.3. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку	1	2	2	32		
Раздел III. Физиологические основы построения тренировочного процесса Тема 3.1. Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности	1	2	2	32		
<b>ИТОГО Установочная сессия</b>		<b>6</b>	<b>6</b>	<b>96</b>		
<b>Зимняя сессия</b>						
Раздел IV. Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса Тема 4.1. Долговременная адаптация организма к систематическим силовым, скоростно-силовым и скоростным физическим нагрузкам Тема 4.2. Долговременная адаптация организма к упражнениям, требующим проявления выносливости	1	2	4	32		
Раздел V. Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности Тема 5.1. Эколого-физиологические (климатические) аспекты адаптации к физической нагрузке Тема 5.2. Адаптация к физической нагрузке в условиях гипер- и гипотермии	1	2	4	32		
Раздел VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности Тема 6.1. Особенности адаптации организма лиц преклонного возраста к физическим нагрузкам	1		2	30		
<b>ИТОГО Зимняя сессия</b>		<b>4</b>	<b>10</b>	<b>94</b>		<b>зачет</b>
<b>Летняя сессия</b>						
Раздел VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности Тема 6.2. Половые особенности адаптации организма к физическим нагрузкам Тема 6.3. Индивидуально-типологические особенности адаптации организма к физическим нагрузкам	2	2	2	23		
<b>ИТОГО Летняя сессия</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого:</b>		<b>12</b>	<b>18</b>	<b>213</b>		
<b>252 часов</b>						

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**



5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Адаптация организма человека к двигательной деятельности»

**Примерный перечень вопросов к зачету для студентов очной и заочной формы обучения в 1 семестре.**

1. Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация. Основные функциональные эффекты тренировочной адаптации.
2. Мышечная композиция. Функциональные особенности разных типов мышечных волокон (медленные и быстрые). Их роль в проявлении мышечной силы, скорости и выносливости.
3. Ведущие физические качества, определяющие работоспособность в Вашем виде спорта. Физиологические методы их оценки.
4. Система крови. Объем, состав и функции крови. Гематокрит. Кислотно-щелочное состояние и активная реакция крови в покое и при мышечной работе разного характера и мощности. Буферные системы крови. Рабочая гемоконцентрация и ее механизмы.
5. Максимальная произвольная сила и механизмы ее повышения в процессе тренировки. Дефицит силы и его изменения под влиянием тренировки.
6. Сердце как насос. Структурные и функциональные особенности сердечной мышцы. Автоматия и проводящая система сердца. Электрокардиограмма.
7. Функциональные особенности ДЕ быстрого и медленного типа. Роль мышечной композиции в проявлении мышечной силы, скорости и выносливости. Использование данных о мышечной композиции при отборе спортсменов.
8. Показатели работы сердца. Минутный объем кровообращения (сердечный выброс) и показатели его определяющие. Зависимость показателей работы сердца от мощности работы (потребления кислорода).
9. Адаптация мышечного аппарата к нагрузкам различной мощности. Рабочая гипертрофия, ее функциональное значение и способы оценки.
10. Систолический (ударный) объем, факторы его определяющие. Изменение систолического объема в зависимости от положения тела, вида и мощности мышечной работы. Влияние аэробной тренировки на систолический объем.
11. Физиологические факторы, определяющие скоростно-силовые качества. Физиологические механизмы тренировки скоростно-силовых качеств.

12. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе разной мощности. Влияние на ЧСС положения тела в пространстве. Нервная и гуморальная регуляция работы сердца в покое и при мышечной работе.
13. Выносливость. Виды выносливости. Физиологические механизмы развития выносливости. Физиологические факторы, определяющие и лимитирующие выносливость спортсмена. Особенности проявления выносливости в Вашем виде спорта.
14. Гемодинамика. Основные законы гемодинамики. Особенности кровотока в различных органах и сосудистых зонах. Перераспределение кровотока в покое и при мышечной работе разной мощности.
15. Три звена кислород-транспортной системы (КТС) и значимость КТС для различных видов мышечной деятельности. Роль кровообращения, дыхания и системы крови в транспорте кислорода и углекислого газа.
16. Терморегуляция. Температурное «ядро» и «оболочка» тела. Изменения температуры «ядра» и «оболочки» тела при мышечной работе. Особенности терморегуляции при мышечной работе. Рабочая гипертермия.
17. Физиологические принципы контроля интенсивности аэробных нагрузок по частоте сердечных сокращений. ЧСС как критерий интенсивности (тяжести) мышечной работы.
18. Обмен газов между кровью и тканями. Диффузия O<sub>2</sub> и CO<sub>2</sub>. Роль миоглобина. Артерио-венозная разность (АВР) по кислороду в покое и при мышечной работе разной мощности.

**Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине для студентов очной и заочной формы обучения в 2 семестре.**

1. Изменения в системах крови и кровообращения при тренировке аэробной выносливости спортсмена. Нагрузки, используемые для повышения аэробной выносливости.
2. Функции пищеварительного аппарата. Значение работ И.П. Павлова в изучении физиологии пищеварения. Пищеварение в полости рта, желудке и кишечнике. Всасывание питательных веществ. Влияние мышечной работы на процессы пищеварения и всасывания. Чувство голода.
3. Легочная вентиляция и газообмен при работе разной мощности. Механизмы регуляции внешнего дыхания при работе.
4. Физиологические механизмы обмена веществ. Понятие об ассимиляции и диссимиляции, анаболизме и катаболизме. Роль белков в организме. Белковый обмен во время мышечной работы и в период восстановления. Роль жиров в энергообеспечении мышечной работы.
5. МПК и факторы, его определяющие. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций, значение величины МПК в Вашем виде спорта.

6. Физиология эндокринной системы. Механизм действия гормонов. Связь нервной и гуморальной регуляции функций организма. Симпато-адреналовая система и ее роль в процессе срочной адаптации организма к мышечной работе и психоэмоциональным напряжениям.
7. Мышечные факторы, определяющие выносливость спортсмена, и их изменения под влиянием тренировки.
8. Дыхание. Внешнее дыхание. Механизмы вдоха и выдоха. Легочная вентиляция (минутный объем дыхания) и определяющие ее факторы в покое и при работе. Энергетическая (кислородная) стоимость дыхания.
9. Физиологические методы оценки состояния тренированности спортсменов. ЧСС, легочная вентиляция и лактат крови при стандартных и максимальных физических нагрузках.
10. Артериальное давление. Факторы, определяющие систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Изменение АД при мышечной работе разной мощности и длительности.
11. Механизмы развития и критерии оценки утомления в упражнениях различной мощности. Центральные и периферические механизмы утомления. Особенности проявления утомления в Вашем виде спорта. Методы оценки утомления при мышечной работе.
12. Потребление организмом O<sub>2</sub> в покое и при работе. Зависимость потребления кислорода от мощности и длительности физической нагрузки. Методы определения потребления O<sub>2</sub> и выделения CO<sub>2</sub>.
13. Характер восстановления физиологических функций после работы. Суперкомпенсация как основа повышения функциональных возможностей организма. Особенности восстановления после соревновательных упражнений в Вашем виде спорта.
14. Максимум потребления кислорода (МПК). Абсолютное и относительное МПК. Признаки достижения и факторы, определяющие и лимитирующие МПК.
15. Физиологическая классификация физических и спортивных упражнений.
16. Регуляция дыхания. Дыхательный центр. Влияние гиперкапнии и гипоксии на легочную вентиляцию. Задержка дыхания и произвольная гипервентиляция. Особенности регуляции дыхания при мышечной работе.
17. Роль углеводов в обеспечении жизнедеятельности. Значение запасов углеводов для мышечной работоспособности. Метод углеводного насыщения.
18. Физиологические механизмы влияния физических упражнений на организм людей зрелого и пожилого возраста.
19. Обмен воды и минеральных веществ, его значение для обеспечения мышечной работоспособности. Чувство жажды. Роль почек в водно-солевом обмене. Питьевой режим при упражнениях разной мощности и длительности.

20. Физиологические основы спортивного отбора (на примере Вашей специализации). Критерии отбора на разных этапах спортивной подготовки.
21. Динамика физиологических функций в предстартовый период и во время вработывания. Физиологические эффекты разминки. Влияние разминки на скорость вработывания и физическую работоспособность.
22. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин.
23. Динамика физиологических функций в период устойчивого состояния. Критерии утомления при длительной мышечной работе (ЧСС, потребление кислорода, лактат крови, артериальное давление).
24. Физиологические особенности мышечной деятельности в условиях повышенной температуры окружающей среды. Водно-солевой режим спортсмена.
25. Физиологическое обоснование режима занятий аэробными нагрузками (ходьба, бег, плавание, лыжный спорт, гребля и др.) с учетом возраста, пола и индивидуальных особенностей занимающихся.
26. Физиологические основы повышения аэробной выносливости при тренировке в условиях средне - и высокогорья.
27. Физиология энергетического обмена. Энергетический баланс организма. Методы определения расхода энергии. Калорический эквивалент кислорода. Кислородный запрос, кислородный дефицит, кислородный долг.
28. Гипокинезия и ее отрицательное влияние на функциональное состояние организма детей и взрослых. Физиологическое обоснование использования физических нагрузок в оздоровительных целях.
29. Восстановление физиологических функций после мышечной работы. Активный отдых. Особенности двигательного режима и пищевого рациона для восстановления работоспособности.
30. Понятие об общем адаптационном синдроме (стрессе), его стадии. Роль желез внутренней секреции в формировании срочных и долговременных адаптивных реакций.
31. Физиологическое обоснование режима занятий силовыми упражнениями с учетом возраста, пола и индивидуальных особенностей занимающихся.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Характеристика аэробных возможностей (выносливости) организма спортсменов в избранном виде спорта
2. Максимальные алактатные возможности спортсменов в соревновательном периоде в избранном виде спорта
3. Характеристика скоростно-силовых возможностей спортсменов в подготовительном и соревновательном периодах спортивной подготовки в избранном виде спорта
4. Показатели производительности работы сердечно-сосудистой системы у спортсменов в избранном виде спорта при стандартных и предельных

физических нагрузках. Изменения деятельности сердечно-сосудистой системы в экстремальных условиях .

5. Возрастные аспекты функциональных и антропометрических исследований
6. Биомеханическое тестирование как критерий метаболических изменений при стандартных и предельных физических нагрузках в избранном виде спорта
7. Психофизиологическое тестирование у спортсменов различного уровня тренированности
8. Определение адаптационных изменений показателей периферической крови спортсменов в различные периоды спортивной подготовки.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

а) Основная литература:

1. Волков Н.И. и др. Биохимия мышечной деятельности // - Киев: Олимп. лит., 2000. - 504 с.
2. Физиология человека. В 3-х т. / Под ред. Р. Шмидта, Г. Тевса. - 4-е изд., доп. и перераб. - М.: Мир, 2009. - ил.
3. Литвак А.Л. Краткий словарь-справочник медико-биологических терминов по проблеме спортивной работоспособности / А.Л. Литвак, В.Д. Сонькин ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. физиологии. - М., 2012
4. Сонькин В.Д., Тамбовцева Р.В. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе. – М.: Книжный дом ЛИБРОКОМ, 2011. – 368 с.

б) Дополнительная литература:

1. Физиология мышечной деятельности: Учебник для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. Я.М. Коца. - М.: Физкультура и спорт, 1982.- 347 с.
2. Спортивная физиология: Учебник для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / общ. ред. Коц Я.М. - М.: ФиС, 1986. - 240 с.
3. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.
4. Зайцева В.В., Сонькин В.Д. Такие разные дети. Шаги физического развития. – Екатеринбург: У-фактория, 2006. – 288с.
5. Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.А. Тестирование в спортивной медицине.- М.:Физкультура и спорт, 1988.- 207 с.
6. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика. – М.: НАУКА, 1981. – 280с.

7. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса: пер. с англ. / - Киев: Олимп. лит., 1998. - 432 с.
8. Физиология человека : учеб. для вузов физ. культуры и фак. физ. воспитания пед. вузов / РГАФК; ред. Тхоревский В.И. - М.: ФОН, 2001. - 491 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Страница НИИ спорта и спортивной медицины - <http://science.sportedu.ru/>
2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - <http://lib.sportedu.ru/links.html>

г) современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Освоение дисциплины «Адаптация организма человека к двигательной деятельности» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*По дисциплине «Адаптация организма человека к двигательной деятельности» для обучающихся Института научно-педагогического образования 1 курса, направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура», профиль "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам" очной и заочной формы обучения.*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины «Адаптация организма человека к двигательной деятельности»: 1 и 2 семестры очной и заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации:  
для очной и заочной формы обучения 1 семестр зачет, 2 семестр – экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

1 семестр очной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Коллоквиум «Общие закономерности физиологической адаптации»	3 неделя	10
2	Устное сообщение на семинаре «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на циклическую физическую нагрузку»	6 неделя	15
3	Доклады на семинаре «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку»	9 неделя	10
4	Доклады на семинаре «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку»	11 неделя	10
5	Коллоквиум Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности	13 неделя	10
6	Коллоквиум Физиологические основы построения тренировочного процесса	15 неделя	15
7	Написание реферата	16-19 неделя	20
8	Посещение занятий	в течение семестра	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

2 семестр очной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Коллоквиум «Адаптация и дезадаптация в спорте»	25 неделя	10
2	Устное сообщение на семинаре «Теория физиологической адаптации»	27 неделя	15



3	Доклады на семинаре «Долговременная адаптация к регулярной мышечной деятельности»	29неделя	10
4	Доклады на семинаре «Долговременная адаптация к нагрузкам на выносливость»	31 неделя	10
5	Коллоквиум по Разделу V. Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности	35 неделя	10
6	Коллоквиум по Разделу VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности	37 неделя	15
7	Написание реферата (фрагмент магистерской диссертации)	36-39 неделя	20
8	Посещение занятий	в течение семестра	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

1 семестр заочной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Коллоквиум «Общие закономерности физиологической адаптации»		10
2	Устное сообщение на семинаре «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на циклическую физическую нагрузку»		15
3	Доклады на семинаре «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку»		10
4	Доклады на семинаре «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку»		10
5	Коллоквиум Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности		10
6	Коллоквиум Физиологические основы построения тренировочного процесса		15
7	Написание реферата		20
8	Посещение занятий		10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

2 семестр заочной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Коллоквиум «Адаптация и дезадаптация в спорте»		10
2	Устное сообщение на семинаре «Теория физиологической адаптации»		15
3	Доклады на семинаре «Долговременная адаптация к регулярной мышечной деятельности»		10
4	Доклады на семинаре «Долговременная адаптация к нагрузкам на выносливость»		10
5	Коллоквиум по Разделу V. Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности		10
6	Коллоквиум по Разделу VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности		15
7	Написание реферата (фрагмент магистерской диссертации)		20
8	Посещение занятий		10

<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат на тему «Общие закономерности физиологической адаптации»		10
2	Рукописный реферат на тему «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на циклическую физическую нагрузку»		10
3	Рукописный реферат на тему «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку»		10
4	Рукописный реферат на тему «Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку»		10
5	Рукописный реферат на тему «Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности»		10
6	Рукописный реферат на тему «Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности»		10
7	Конспект лекций по пропущенной теме		10

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат на тему «Адаптация и дезадаптация в спорте»		10
2	Рукописный реферат на тему «Теория физиологической адаптации»		10
3	Рукописный реферат на тему «Долговременная адаптация к регулярной мышечной деятельности»		10
4	Рукописный реферат на тему «Долговременная адаптация к нагрузкам на выносливость»		10
5	Рукописный реферат на тему «Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности»		10
6	Рукописный реферат на тему «Физиологические основы построения тренировочного процесса»		10
7	Конспект лекций по пропущенной теме		10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка кратких научных сообщений по актуальным проблемам физиологии адаптации к мышечной деятельности, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов.

Итоговая форма контроля в 1 семестре – зачет, в 2 семестре - экзамен

Итоговая оценка успеваемости выставляется в зависимости от набранных баллов в течение всего периода изучения дисциплины.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.01 Адаптация организма человека к двигательной деятельности»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023

Москва – 2020

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 7 зачетных единиц.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** подготовка квалифицированных специалистов в области физической культуры, изучивших механизмы биологических приспособлений человека к систематической напряженной мышечной деятельности - для студентов по направлению подготовки 49.04.01 "Физическая культура"

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** формирование следующих компетенций:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции и (номер семестра)		
		Очная форма	Заочная форма	Очно-заочная форма
<b>УК-1</b>	<i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i>			
УК-1.1.	Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений	1	1	
УК-1.2	Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	1	1	
УК-1.3.	Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления	1	1	
УК-1.4.	Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы	2	2	
УК-1.5.	Умеет выбирать направления научной, аналитической и	2	2	

	методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.			
УК-1.6.	Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления	2	2	
УК-1.7.	Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.	2	2	
<b>ПК-1</b>	<b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>			
ПК-1.1	Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта	1	1	
ПК-1.2	Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	1	1	
ПК-1.3.	Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	2	
ПК-1.4.	Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта	2	2	
ПК-1.5.	Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта.	2	2	

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля): очная и заочная форма обучения

### Очная форма

Наименование тем и разделов	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающаяся в соотв-и с учеб-м пл-м (в семестре)					Форма промежуточной атт-ции (по семестрам)
	Семестр	Занятия	Занятия	Самостоятельная	Контроль	
Раздел I. Теория адаптации и ее приложение к спорту и физической культуре Тема 1.1. Введение. Организм и среда его обитания Тема 1.2. Общие закономерности физиологической адаптации	1	2	4	30		
Раздел II. Физиологические эффекты мышечной деятельности Тема 2.1. Физиологическая реакция (срочная адаптация	1	4	4	60		

организма) на циклическую физическую нагрузку Тема 2.2. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку Тема 2.3. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку						
Раздел III. Физиологические основы построения тренировочного процесса Тема 3.1. Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности	1	2	8	30		зачет
<b>ИТОГО 1 семестр</b>		<b>8</b>	<b>16</b>	<b>120</b>		
Раздел IV. Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса Тема 4.1. Долговременная адаптация организма к систематическим силовым, скоростно-силовым и скоростным физическим нагрузкам Тема 4.2. Долговременная адаптация организма к упражнениям, требующим проявления выносливости	2	4	16	56		
Раздел V. Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности Тема 5.1. Эколого-физиологические (климатические) аспекты адаптации к физической нагрузке Тема 5.2. Адаптация к физической нагрузке в условиях гипер- и гипотермии	2	4	12	33		
Раздел VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности Тема 6.1. Особенности адаптации организма лиц преклонного возраста к физическим нагрузкам Тема 6.2. Половые особенности адаптации организма к физическим нагрузкам Тема 6.3. Индивидуально-типологические особенности адаптации организма к физическим нагрузкам	2	4	12	30	9	
<b>ИТОГО 2 семестр</b>		<b>8</b>	<b>24</b>	<b>67</b>	9	экзамен
<b>Итого: 252 часов</b>		<b>16</b>	<b>40</b>	<b>187</b>	9	экзамен

### Заочная форма обучения – 1 курс

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м				Форма промежуточной атт-и (по сессиям)
		лекционного	практического	самостоятельного	контроль	
Установочная сессия						

Раздел I. Теория адаптации и ее приложение к спорту и физической культуре Тема 1.1. Введение. Организм и среда его обитания Тема 1.2. Общие закономерности физиологической адаптации	1	2	2	32		
Раздел II. Физиологические эффекты мышечной деятельности Тема 2.1. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на циклическую физическую нагрузку Тема 2.2. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на статическую физическую нагрузку Тема 2.3. Физиологическая реакция (срочная адаптация организма) на ациклическую динамическую физическую нагрузку	1	2	2	32		
Раздел III. Физиологические основы построения тренировочного процесса Тема 3.1. Механизмы формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности	1	2	2	32		
<b>ИТОГО Установочная сессия</b>		<b>6</b>	<b>6</b>	<b>96</b>		
<b>Зимняя сессия</b>						
Раздел IV. Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса Тема 4.1. Долговременная адаптация организма к систематическим силовым, скоростно-силовым и скоростным физическим нагрузкам Тема 4.2. Долговременная адаптация организма к упражнениям, требующим проявления выносливости	1	2	4	32		
Раздел V. Экологические аспекты адаптации к мышечной деятельности Тема 5.1. Эколого-физиологические (климатические) аспекты адаптации к физической нагрузке Тема 5.2. Адаптация к физической нагрузке в условиях гипер- и гипотермии	1	2	4	32		
Раздел VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности Тема 6.1. Особенности адаптации организма лиц преклонного возраста к физическим нагрузкам	1		2	30		
<b>ИТОГО Зимняя сессия</b>		<b>4</b>	<b>10</b>	<b>94</b>		<b>зачет</b>
<b>Летняя сессия</b>						
Раздел VI. Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности Тема 6.2. Половые особенности адаптации организма к физическим нагрузкам Тема 6.3. Индивидуально-типологические особенности адаптации организма к физическим нагрузкам	2	2	2	23		
<b>ИТОГО Летняя сессия</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого:</b>		<b>12</b>	<b>18</b>	<b>213</b>		
<b>252 часов</b>						



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных  
компьютерных технологий**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.01 Использование электронной информационно-  
образовательной среды РГУФКСМиТ»**

Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

Направленность: *Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам*

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва - 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий  
Протокол № 02 от «16» сентября 2020 г.

Составители:

Проректор по учебно-методической работе Павлов Е.А., кандидат педагогических наук, доцент

Начальник Учебно-методического управления Романенко А.Ю., кандидат педагогических наук

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ» является включение обучающихся в информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участие в содержании своего профессионального образования.

Дисциплина реализуется на русском языке и не проводится в форме практической подготовки.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ» относится к Блоку факультативных дисциплин и реализуется вне объема основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ» реализуемая в начале процесса освоения обучающимися ООП (ОПОП) и используется в качестве основы для изучения дисциплин (модулей), практик 1-го и последующих семестров.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ» проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этапы формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	1	1
УК-6.1.	Знает технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда	1	1
УК-6.2.	Умеет оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы	1	1
УК-6.3.	Имеет опыт разработки собственных методических решений при реализации программ профессионального обучения	1	1

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 зачетную единицу, 36 академических часов.

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	1	1		8		
2	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	1	1		6		
3	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	1		2	8		
4	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	1		2	8		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>30</b>		<b>зачет</b>

##### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	1	1	0,5	10		
2	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	1	1		8		
3	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	1	0,5	1	6		
4	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	1	1,5	0,5	6		
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>2</b>	<b>30</b>		<b>зачет</b>

**5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

При проведении промежуточной аттестации используется следующее оценочное средство - проведение собеседования по заданным вопросам.

Перечень вопросов для проведения собеседования с обучающимися:

1. Основные правила внутреннего порядка обучающихся РГУФКСМиТ.
2. Содержание основных локальных нормативных актов РГУФКСМиТ, регламентирующих образовательный процесс.
3. Возможности материально-технической, электронно-информационной и исследовательской баз РГУФКСМиТ.
4. Основные компоненты образовательной программы, которую предстоит освоить в процессе обучения в РГУФКСМиТ.
5. Ведение личного кабинета обучающегося. Портфолио обучающегося.
6. Построение индивидуальной образовательной (образовательно-исследовательской) траектории обучающегося (на собственном примере).
7. Перспективы развития обучающегося в рамках мероприятий и деятельности, осуществляемых в РГУФКСМиТ.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

1) Основная литература:

1. Попов, А.Н. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К САМОРАЗВИТИЮ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА ВУЗА [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / И.Г. Струков, А.А. Архипов, А.Н. Попов .— : [Б.и.], 2018 .— 120 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/647007>.

2. Шукаева, А.В. Изучение педагогических дисциплин студентами физкультурного вуза с помощью индивидуальных образовательных траекторий // Науч.-пед. шк. в сфере физ. культуры и спорта : материалы междунар. науч.-практ. конгр, 30-31 мая 2018 г. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2018. - Ч. 1. - С. 495-498. Режим доступа : <HTTP://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287622.pdf>.

3. Искусство, наука, образование: траектории творчества современной России: сб. научных статей и материалов заседаний круглых столов [Электронный ресурс] / А.С. Макурина .— 2019 .— 341 с. — ISBN 978-5-94934-084-4 .— С. 103-106 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/api/efd/reader?file=713358>.

2) Дополнительная литература:

1. Шамис, В.А. Основные направления совершенствования электронной информационно-образовательной среды университета // Дистанционное и виртуальное обучение. - 2018. - № 1 (121). - С. 54-60 [Электронный ресурс] : [статья] / Г.Г. Левкин, Е.А. Панова, В.А. Шамис .— : [Б.и.], 2018 .— 10 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/683435>.

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" <http://mobileonline.garant.ru/#/document/70291362/paragraph/1:1>

3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (дата обращения: 15.09.2020г.):

<https://www.sportedu.ru/>

<https://lks.sportedu.ru/#>

<https://lms.sportedu.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/history.html>

4) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
  - Операционная система – Microsoft Windows 10;
  - Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
  - Локальная антивирусная программа – Dr.Web;
  - программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC;
  - Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Интернет для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ» для обучающихся Института научно-педагогического образования РГУФКСМиТ 1 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура направленность: *Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам* очной и заочной форм обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания № 1 по теме: «Ведение личного кабинета»	2 - 3 неделя	40
2	Выполнение практического задания № 2 по теме: «Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем»	3 неделя	40
3	Выполнение практического задания № 3 по теме: «Функционирование современных профессиональных баз данных»	4 неделя	10
	<i>Зачёт</i>		10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Вид дополнительного задания для обучающихся, пропустивших занятия*

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания по теме: «Ведение личного кабинета» в части заполнения Портфолио обучающегося	20



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, определяются преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра** Теории и методики компьютерного спорта и прикладных  
компьютерных технологий

Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

Направленность: *Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам*

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1 зачетную единицу.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр.
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** включение обучающихся в информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участию в содержании своего профессионального образования.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

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

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Тема 1.</b> Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	1	1		8		
2	<b>Тема 2.</b> Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	1	1		6		
3	<b>Тема 3.</b> Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных	1		2	8		

	систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося						
<b>4</b>	<b>Тема 4.</b> Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	<b>1</b>		<b>2</b>	<b>8</b>		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>30</b>		<b>зачет</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Тема 1.</b> Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>10</b>		
<b>2</b>	<b>Тема 2.</b> Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	<b>1</b>	<b>1</b>		<b>8</b>		
<b>3</b>	<b>Тема 3.</b> Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>1</b>	<b>6</b>		
<b>4</b>	<b>Тема 4.</b> Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	<b>1</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>6</b>		

<b>Итого часов:</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>30</b>		<b>зачет</b>
---------------------	----------	----------	-----------	--	--------------

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра Теории и методики адаптивной физической культуры**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными  
возможностями здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Профиль подготовки: "Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам"

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора: 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
института научно-педагогического образования  
Протокол № 02 от «21» октября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики адаптивной физической культуры  
Протокол № 3 от «29» сентября 2020г.

Составитель:

Кичигина О.Ю., ст преподаватель каф. ТиМ АФК

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) к особенностям учебно-педагогического процесса в РГУФКСМиТ.

Данная дисциплина в первую очередь направлена на социально-педагогическую адаптацию инвалидов и лиц с ОВЗ, поступивших на обучение в РГУФКСМиТ, к особенностям учебно-педагогического процесса. Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует освоению инвалидами материально-технических средств, для их использования в учебном процессе.

Кроме того, данная дисциплина позволяет обучить студентов без ОВЗ способам эффективного социального взаимодействия с лицами с ОВЗ, что способствует как совершенствованию инклюзивного образования в ВУЗе, так и совершенствованию процесса взаимодействия с людьми с ОВЗ в дальнейшей профессиональной деятельности выпускников. Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» относится к факультативным дисциплинам, необязательным для изучения. Фиксация выбора студентами данной факультативной дисциплины для освоения проводится на основании их заявлений.

Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует как ускорению адаптации студентов с ОВЗ в процесс обучения в ВУЗе, так и формированию первичных понятий об особенностях и потребностях людей с ОВЗ и способах эффективного взаимодействия с ними у всех обучающихся.



**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) <sup>1</sup>
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	2	2	
УК-3.1	<b>Знать:</b> - методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в реализации курируемых учебных курсов, дисциплин (модулей), организации учебно-профессиональной, исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам ВО и (или)ДПП.	2	2	
УК-3.2	<b>Уметь:</b> - использовать групповые формы принятия решений;	2	2	
УК-3.3.	<b>Уметь:</b> - оценивать профессиональные и личностные качества участников образовательного процесса по результатам аттестации, собеседования	2	2	
УК-3.4	<b>Владеть:</b> - разрабатывать методики эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации	2	2	

<sup>1</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ</b>	2	4	8	12		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков.	2	2	4	6		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2	2	4	6		
4	<b>РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе</b>	2	6	12	18		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2	4	6	6		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха	2		4	6		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2	2	2	6		
8	<b>РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.</b>	2	2	4	6		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурных пауз для различных нозологических групп.	2	2	4	6		
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		<b>Зачёт</b>

--	--	--	--	--	--

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ</b>	2	2	2	20		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков.	2	2		10		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2		2	10		
4	<b>РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе</b>	2			36		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2			12		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха	2			12		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2			12		
8	<b>РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.</b>	2		2	10		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурных пауз для различных нозологических групп.	2		2	10		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		<b>Зачёт</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет проводится в форме собеседования по следующим вопросам:

1. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями зрения.
2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями слуха.
3. Психолого-педагогическая характеристика лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
4. Психолого-педагогическая характеристика лиц с детским церебральным аппаратом.
5. Психолого-педагогическая характеристика лиц с задержкой речевого развития.
6. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ранним детским аутизмом.
7. Методики оценки психологических особенностей у лиц с ОВЗ.
8. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с нарушением слуха, планирование и осуществление учебной и профессиональной деятельности.
9. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с нарушением зрения, планирование учебной и профессиональной деятельности.
10. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, планирование учебной и профессиональной деятельности.
11. Основные принципы построения и проведения физкультурпауз для различных нозологических групп.
12. Методика анализа коммуникативных навыков различных нозологических групп.
13. Основы социальной адаптации. Критерии реализации процесса социальной адаптации для разных нозологий.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

- 1) Основная литература:
  1. Козьяков, Р.В. Организация и содержание специальной психологической помощи : учебник и практикум / Р.В. Козьяков, И.И. Поташова, М.А. Басин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. – 357 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469116> (дата обращения: 23.11.2019).

– Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9081-9. – DOI 10.23681/469116. – Текст : электронный.

2. Евтушенко, И.В. Правоведение с основами семейного права и прав инвалидов : учебник : [16+] / И.В. Евтушенко, В.В. Надвикова, В.И. Шкатулла ; под общ. ред. В.И. Шкатуллы. – Москва : Прометей, 2017. – 578 с. : табл. – (Бакалавриат). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483188> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр.: с. 535-541. – ISBN 978-5-906879-51-6. – Текст : электронный.

3. Телина, И.А. Социально-педагогическая реабилитация детей-инвалидов : учебно-методическое пособие / И.А. Телина ; науч. ред. В. Синенко. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2014. – 156 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363654> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-1952-7. – Текст : электронный.

2) Дополнительная литература:

1. Мандель, Б.Р. Коррекционная психология: модульный курс в соответствии с ФГОС-ПП / Б.Р. Мандель. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 468 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275614> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр.: с. 428-432. – ISBN 978-5-4475-4021-0. – DOI 10.23681/275614. – Текст : электронный.

2. Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования: монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. – 248 с. : табл, схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435603> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3133-7. – Текст : электронный.

3. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] : учебник / С.П. Евсеев. — М. : Спорт, 2016. — 617 с. : ил. — (Адаптивная физическая культура и спорт). — ISBN 978-5-906839-42-8. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641329>.

4. Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» [https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ.4](https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О%20социальной%20защите%20инвалидов%20в%20Российской%20Федерации%20от%2024%20ноября%201995%20г.%20N%20181-ФЗ.4).

3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (дата обращения: 23.11.2019):

1. <https://lms.sportedu.ru/>.
2. <http://rumc.sportedu.ru/>
3. <https://elibrary.ru/>.
4. Инклюзивное образование.рф <https://xn--80aabdcejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа -

Adobe Acrobat DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Университетская библиотека онлайн [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/>.
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Интернет для проведения занятий лекционного и семинарского типов.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья для обучающихся Института научно-педагогического образования РГУФКСМиТ 1 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура профиль: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам.

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики адаптивной физической культуры  
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр (ы)  
 Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для очной формы обучения

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Проектное моделирование ситуационной задачи на взаимодействие с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность</i>	24	20
2	<i>Проектное моделирование ситуационной задачи по использованию специального материально-технического оборудования для обучения лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья или инвалидность</i>	26	20
3	<i>Написание реферата по одной из предлагаемых тем</i>	28	22
4	<i>Посещаемость</i>	<i>Весь период</i>	<i>1б. X 18 зан. = 18б.</i>
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Для заочной формы обучения

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме	Максимальное кол-во баллов
--	--	---------------------------------	----------------------------

		<b>обучения (в неделях)</b>	
1	<i>Проектное моделирование ситуационной задачи на взаимодействие с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность</i>	24	25
2	<i>Проектное моделирование ситуационной задачи по использованию специального материально-технического оборудования для обучения лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья или инвалидность</i>	26	25
3	<i>Написание реферата по одной из предлагаемых тем</i>	28	30
	<b>Зачёт</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Реферат по пропущенной(ым) теме(ам)</i>	20



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, определяются преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и ту-  
ризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра Теория и методика адаптивной физической культуры**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями  
здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Медико-биологические проблемы адаптации организма человека  
к физическим нагрузкам

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *очная; заочная*

Год набора 2021, 2022, 2023 г.

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачётные единицы.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2 семестр.
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ к особенностям учебно-педагогического процесса в РГУФКСМиТ.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	____ форма обучения (ускоренное обучение) <sup>2</sup>
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	2	2	
УК-3.1	<b>Знать:</b> - методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в реализации курируемых учебных курсов, дисциплин (модулей), организации учебно-профессиональной, исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам ВО и (или)ДПП.	2	2	
УК-3.2	<b>Уметь:</b> - использовать групповые формы принятия решений;	2	2	
УК-3.3.	<b>Уметь:</b> - оценивать профессиональные и личностные качества участников образовательного процесса по результатам аттестации, собеседования	2	2	
УК-3.4	<b>Владеть:</b> - разрабатывать методики эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации	2	2	

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**

<sup>2</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ</b>	2	4	8	12		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков.	2	2	4	6		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2	2	4	6		
4	<b>РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе</b>	2	6	12	18		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2	4	6	6		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха	2		4	6		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2	2	2	6		
8	<b>РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.</b>	2	2	4	6		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурных пауз для различных нозологических групп.	2	2	4	6		
<b>Итого часов:</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>		<b>Зачёт</b>

заочная форма обучения							
№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ</b>	2	2	2	20		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков.	2	2		10		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2		2	10		
4	<b>РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе</b>	2			36		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2			12		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха	2			12		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2			12		
8	<b>РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.</b>	2		2	10		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурных пауз для различных нозологических групп.	2		2	10		
<b>Итого часов:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		<b>Зачёт</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт** научно-педагогического образования

**Кафедра** физиологии

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ФТД.03 Научно-методический семинар»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Профиль подготовки: Медико-биологические проблемы адаптации организма  
человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная и заочная

Год набора: 2021, 2022, 2023 г

Москва – 2020 г.

Рабочая программа практики утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института научно-педагогического образования  
Протокол № 1 от «24» сентября 2019г.

Рабочая программа практики (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г.

Рабочая программа практики (модуля) обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры физиологии  
Протокол № 2 от «11» сентября 2020 г.

**Составители: Сонькин Валентин Дмитриевич, доктор биологических наук,  
профессор кафедры физиологии РГУФКСМиТ**

## **1. Цель освоения дисциплины «Научно-методический семинар»**

Цель предмета «Научно-методический семинар» - вооружить научно-методическими знаниями по программе подготовки магистрантов «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», для написания научных работ и использования в практике своей будущей специальности. Сформировать определенный уровень знаний, способствующий в ходе дальнейшей работы улучшению медико-биологических представлений тренеров и спортсменов о сущности спортивной тренировки.

Перед курсом «Научно-методический семинар» стоят следующие основные задачи:

1. Формирование у магистрантов прочных, глубоких знаний о современных проблемах и методах физиологии спорта, концепциях и основных направлениях деятельности ведущих лабораторий мира в области спортивной и прикладной физиологии.
2. Способствовать формированию естественно-научного мировоззрения, аналитического и критического мышления;
3. Вооружить магистрантов знаниями, способствующими формированию активного интереса к научному изучению двигательной активности человека.
4. Способствовать повышению общей культуры, расширению интеллектуального кругозора, обогащению знаний в области медико-биологических основ ФКиС.

Дисциплина «Научно-методический семинар» реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина ФТД.В.03 «Научно-методический семинар» относится к факультативной части, формируемой участниками образовательных отношений магистерской программы «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам» для набора 2020 года очной и заочной формы обучения.

В системе теоретико-педагогических дисциплин, которые изучаются в вузах физической культуры, дисциплина «Научно-методический семинар» вооружает магистрантов практическими навыками, которые понадобятся им в предстоящей работе. «Научно-методический семинар» принадлежит к профилирующим дисциплинам, помогающим будущим магистрам лучше познать свою профессию и повысить научную культуру, непосредственно подготавливает к практической деятельности. Программа соответствует Федеральному Государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования.

«Научно-методический семинар» относится к числу теоретико-педагогических дисциплин, изучаемых в вузах физической культуры РФ, в том



числе и в ГЦОЛИФК. Она составляет важный раздел спортивной науки, который базируется на изученных ранее дисциплинах: «Биология», «Анатомия», «Физиология», «Спортивная физиология», «Биохимия», «Биомеханика», «Спортивная медицина» и других.

Российские вузы физической культуры выпускают бакалавров и магистров в области физической культуры и спорта. Бакалавр и магистр - это творец, носитель и хранитель культуры общества. Основная его функция – распространение культуры, ее внедрение в различные сферы социальной жизни и передача подрастающему поколению. Уровень владения культурой как предметно-содержательной основой специальности, технологией ее развития, распространения и освоения является одним из главных показателей профессионализма. В связи с этим изучение конкретных сведений об основных тенденциях развития спортивной науки, механизмов физиологических адаптаций к двигательной активности и другим потребностям современного мира, распространения и освоения культуры спорта, является неременным компонентом профессиональной образовательной программы ГЦОЛИФК.

«Научно-методический семинар» реализуемый в рамках магистерской программы «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», имеет большое образовательное и воспитательное значение, способствует формированию материалистического естественнонаучного мировоззрения, обогащает слушателей и участников семинара знаниями теоретических и практических основ физиологии спорта.

Основными формами работы по предмету являются семинары, самостоятельная работа студентов, подготовка презентаций к научному докладу, участие в научных дискуссиях, выступления с докладами.

Планы семинарских занятий, а также тематика конкретных семинаров и литература к ним указаны в соответствующих разделах программы. В программе приводятся краткие методические рекомендации к изучению курса, а также примерный перечень вопросов для закрепления материала.

В процессе самостоятельной работы обучающиеся могут использовать для изучения рекомендованную литературу, а также такие формы подготовки, как:

- работа с материалами международных и Всероссийских конференций в учебных кабинетах Кафедры,
- ознакомление с диссертациями и учебными пособиями,
- выполнение заданий Кафедры и т.п.

Проверка самостоятельной работы магистрантов осуществляется в форме их участия в проводимых на кафедре семинарах.

### **3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Научно-методический семинар»:**

Шифр	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------	---	--

Компетенция / код индикатора (ов)	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма	Заочная форма	форма обучения (ускоренное)
2		3	4	5
	<b>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий</b>			
УК-1.1.	Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений	3	3	
УК-1.2	Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	3	3	
УК-1.3.	Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления	3	3	
УК-1.4.	Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы	3	3	
УК-1.5.	Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.	3	3	
УК-1.6.	Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления	3	3	
УК-1.7.	Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.	3	3	
УК-5.	<b>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</b>			
УК-5.1	Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации.	3	3	
УК-5.2	Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	3	3	
УК-5.3	Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями	3	3	

<sup>1</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм.			
УК-5.4.	Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	3	3	
УК-5.5	Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной	3	3	
УК-5.6.	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности	3	3	
<b>УК-6</b>	<b><i>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</i></b>			
УК-6.1.	Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования.	3	3	
УК-6.2	Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности.	3	3	
УК-6.3	Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни.	3	3	

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Научно-методический семинар»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетную единицу, 36 часов.

**Очная форма обучения – 3 семестр**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Занятия	Занятия	Самостоятельн	Контроль	
1) «Научно-методический семинар». Введение в предмет. 2) Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях. 3) Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта.	3		2	18		

4) Современные концепции биоэнергетики спорта 5) Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии. 6) Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта	3		4	12		
<b>Итого часов</b>	<b>36 часа</b>		6	30		зачет

### Заочная форма обучения – 3 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обучающуюся в соотв-и с учеб-м пл-м (в				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		Занятия	Занятия	Самостоятельн	Контроль	
1) «Научно-методический семинар». Введение в предмет. 2) Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях. 3) Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта.	3		2	18		
4) Современные концепции биоэнергетики спорта 5) Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии. 6) Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта	3		4	12		
<b>Итого часов</b>	<b>36 часа</b>		6	30		зачет

### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Научно-методический семинар»

**Примерный перечень вопросов к зачету по всей дисциплине для студентов очной и заочной формы обучения в 3 семестре.**

**Перечень тем для реферата**

1. Предмет и задачи спецкурса «Научно-методический семинар».
2. Дайте определение понятиям «физическая культура и спорт», «спортивная наука», «медико-биологические основы спорта и физической культуры», «физиология спорта»
3. Что такое «научная концепция» и «научная проблема»
4. Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта.
5. Современное состояние и перспективы научных исследований в физиологии физической культуры и спорта в конце II и начале III тысячелетия
6. Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях
7. Место магистерской подготовки в системе государственно-общественного устройства системы управления физической культурой и спортом в РФ.
8. Качественные уровни подготовки в науке: бакалавр-магистр-кандидат-доктор наук.
9. Критерии и преемственность. Узловое значение магистратуры.
10. Современные концепции биоэнергетики спорта
11. Понятие об электрохимическом потенциале митохондрий.
12. Энергетический потенциал и его роль в мышечной клетке.
13. Структура и функции креатинкиназной системы.
14. Взаимоотношения окислительных и гликолитических циклов внутриклеточных процессов.
15. Участие термогенных структур в гомеостатировании состояния внутренней среды организма при мышечной работе.
16. Современная методология проведения биоэнергетических исследований в спорте.
17. Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии
18. Методы изучения вегетативной регуляции в спорте и физической культуре.
19. Классификация вегетативных состояний.
20. Симптомы вегетативных статусов и их оценка.
21. Прогностическое значение вегетативных исследований.
22. Скрининговые методы изучения уровня здоровья населения и спортивной патологии.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) основная литература:

1. Физиология человека. В 3-х т. / Под ред. Р. Шмидта, Г. Тевса. - 4-е изд., доп. и перераб. - М.: Мир, 2009. - ил.
2. Безруких М.М., В.Д.Сонькин, Д.А.Фарбер. Возрастная физиология (физиология развития). Учебное пособие для студентов педагогических и психолого-педагогических ВУЗов. 4-е издание - М.: АКАДЕМИЯ, 2009.
3. Литвак А.Л. Краткий словарь-справочник медико-биологических терминов по проблеме спортивной работоспособности / А.Л. Литвак, В.Д. Сонькин ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. физиологии. - М., 2012
4. Иссурин В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки. – М.: Советский спорт, 2010. – 284с.
5. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с

б) дополнительная литература:

1. Спортивная физиология: Учебник для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / общ. ред. Коц Я.М. - М.: ФиС, 1986. - 240 с.
2. Физиология мышечной деятельности: Учебник для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. Я.М.Коца. - М.: Физкультура и спорт, 1982.- 347 с.
3. Волков Н.И. и др. Биохимия мышечной деятельности // - Киев: Олимп. лит., 2000. - 504 с.
4. Зайцева В.В., Сонькин В.Д. Такие разные дети. Шаги физического развития. – Екатеринбург: У-фактория, 2006. – 288с.
5. Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.А. Тестирование в спортивной медицине.- М.:Физкультура и спорт, 1988.- 207 с.
6. Фарфель В.С. Физиологические основы классификации физических упражнений // Физиология мышечной деятельности труда и спорта.- Л.: НАУКА,1969. С. 425-439.
7. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.
8. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 1998. - 432 с.
9. Физиология трудовой деятельности: Основы современной физиологии – СПб.:НАУКА, 1993. – 528 с.
10. Физиология человека : учеб. для вузов физ. культуры и фак. физ. воспитания пед. вузов / РГАФК; ред. Тхоревский В.И. - М.: ФОН, 2001. - 491 с.: ил.
11. Тэннер Дж. Рост и конституция человека // Биология человека / Дж.Харрисон, Дж.Уайнер, Дж.Тэннер и др.- М.,1979.-С.366-471.

12. Фарбер Д.А., И.А.Корниенко, В.Д.Сонькин. Физиология школьника. – М.: Педагогика, 1990.
13. Фарфель В.С. Развитие движений у детей школьного возраста.- М.: Изд-во АПН РСФСР, 1959.- 67 с.
14. Шмидт-Ниельсен К. Размеры животных: почему они так важны? - М.: Мир, 1987.- 259 с.
15. Astrand P-O. et.al. Textbook of work physiology. Physiological Bases of Exercise.– 4th edition. Human Kinetics. Champaign, IL, 2003

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. <http://www.pedlib.ru/> - Педагогическая библиотека
2. <http://umu.sportedu.ru/> - Сайт РГУФКСМиТ
3. <http://минобрнауки.рф/> - Сайт Министерства образования и науки РФ
4. <http://www.minsport.gov.ru/> - Сайт Министерства спорта РФ
5. <http://www.obrnadzor.gov.ru/ru/> - Сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки

г) современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
6. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Освоение дисциплины «Научно-методический семинар» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.
2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*По дисциплине «Научно-методический семинар» для Института научно-педагогического образования 2 курса, направление подготовки 49.04.01 Физическая культура», профиль «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам» очной и заочной формы обучения.*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиология.

Сроки изучения дисциплины «Научно-методический семинар»: 3 семестр очной и заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: для очной и заочной формы обучения – **зачет**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

3 семестр очной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Доклады на семинаре по разделу «Научно-методический семинар». Введение в предмет.	3 неделя	10
2	Доклады на семинаре по разделу «Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях».	6 неделя	10
3	Коллоквиум по разделу «Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта».	8 неделя	10
4	Выступление на семинаре «Современные концепции биоэнергетики спорта»	10 неделя	10
5	Устный опрос по теме «Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии».	12 неделя	10
6.	Круглый стол «Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта»	15 неделя	10
7.	Подготовка реферата	12-15 неделя	30
8.	Посещение занятий	в течение семестра	10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

3 семестр заочной формы обучения

	Виды текущего контроля	Сроки провед-я	Макс. кол-во баллов
1	Доклады на семинаре по разделу «Научно-методический семинар». Введение в предмет.		10

2	Доклады на семинаре по разделу «Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях».		10
3	Коллоквиум по разделу «Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта».		10
4	Выступление на семинаре «Современные концепции биоэнергетики спорта»		10
5	Устный опрос по теме «Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии».		10
6.	Круглый стол «Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта»		10
7.	Подготовка реферата		30
8.	Посещение занятий		10
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат по теме «Научно-методический семинар». Введение в предмет.	3 неделя	10
2	Рукописный реферат по теме «Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях».	6 неделя	10
3	Рукописный реферат по теме «Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта».	8 неделя	10
4	Рукописный реферат по теме «Современные концепции биоэнергетики спорта»	10 неделя	10
5	Рукописный реферат по теме «Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии».	12 неделя	10
6	Рукописный реферат по теме «Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта»	15 неделя	10
8	Конспект лекций по пропущенной теме	в течение семестра	10
7	Подготовка реферата	12-15 неделя	30
	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка кратких научных сообщений по актуальным проблемам физиологии адаптации к мышечной деятельности, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов.

Итоговая форма контроля – зачет.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Научно-педагогического образования**

**Кафедра Физиология**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ФТД.03 Научно-методический семинар »**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Профиль подготовки: Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная и заочная

Год набора: 2021, 2022, 2023 г

Москва – 2020 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 1 зачетную единицу.

**2.Семестр освоения дисциплины:** 3 семестр на очной и заочной форме обучения.

**3.Цель предмета «Научно-методический семинар»** - вооружить научно-методическими знаниями по программе подготовки магистрантов «Медико-биологические проблемы адаптации организма человека к физическим нагрузкам», для написания научных работ и использования в практике своей будущей специальности. Сформировать определенный уровень знаний, способствующий в ходе дальнейшей работы улучшению медико-биологических представлений тренеров и спортсменов о сущности спортивной тренировки.

Перед курсом «Научно-методический семинар» стоят следующие основные задачи:

- Формирование у магистрантов прочных, глубоких знаний о современных проблемах и методах физиологии спорта, концепциях и основных направлений деятельности ведущих лабораторий мира в области спортивной и прикладной физиологии.
- Способствовать формированию естественно-научного мировоззрения, аналитического и критического мышления;
- Вооружить магистрантов знаниями, способствующими формированию активного интереса к научному изучению двигательной активности человека.
- Способствовать повышению общей культуры, расширению интеллектуального кругозора, обогащению знаний в области медико-биологических основ ФКиС.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Научно-методический семинар»:**

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

УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Шифр компетенции / код индикатора (ов)	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма	Заочная форма	форма обучения (ускоренное) <sup>2</sup>
1	2	3	4	5
УК-1	<i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i>			
УК-1.1.	Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений	3	3	

<sup>2</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

УК-1.2	Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;	3	3	
УК-1.3.	Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления	3	3	
УК-1.4.	Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы	3	3	
УК-1.5.	Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.	3	3	
УК-1.6.	Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления	3	3	
УК-1.7.	Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.	3	3	
<b>УК-5.</b>	<b><i>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</i></b>			
УК-5.1	Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации.	3	3	
УК-5.2	Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	3	3	
УК-5.3	Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм.	3	3	
УК-5.4.	Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	3	3	
УК-5.5	Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной	3	3	
УК-5.6.	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности	3	3	
<b>УК-6</b>	<b><i>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию</i></b>			

	<b>саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>			
УК-6.1.	Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования.	3	3	
УК-6.2	Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности.	3	3	
УК-6.3	Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни.	3	3	

## 5.Краткое содержание дисциплины

### Очная форма обучения – 3 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в)				Форма промежуточной атт-и (по семестрам)
		КонногоЗанятия	ЛекционногоЗанятия	Самостоятельн	Контроль	
1)«Научно-методический семинар». Введение в предмет. 2)Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях. 3) Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта.	3		2	18		
4) Современные концепции биоэнергетики спорта 5) Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии. 6) Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта	3		4	12		
<b>Итого часов</b>			<b>36 часа</b>	6	30	зачет

### Заочная форма обучения – 3 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в)				
		КонногоЗанятия	ЛекционногоЗанятия	Самостоятельн	Контроль	

		онногоЗанятия	рскогоЗанятия	Самостоятельн	Контроль	
1)«Научно-методический семинар». Введение в предмет. 2)Рост требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке магистров в области физиологии физической культуры и спорта в современных условиях. 3) Формирование физиологической науки в сфере физической культуры и спорта.	3		2	18		
4) Современные концепции биоэнергетики спорта 5) Развитие представлений о вегетативной регуляции в спортивной физиологии. 6) Перспективы развития научной мысли в физиологии физической культуры и спорта	3		4	12		
<b>Итого часов</b>	<b>36 часа</b>		6	30		зачет