

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 20.06.2024 15:17:36
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР

_____ Е.В. Коновалова

13 июня 2024г., протокол УМС №5

Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом рабочая программа дисциплины (модуля)

| | | | |
|-------------------------|---|----------------------------|--|
| Закреплена за кафедрой | Медико-биологических основ физической культуры | | |
| Учебный план | g490403-Спорт-24-2.plx 49.04.03 СПОРТ Направленность (профиль): Спорт высших достижений и система спортивной подготовки | | |
| Квалификация | Магистр | | |
| Форма обучения | очная | | |
| Общая трудоемкость | 3 ЗЕТ | | |
| Часов по учебному плану | 108 | Виды контроля в семестрах: | |
| в том числе: | | зачеты 3 | |
| аудиторные занятия | 16 | | |
| самостоятельная работа | 92 | | |

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 3 (2.1) | | Итого | |
|---|---------|-----|-------|-----|
| | уп | рп | | |
| Неделя | 17 1/6 | | | |
| Вид занятий | уп | рп | уп | рп |
| Практические | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Итого ауд. | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Контактная работа | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Сам. работа | 92 | 92 | 92 | 92 |
| Итого | 108 | 108 | 108 | 108 |

Программу составил(и):

к. биол. н., доцент, Солодилов Роман Олегович

Рабочая программа дисциплины

Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.03 Спорт (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 947)

составлена на основании учебного плана:

49.04.03 СПОРТ

Направленность (профиль): Спорт высших достижений и система спортивной подготовки
утвержденного учебно-методическим советом вуза от 13.06.2024 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Медико-биологических основ физической культуры

Зав. кафедрой к.б.н., доцент Мальков М.Н.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|-----|--|
| 1.1 | Целью дисциплины "Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом" является формирование у магистрантов компетенций, связанных с их способностью решать следующий класс задач: преподавать с учетом новейших достижений в теории и методике физкультурно-спортивной деятельности; применять педагогически обоснованные формы, методы и технологии физического воспитания с учетом функционального состояния спортсмена; реализовывать тренировочный процесс и осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсмена; проводить анализ тренировочного и соревновательного процессов и выявлять проблемы, в том числе в функциональной подготовке; разрабатывать программы тренировочной и соревновательной деятельности с учетом функционального состояния спортсмена; разрабатывать паспорт функционального состояния спортсмена. |
|-----|--|

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

| | |
|--------------------|--|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.В.ДВ.02 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | Современные проблемы физической культуры и спорта (в соответствии с профилем подготовки) |
| 2.1.2 | Общая теория спорта и технология спортивной подготовки |
| 2.1.3 | Основы научных исследований в области физической культуры и спорта |
| 2.1.4 | Инновационные технологии в физической культуре и спорте |
| 2.2 | Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 2.2.1 | Производственная практика, профессионально-ориентированная практика |
| 2.2.2 | Производственная практика, преддипломная практика |
| 2.2.3 | Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-2.1: Реализует тренировочный процесс и осуществляет руководство соревновательной деятельностью спортсменов

ПК-2.2: Проводит анализ тренировочного и соревновательного процесса и выявляет проблемы

ПК-1.1: Применяет современные технологии подготовки спортсменов

ПК-1.2: Разрабатывает программы подготовки спортсменов различной продолжительности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

| | |
|------------|---|
| 3.1 | Знать: |
| 3.1.1 | - Организацию и содержание тренировочного процесса и осуществление руководства соревновательной деятельностью спортсменов |
| 3.1.2 | - Методы анализа тренировочного и соревновательного процесса и выявления проблем |
| 3.1.3 | - Современные подходы к разработке программ тренировочной и соревновательной деятельности |
| 3.1.4 | - Новейшие достижения в теории и методике физкультурно-спортивной деятельности |
| 3.1.5 | - Современные педагогически обоснованные формы, методы и технологии физического воспитания |
| 3.2 | Уметь: |
| 3.2.1 | - Реализовывать тренировочный процесс и осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов |
| 3.2.2 | - Проводить анализ тренировочного и соревновательного процесса и выявлять проблемы |
| 3.2.3 | - Разрабатывать программы тренировочной и соревновательной деятельности |
| 3.2.4 | - Преподавать с учетом новейших достижений в теории и методике физкультурно-спортивной деятельности |
| 3.2.5 | - Применять педагогически обоснованные формы, методы и технологии физического воспитания |

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература | Примечание |
|-------------|---|----------------|-------|-------------|------------|------------|
| | Раздел 1. Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом | | | | | |

| | | | | | | |
|------|---|---|----|---------------------------------|--|--------------------|
| 1.1 | Понятие о функциональных состояниях организма и отдельных функциональных систем. Оценка исходного вегетативного тонуса, реактивности на ортостатическую пробу и адаптационных возможностей организма с помощью вариационной пульсометрии /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.2 | Инструментальные методы оценки функционального состояния системы внешнего дыхания /Пр/ | 3 | 2 | ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.3 | Оценка реактивности сердечно-сосудистой системы в ортопробе /Пр/ | 3 | 2 | ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.4 | Гарвардский степ-тест и проба Руффье- Диксона /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.5 | Исследование процессов утомления и восстановления при циклической работе, выполняемой по замкнутому циклу мощности /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.6 | Определение максимальной анаэробной мощности в велоэргометрическом тесте и тесте Маргария /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.7 | Прямое определение максимального потребления кислорода в субмаксимальном тесте /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.8 | Порог анаэробного обмена (ПАНО, точка отклонения) в управлении учебно -тренировочным процессом/Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.9 | Инструментальная оценка физиологических систем организма спортсмена /Ср/ | 3 | 92 | ПК-2.1 ПК- 2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | |
| 1.10 | Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом /Контр.раб./ | 3 | 0 | ПК-1.2 ПК- 2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | Контрольная работа |
| 1.11 | /Зачёт/ | 3 | 0 | ПК-1.1 ПК- 1.2 ПК-2.1 ПК-2.2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 | Зачет |

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

| | | | | |
|--|---------------------|----------|-------------------|----------|
| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|--|---------------------|----------|-------------------|----------|

| | | | | |
|------|---------------------------------|--|--|---|
| Л1.1 | Солодков А. С, Сологуб Е. Б. | Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник | Москва: Издательство «Спорт», 2018, электронный ресурс | 1 |
|------|---------------------------------|--|--|---|

6.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|---------------------|--|---|----------|
| Л2.1 | Платонов В. Н. | Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм: отечественный и зарубежный опыт | Москва: Советский спорт, 2010 | 5 |
| Л2.2 | Вишневский В. А. | Особенности использования физических упражнений для целей оздоровительной и спортивной деятельности учащейся молодежи в условиях Ханты-Мансийского автономного округа - Югры: монография | Сургут: Издательско-печатный дом "Дефис", 2016 | 7 |
| Л2.3 | Платонов В.Н. | Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография | Москва: Спорт, 2019, электронный ресурс | 2 |

6.1.3. Методические разработки

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|---------------------|---|--|----------|
| Л3.1 | Вишневский В. А. | Физиология спорта: учебно-методическое пособие | Сургут: Издательство СурГУ, 2007 | 35 |
| Л3.2 | Лосев В. Ю. | Теория и методика физической культуры (теория и методика спорта): учебно-методическое пособие | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2016 | 35 |
| Л3.3 | Ланда Б. Х. | Диагностика физического состояния. Обучающие методика и технология: Учебное пособие | Москва: Издательство «Спорт», 2017, электронный ресурс | 1 |

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

| | |
|----|---|
| Э1 | Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/unilib/ |
| Э2 | Теория и практика физической культуры http://teoriya.ru/ru |
| Э3 | Информационный портал «Здоровый образ жизни» http://www.healthforma.ru/ |
| Э4 | Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту http://lib.sportedu.ru/ |
| Э5 | Библиотека Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья http://lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka |
| Э6 | Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры http://lib.sibsport.ru/ |

6.3.1 Перечень программного обеспечения

| | |
|---------|---|
| 6.3.1.1 | Операционные системы Microsoft, пакет прикладных программ Microsoft Office. |
|---------|---|

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

| | |
|---------|--|
| 6.3.2.1 | СПС «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru/ |
| 6.3.2.2 | СПС «Гарант» - www.garant.ru |
| 6.3.2.3 | Базы данных (Российские)- РИНЦ, национальная электронная библиотека |
| 6.3.2.4 | Базы данных (зарубежные) - Web of Science Core Collection, Scopus |

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| | |
|-----|---|
| 7.1 | Учебные аудитории для проведения практических (семинарских) занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации оснащена: специализированной учебной мебелью, маркерная (меловая) доска, комплект переносного мультимедийного оборудования - компьютер, проектор, проекционный экран, оборудованием для проведения диагностик состояния организма обследуемых. Зал укомплектованный необходимым оборудованием для проведения диагностик. |
|-----|---|