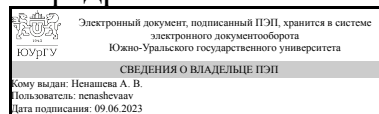


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



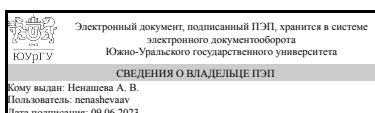
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.М1.13.01 Медико-биологические основы современных технологий подготовки спортсменов: проектное обучение
для направления 44.04.01 Педагогическое образование
уровень Магистратура
магистерская программа Современные технологии в педагогике образовательного процесса физической культуры и спорта
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

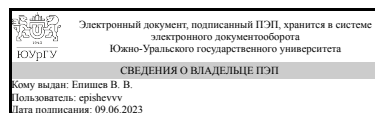
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 126

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



В. В. Епишев

1. Цели и задачи дисциплины

Дисциплина "Медико-биологические основы современных технологий подготовки спортсменов" направлена на формирование у студентов представления о медико-биологических технологиях диагностики, коррекции физического состояния спортсменов в процессе тренировочной деятельности, профилактики травматизма и проведения реабилитационной и оздоровительной работы. Задачи дисциплины: 1) изучить медико-биологические механизмы адаптации организма в процессе физических нагрузок; 2) изучить средства оптимизации и восстановления физической работоспособности при мышечной деятельности; 3) изучить основы врачебно-педагогического контроля при физических нагрузках.

Краткое содержание дисциплины

Дисциплина включает в себя следующие разделы: - Основы адаптации организма человека к физической нагрузке; - Биологические основы физической культуры и спорта; - Медико-биологические подходы к повышению работоспособности при мышечной деятельности; - Средства оптимизации восстановительных процессов после физической нагрузки; - Основы врачебно-педагогического контроля и питания при мышечной деятельности;

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	Знает: Современные технологии подготовки спортсменов на разных этапах жизненного периода. Умеет: определять круг задач и проблему в рамках избранных видов деятельности.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Педагогическое проектирование в области физической культуры	Анализ и оценка результатов педагогической деятельности, Консультативная деятельность в образовательном процессе

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Педагогическое проектирование в области физической культуры	Знает: основные воспитательные программы, современные педагогические технологии; особенности организации образовательного процесса в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных

	<p>стандартов., Особенности критического анализа проблемных ситуаций., как грамотно формулировать цель проекта, выстраивать этапы работы над проектом с учетом последовательности их реализации, определять этапы жизненного цикла проекта; определять исполнителей проекта. Умеет: использовать педагогически обоснованные воспитательные формы, методы и приемы организации деятельности обучающихся; применять современные воспитательные технологии; создавать образовательную среду, обеспечивающую формирование у обучающихся образовательных результатов; осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере обучения и воспитания., осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода., видеть и прогнозировать образ результата деятельности и планировать последовательность шагов для достижения данного результата. Имеет практический опыт: владения профессиональными знаниями и умениями для реализации воспитательных программ., конструктивного преодоления возникающих разногласий и конфликтов в консультативной деятельности образовательного процесса.</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 24,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		3
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	16	16
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	83,5	83,5
Анализ современной литературы по разделам дисциплины	83,5	83.5
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Основы адаптации организма человека к физической нагрузке	4	0	4	0
2	Биологические основы физической культуры и медико-биологические подходы к повышению работоспособности	6	0	6	0
3	Средства оптимизации восстановительных процессов и основы врачебно-педагогического контроля и питания	6	0	6	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1, 2	1	Основы адаптации организма человека к физической нагрузке	4
3, 4, 5	2	Биологические основы физической культуры и медико-биологические подходы к повышению работоспособности: физиологические, биохимические аспекты	6
6,7,8	3	Средства оптимизации восстановительных процессов и основы врачебно-педагогического контроля и питания: современные технологии	6

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Анализ современной литературы по разделам дисциплины	Граевская Н.Д. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. - стр. 104-306. Фудин, Н.А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте: монография / Н. А. Фудин, А. А. Хадарцев, В. А. Орлов; под редакцией А.И. Григорьева. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 320 с. - стр. 10-305. Чинкин А.С. Физиология спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Чинкин А.С., Назаренко А.С. – Электрон. текстовые данные. – М.: Спорт, 2016. – 120 с - стр. 1-120.	3	83,5

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	3	Текущий контроль	Контроль за состоянием сердечно-сосудистой системы	1	10	<p>9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике.</p> <p>7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета</p> <p>5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: –студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация).</p> <p>3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания:</p> <p>– студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей;</p> <p>- студент не верно оценивает динамику изменения показателей;</p> <p>– не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация);</p> <p>– при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки;</p> <p>– практическая работа не сдается</p>	экзамен

						своевременно в указанный срок. 1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания. 0 баллов – практическая работа не представлена к оценке	
2	3	Текущий контроль	Методы контроля за состоянием опорно-двигательного аппарата спортсмена	1	10	<p>9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике.</p> <p>7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета</p> <p>5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: – студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация).</p> <p>3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания:</p> <p>– студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей;</p> <p>- студент не верно оценивает динамику изменения показателей;</p> <p>– не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация);</p> <p>– при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки;</p> <p>– практическая работа не сдается своевременно в указанный срок.</p> <p>1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания.</p>	экзамен

						0 баллов – практическая работа не представлена к оценке	
3	3	Промежуточная аттестация	Современные методы контроля	-	10	<p>9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике.</p> <p>7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета</p> <p>5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: – студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация).</p> <p>3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания:</p> <p>– студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей;</p> <p>- студент не верно оценивает динамику изменения показателей;</p> <p>– не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация);</p> <p>– при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки;</p> <p>– практическая работа не сдается своевременно в указанный срок.</p> <p>1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания.</p> <p>0 баллов – практическая работа не представлена к оценке</p>	экзамен
4	3	Текущий контроль	Контроль за техникой выполнения движений	1	10	<p>9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не</p>	экзамен

					<p>являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике.</p> <p>7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета</p> <p>5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: – студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация).</p> <p>3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания:</p> <p>– студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей;</p> <p>- студент не верно оценивает динамику изменения показателей;</p> <p>– не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</p> <p>– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация);</p> <p>– при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки;</p> <p>– практическая работа не сдается своевременно в указанный срок.</p> <p>1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания.</p> <p>0 баллов – практическая работа не представлена к оценке</p>	
--	--	--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Итоговое практическое задание в соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ			
		1	2	3	4
УК-2	Знает: Современные технологии подготовки спортсменов на разных этапах жизненного периода.		+	+	+
УК-2	Умеет: определять круг задач и проблему в рамках избранных видов деятельности.	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия [Текст] Ч. 2 учеб. пособие для вузов по направлению 521900 - Физическая культура и специальности 022300 - Физическая культура и спорт: В 2 ч. Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - М.: Советский спорт, 2005. - 358 с.

2. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-2015

б) дополнительная литература:

1. Мкртумян, А. М. ЮУрГУ Формирование эффективной адаптации к стрессу у спортсменов олимпийского резерва [Текст] монография А. М. Мкртумян ; под науч. ред. А. П. Исаева, А. Т. Арутюнова ; Юж.-Урал. гос. ун-т и др.; ЮУрГУ. - М.: Принт-ателье, 2009. - 190 с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Проектное обучение

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	eLIBRARY.RU	Человек. Спорт. Медицина https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=48217887

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -Информационные ресурсы ФГУ ФИПС(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	001 (УСК)	анализатор состава тела Tanita, стабилметрическая платформа МБН-Стабило, система 3D Сканер, высокоскоростная камера Phantom Miro