Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра теории и методики спортивных единоборств и тяжелой атлетики

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  к.б.н., доцент И.В. Осадченко  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  и.о.проректора по учебной работе  к.п.н., доцент А.П. Морозов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Медико-физиологические аспекты интегральной подготовки в спорте высших достижений»**

Б1.В.06.

**Направление подготовки**

49.04.03 Спорт

**Наименование ОПОП**

«Интегральный подход в системе спорта высших достижений»

**Квалификация выпускника**

Магистр

**Форма обучения**

очная/заочная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан факультета  магистерской подготовки,  канд.фармацевт.наук доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А. Вощинина  «20» июня 2023 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол №8,  «6» июня 2023 г.)  Заведующий кафедрой,  д.б.н., профессор В.С. Беляев.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «6» июня 2023 г. |

**Малаховка 2023**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 сентября 2017 г., № 947 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16 октября 2017 г., регистрационный номер № 48567), с изменениями, утвержденными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 1456 от 26 ноября 2020 г.

**Составители рабочей программы:**

Беляев Василий Степанович

д.б.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Абульханов Ахмет Нуретдинович

к.п.н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Дунаев Константин Степанович – д.п.н., профессор

Заведующий кафедрой теории и методики ТМФВ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Биндусов Евгений Евгеньевич - заведующий кафедрой

теории и методики гимнастики, к.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.04.03):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный**  **стандарт** | **Приказ Минтруда России** | **Аббревиатура в РПД** |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.012 | «Тренер-преподаватель» | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2020 г. N 952н | **Т-П** |

1. **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

**ПК-2**: Способен осуществлять отбор спортсменов в спортивные сборные команды.

Результаты обучения по дисциплине:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Соотнесенные профессиональные стандарты | Планируемые результаты обучения |
| ПК-2 | **ТП 05.012**  **В/09.7**Отбор перспективных спортсменов, комплектование спортивной сборной команды муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине). | **ПК-2.1. Знает** теоретические основы спортивного отбора в сборные команды различного уровня и на различных этапах подготовки спортсменов высшего мастерства; медицинские, возрастные и психофизиологические требования к кандидатам на зачисление в резерв спортивной сборной команды.  **ПК-2.2. Умеет** определять критерии и требования к отбору и зачислению перспективных спортсменов в сборные команды разного уровня, в том числе страны, на основе интегральной оценки подготовленности; объективно и взвешенно подходить к проведению спортивного отбора на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства; пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсмена, эффективности тренировочного процесса.  **ПК-2.3. Имеет опыт** организации контрольных мероприятий для подтверждения кандидатами для зачисления в резервный состав сборной команды муниципального уровня, субъекта РФ; осуществления отбора спортсменов в резервный и основной состав сборной команды; |

1. **Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина в структуре образовательной программы относится к части, формируемой участниками образовательных отношений. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина объемом 216 часа изучается в 3 и 4 семестрах в очной форме обучения, в 3 и 4 семестрах заочной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: в 4 семестре – экзамен, в 3 семестре – зачет (очная форма обучения), в 4 семестре – экзамен (заочная форма обучения).

1. **Объем дисциплины и виды учебной работы:**

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестр | |
| 3 | 4 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **48** | **16** | **32** |
| В том числе: | |  |  |  |
| Лекции | | 12 | 4 | 8 |
| Практические занятия | | 36 | 12 | 24 |
| **Самостоятельная работа студента** | | **168** | **92** | **76** |
| *В том числе подготовка к экзамену* | | *18* |  | *18* |
| Промежуточная аттестация: | |  |  |  |
| зачет | |  | + |  |
| экзамен | |  |  | + |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **216** | **108** | **108** |
| **зачетные единицы** | **6** | **3** | **3** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестр | |
| 3 | 4 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **22** | **6** | **16** |
| В том числе: | |  |  |  |
| Лекции | | 6 | 2 | 4 |
| Семинарские занятия | | 4 | 4 |  |
| Практические занятия | | 12 |  | 12 |
| **Самостоятельная работа студента** | | **194** | **66** | **128** |
| Промежуточная аттестация: | |  |  |  |
| экзамен | |  |  | + |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **216** | **72** | **144** |
| **зачетные единицы** | **6** | **2** | **4** |

1. **Содержание дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема  (раздел) | Содержание раздела |
| 1 | Адаптация, как биологическая основа эффектифных занятий физическими упражнениями. | Оценка срочных реакций на физические упражнения разного характера.  Оценка долговременный адаптации организма и к тренировочным нагрузкам по показателю адаптационного потенциала спортсменов. |
| 2 | Классификация физических упражнений, особенности их физиологического и метаболического обеспечения. | Оценка физиологических изменений во время выполнения циклических упражнений максимальной мощности. Исследование физиологических изменений в организме во время выполнения упражнений субмаксимальной мощности.  Влияние циклических нагрузок большой и умеренной мощности на функции организма. |
| 3 | Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и управления движениями в спорте. | Исследование способности человека к воспроизведению заданной величины мышечного усилия при отсутствии зрительного анализатора.  Исследование способности человека управлять перемещением частей тела и временными параметрами движений. |

1. **Раздел дисциплины и виды учебной работы:**

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов дисциплины** | **Виды учебной работы** | | | **Всего**  **часов** |
| **Л** | **ПЗ** | **СРС** |
| 1. | Адаптация, как биологическая основа эффективных занятий физическими упражнениями. | 4 | 12 | 48 | **64** |
| 2. | Классификация физических упражнений, особенности их физиологического и метаболического обеспечения | 2 | 8 | 48 | **58** |
| 3. | Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и управления движениями в спорте | 6 | 16 | 52 | **74** |
| Консультации | |  |  | 2 | **2** |
| Подготовка к экзамену | |  |  | 18 | **18** |
| **Итого:** | | **12** | **36** | **168** | **216** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов дисциплины** | **Виды учебной работы** | | | | **Всего часов** |
| **Л** | **СЗ** | **ПЗ** | **СРС** |
| 1. | Адаптация, как биологическая основа эффективных занятий физическими упражнениями. | 2 | 2 | 4 | 60 | **68** |
| 2. | Классификация физических упражнений, особенности их физиологического и метаболического обеспечения | 2 | - | 4 | 60 | **66** |
| 3. | Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и управления движениями в спорте | 2 | 2 | 4 | 72 | **80** |
| Консультации | |  |  |  | 2 | **2** |
| **Итого:** | | **6** | **4** | **12** | **194** | **216** |

1. **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины:**
   1. **Основная литература.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | *Капилевич, Л. В.* Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/470121> (дата обращения: 13.10.2021). | 1 | - |
|  | Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 8-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 624 c. — ISBN 978-5-9500179-3-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74306.html> (дата обращения: 13.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Допинг в спорте: от А до Я : учебное пособие / Т. И. Долматова, И. В. Осадченко, И. Е. Слепенчук, А. Г. Демирчоглян ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка, 2017. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения: 13.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Шилов, И. А. Организм и среда. Физиологическая экология : учебник для вузов / И. А. Шилов. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 180 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13187-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. —URL: <https://urait.ru/bcode/469800> (дата обращения: 13.10.2021). | 1 | - |
|  | Капилевич, Л. В.  Физиология человека. Спорт : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 141 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10199-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475516> (дата обращения: 13.10.2021). | 1 | - |
|  | Зверев, В. Д.Построения занятий по бодибилдингу спортсменов высокой квалификации : учебное пособие / В. Д. Зверев ; НГУ им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2018. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения: 15.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**6.2. Дополнительная литература.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Анцелиович, А. А. Антидопинговое обеспечение спорта за рубежом : монография / А. А. Анцелиович, Т. В. Долматова. - Москва, 2020. - 199 с. : ил. - Библиогр.: с. 189-197. - ISBN 978-5-94634-062-5 : 300.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Ченегин В. М. Медико-биологические основы подготовки юных спорсменов : учебное пособие / В. М. Ченегин ; ВГИФК. - Волгоград, 1983. - 84 с. - 0.15. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 4 | - |
|  | Воробьев А. Н. Тренировка. Работоспособность. Реабилитация / А. Н. Воробьев. - Москва : Физкультура и спорт, 1989. - 272 с. : ил. - Библиогр.: с. 262-271 на рус. и ин яз. - Библиогр.: с. 262-271. - ISBN 5-278-00324-3 : 5.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 2 | - |
|  | Воронков, Ю.И. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте : очерки / А.Я. Тизул; Ю.И. Воронков .— Москва : Советский спорт, 2011 .— 228 с. — ISBN 978-5-9718-0521-2 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/187030> (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Ахметов, И.И. Молекулярная генетика спорта : монография / И.И. Ахметов .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 268 с. : ил. — Библиогр.: с. 206-260 .— ISBN 978-5-9718-0412-3 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/187027> (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов /В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2017.– 656с.: ил. ISBN 978-617-7492-01-5 — URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Фарфель В.С. Физиология человека. М. ФиС. – 200. – 387 с. — URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учеб. пособие / М.С. Эммерт, О.О. Фадина, И.Н. Шевелева, О.А. Мельникова; Омский гос. технич. ун-т .— Москва : Советский спорт, 2021 .— 121 с. : ил. — ISBN 978-5-00129-135-0 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/744418> (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Платонов В. Н.  Мирзоев О.М. Восстановительные средства в системе подготовки спортсменов. М. ФиС. – 2005. – 210 с. — URL: https://lib.rucont.ru (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Баранцев, С.А. Индикаторы эффективности физического воспитания студентов : учеб. пособие / С.А. Баранцев .— Москва : Советский спорт, 2020 .— 161 с. — (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений) .— ISBN 978-5-00129-053-7 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/713602> (дата обращения: 13.10.2021) | 1 | - |
|  | Дворкин, Л. С*.* Тяжелая атлетика в 2 т. Том 1 : учебник для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 380 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11143-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476105> (дата обращения: 13.10.2021).  Дворкин, Л. С*.* Тяжелая атлетика в 2 т. Том 1 : учебник для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 380 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11143-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476105> (дата обращения: 13.10.2021). | 1 | - |
|  | Капилевич, Л. В.  Физиология человека. Спорт : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 141 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10199-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475516> (дата обращения: 13.10.2021). | 1 | - |

**7 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет».**

**Информационно-справочные и поисковые системы, профессиональные базы**

**данных:**

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
10. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
11. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
12. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
13. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
14. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>

**8.** **Материально-техническое обеспечение дисциплины:**

**8.1. Перечень специализированных аудиторий и компьютерной техники.**

Для проведения лекционных и семинарских занятий:

**-** поточная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (лекционные залы №№ 1,2);

**-** учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (аудитории № 1, № 2);

**-** учебно-методическая литература: учебники, учебные пособия, научная и специальная литература, периодическая литература в библиотеке и читальном зале МГАФК; методический кабинет академии; кабинет для самостоятельной подготовки студентов кафедры.

**8.2. В качестве программного обеспечения** используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL LibreOffice или одна из лицензионных версий MicrosoftOffice.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС».

**8.3. Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии, организованы занятия на 1 этаже главного здания. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи «ElBrailleW14J G2;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система FrontRowtoGo в комплекте (системы свободного звукового поля);

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к Рабочей программе дисциплины*

*«Медико-физиологические аспекты интегральной подготовки в спорте высших достижений»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Теория и методика спортивных единоборств и тяжелой атлетики

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 6/23 от «20» июня 2023 г.

Председатель УМК,

и. о. проректора по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.П. Морозов

«20» июня 2023 г

**Фонд оценочных средств**

**по дисциплине**

«Медико-физиологические аспекты интегральной подготовки в спорте высших достижений»

49.04.03 Спорт

***Наименование ОПОП:***

**«**Интегральный подход в системе спорта высших достижений»

**Форма обучения**

очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 8 от «6» июня 2023 г.)

Зав. кафедрой профессор В.С. Беляев/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«6» июня 2023 г.

**Малаховка, 2023 год**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1. **Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовая  функция | ЗУНы | Индикаторы достижения |
| ПК-2: | **B/09.7**  Осуществление отбора спортсменов и управлять их спортивной подготовкой на уровне сборной команды муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине) | **ПК-2.1. Знает** теоретические основы спортивного отбора в сборные команды различного уровня и на различных этапах подготовки спортсменов высшего мастерства; медицинские, возрастные и психофизиологические требования к кандидатам на зачисление в резерв спортивной сборной команды.  **ПК-2.2. Умеет** определять критерии и требования к отбору и зачислению перспективных спортсменов в сборные команды разного уровня, в том числе страны, на основе интегральной оценки подготовленности; объективно и взвешенно подходить к проведению спортивного отбора на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства; пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсмена, эффективности тренировочного процесса.  **ПК-2.3. Имеет опыт** организации контрольных мероприятий для подтверждения кандидатами для зачисления в резервный состав сборной команды муниципального уровня, субъекта РФ; осуществления отбора спортсменов в резервный и основной состав сборной команды; | **Знает** теоретические основы медико-физиологических аспектов интегральной подготовки на различных этапах подготовки спортсменов высшего мастерства; медицинские, возрастные и психофизиологические требования к членам сборной команды; ответы на вопросы промежуточной аттестации.  **Умеет** выявлятьмедико-физиологическиеособенности интегральной подготовки спортсменов, определять критерии и требования к отбору и зачислению перспективных спортсменов в сборные команды разного уровня, в том числе на основе данных интегральной оценки подготовленности; объективно и взвешенно подходить к проведению спортивного отбора на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства; пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсмена, эффективности тренировочного процесса.  **Имеет опыт** организации контрольных мероприятий по выявлению медико-физиологических особенностей спортсменов для для зачисления в состав сборной команды муниципального уровня, субъекта РФ. |

1. **Типовые контрольные задания:**
   1. **Вопросы к зачёту**
2. К какому классу физических упражнений (по физиологической классификации) относят выполнение упражнений в ИВС.
3. В чем состоит суть феномена натуживания, проявляющегося во время статических силовых упражнений.
4. Какие особенности изменения показателей системы кровообращения во время выполнения соревновательных упражнений ИВС и в процессе восстановления.
5. Каковы особенности изменения показателей системы дыхания и VO2 во время выполнений упражнений из ИВС и в процессе восстановления.
6. Что подразумевают под понятием «срочная адаптация»
7. В чем сущность адаптационного синдрома по Г.Селье.
8. В каких случаях возникает стадия истощения и как предотвратить ее возникновение
9. Каковы особенности проявления срочной адаптации во время физических нагрузок динамического и статического характера.
10. Какие признаки стадии тревоги и резистентности.
11. Основные виды силовых возможностей как основы интегральной подготовки в ИВС.
12. Какие возрастные периоды являются благоприятными для развития основных двигательных способностей в ИВС как основы интегральной подготовки.
13. Какие физиологические факторы определяют проявление скоростно-силовых качеств в ИВС.
14. Какие физиологические факторы определяют проявление максимальной динамической силы в ИВС.
15. Физиологическая характеристика видов гипертрофии мышц.
    1. **Вопросы к экзамену**
16. Классификация видов спорта в физиологическом аспекте.
17. Физиологическая характеристика интегральных упражнений в ИВС.
18. Специфические физиологические особенности упражнений в ИВС.
19. Особенности физиологических показателей системы кровообращения во время выполнения соревновательных упражнений в ИВС.
20. Особенности показателей системы дыхания во время выполнения соревновательных упражнений в ИВС.
21. Охарактеризовать понятие «срочная адаптация» при выполнении интегральных упражнений в ИВС.
22. В чем сущность адаптационного синдрома по Г.Селье.
23. Признаки истощения и способы его предотвращения в ИВС .
24. Каковы особенности проявления срочной адаптации во время физических нагрузок динамического и статического характера.
25. Какие признаки стадии тревоги и резистентности.
26. Физиологическая характеристика силовых возможностей как основы интегральной подготовки в ИВС.
27. Сенситивные периоды для развития основных двигательных способностей в ИВС как основы интегральной подготовки в спорте высших достижений.
28. Физиологическая характеристика и специфика проявления скоростно-силовых качеств в ИВС.
29. Физиологическая характеристика и специфика проявления ведущих двигательных способностей в ИВС.

* 1. **Темы для презентации**

1. Физиологическая классификация спортивных упражнений в ИВС.
2. Физиологические и метаболические изменения в организме спортсменов при выполнении соревновательных упражнений в ИВС.
3. Основные факторы, вызывающие утомление в ИВС.
4. Суть феномена Линдгарда, проявляющегося во время статических упражнений.
5. Особенности изменения показателей системы кровообращения во время выполнения соревновательных (интегральных) упражнений в ИВС.
6. Физиологические изменения, происходящие в организме спортсменов в горных условиях.
7. Особенности процесса реакклиматизации и реадаптации в условиях равнины.
8. Особенности подготовки женщин-спортсменов с учетом фазы менструального цикла.
   1. **Темы для рефератов**

|  |
| --- |
| 1. Оценка срочных реакций на физические упражнения разного характера в ИВС. 2. Оценка долговременный адаптации организма к тренировочным нагрузкам по показателю адаптационного потенциала спортсменов в ИВС. |
| 1. Физиологические изменений во время выполнения соревновательных упражнений максимальной мощности и субмаксимальной мощности в ИВС. 2. Влияние циклических нагрузок большой и умеренной мощности на функции организма. |
| 1. Исследование способности человека к воспроизведению заданной величины мышечного усилия при отсутствии зрительного анализатора. 2. Исследование способности человека управлять перемещением частей тела и временными параметрами движений. |

* 1. **Темы для коллоквиумов**

1. Биологический контроль в спортивной тренировке в ИВС.
2. Особенности спортивной тренировки женщин в ИВС.
3. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и управление движениями в спорте.
4. Физиологическая характеристика состояния организма, возникающего во время спортивной деятельности в ИВС.
5. Классификация физических упражнений в ИВС, особенности их физиологического и метаболического обеспечения.
6. Адаптация, как биологическая основа эффектов занятий физическими упражнениями в ИВС.
   1. **Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.**

**Критерии оценки зачета:**

- оценка **«зачтено»** ставится магистранту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос не допускает существенных ошибок, выполненные задания для самостоятельной работы студента.

- оценка **«не зачтено»** ставится магистранту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

**Критерии оценки экзамена:**

Оценки **«отлично»** заслуживает магистрант, если он владеет знаниями предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивал при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное: устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы, свободно решает ситуационные задачи повышенной сложности; усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется магистрантам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала; Оценка «отлично» не ставится в случаях систематических пропусков магистрантом семинарских и лекционных занятий по неуважительным причинам, отсутствия активного участия на семинарских занятиях

Оценки **«хорошо»** заслуживает магистрант, если он владеет знаниями дисциплины почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает вместе с тем серьезных ошибок в ответах; умеет решать легкие и средней тяжести ситуационные задачи. Как правило, оценка «хорошо» выставляется магистрантам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности;

Оценки **«удовлетворительно»**  заслуживает магистрант, если он обнаружил поверхностное знание основного программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учёбы и предстоящей работы по профессии; его ответы отличаются недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускает ошибки по существу вопросов. Магистрант способен решать лишь наиболее легкие ситуационные задачи и выполнять практические задания.

Оценки **«неудовлетворительно»** заслуживает магистрант, если он не освоил обязательного минимума знаний предмета, не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится магистрантам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза.

**Критерии оценки презентации:**

- оценка **«зачтено»** выставляется если представлена презентация, разработанная магистрантом собственноручно, представляющий собой краткое связное изложение содержания источника или его части, без подробностей и второстепенных деталей.

- оценка **«не зачтено»** выставляется, если: студент проигнорировал данный вид работы; предоставил презентацию, написанную третьим лицом; не отражающую сути изучаемого источника.

**Критерии оценки реферата:**

**- оценка «5 баллов»** выставляется в том случае, если содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; реферат оформлен в соответствии с общими требованиями написания и техническими требованиями оформления рефератов; при изложении реферат имеет чёткую композицию и структуру; в подаче реферата отсутствуют логические нарушения материала; представлен качественный анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте реферата и список использованной литературы; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;

**- оценка «4 балла»** выставляется в случае, если содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; реферат оформлен в соответствии с общими требованиями написания реферата, но есть погрешности в техническом оформлении; при изложении реферат имеет чёткую композицию и структуру; в подаче реферата отсутствуют логические нарушения материала; представлен качественный анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте реферата и список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;

**- оценка «3 балла»** выставляется в случае, если содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; в реферате отмечены нарушения общих требований написания реферата; есть погрешности в техническом оформлении; в целом реферат имеет чёткую композицию и структуру, но в подаче реферата есть логические нарушения материала; не представлен анализ найденного материала, в полном объёме представлен список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; некорректно оформлены или не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте реферата; есть частые лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и орфографические, пунктуационные, грамматические, в тексте;

**- оценка «2 балла»** выставляется в случае, если в целом содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; в реферате отмечены нарушения общих требований написания реферата; есть ошибки в техническом оформлении; в подаче реферата есть нарушения композиции и структуры; есть логические нарушения в представлении материала; отсутствует анализ найденного материала; не в полном объёме представлен список использованной литературы, есть ошибки в его оформлении; некорректно оформлены и не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте реферата; есть регулярные лексические, стилистические и иные ошибки в изложении, орфографические, пунктуационные, грамматические в тексте;

**Критерии оценки коллоквиума:**

- оценка **«зачтено»** ставится магистранту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос не допускает существенных ошибок, выполненные задания для самостоятельной работы магистранта.

- оценка **«не зачтено»** ставится магистранту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы магистранта.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине является зачет с оценкой.

По результатам освоения дисциплины магистрант получает оценку, отражающую качество выполнения программных заданий.

Магистрант, не выполнивший программу дисциплины по уважительной причине, может получить дополнительное задание к указанным разделам в рабочей программе, и выполнить зачетные требования в свободное от учёбы время, в соответствии с дополнительным приказом по академии.

Магистрант, не выполнивший программу освоения дисциплины без уважительной причины или не получивший зачета с оценкой в установленный срок, может быть отчислен из академии как имеющий академическую задолженность.

При сдаче зачета с оценкой оценка **«отлично»** ставится, если магистрант владеет знаниями предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивал при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное: устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы, свободно решает ситуационные задачи повышенной сложности; усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется магистрантам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала; Оценка «отлично» не ставится в случаях систематических пропусков магистрантом семинарских и лекционных занятий по неуважительным причинам, отсутствия активного участия на семинарских занятиях

Оценки **«хорошо»** заслуживает магистрант, если он владеет знаниями дисциплины почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает вместе с тем серьезных ошибок в ответах; умеет решать легкие и средней тяжести ситуационные задачи. Как правило, оценка «хорошо» выставляется магистрантам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности;

Оценки **«удовлетворительно»**  заслуживает магистрант, если он обнаружил поверхностное знание основного программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учёбы и предстоящей работы по профессии; его ответы отличаются недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускает ошибки по существу вопросов. Магистрант способен решать лишь наиболее легкие ситуационные задачи и выполнять практические задания.

Оценки **«неудовлетворительно»** заслуживает магистрант, если он не освоил обязательного минимума знаний предмета, не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится магистрантам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза.