

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

**Институт физической культуры и спорта**

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института  
Гадалов А.В.  
« 31 » августа 2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Мониторинг в физической культуре и спорте»**

**направление подготовки/специальность**

44.03.01 Педагогическое образование

**направленность (профиль) подготовки**

физическая культура

Владимир

2021

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели дисциплины «*Мониторинг в физической культуре и спорте*»:

- содействие формированию у студентов общекультурных и профессиональных компетенций в области физического состояния и здоровья человека;
- овладение широким спектром концептуальных и методических подходов в оценке различных параметров физического развития и физической подготовленности различных групп населения (занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом) на разных этапах онтогенеза;
- формирование готовности творческого использования научно-методического, учебного и организационного опыта деятельности в области физической культуры и спорта в различных образовательных учреждениях и использовании полученных данных для повышения качества учебно-воспитательного и тренировочного процесса.

Исходя из целей предмета, следует решить основные задачи:

- добиться прочного усвоения студентами знаний, составляющих содержание современной теории и методики мониторинга на уровне, соответствующем квалификации бакалавра.
- воспитать у будущих специалистов способность обобщенно осмысливать диагностическую информацию и на основе полученных выводов планировать дальнейшую профессиональную деятельность.
- сформировать у студентов умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности.

Кроме того необходимо формировать у студентов:

- ♦ правильное понимание законов формирования, сохранения высокого уровня физического статуса человека на разных этапах онтогенеза;
- ♦ знания о возможностях и особенностях осуществления мониторинга физического развития, двигательных способностей человека в разнообразных формах физической культуры (спорт, физическое воспитание, профессионально-прикладная и лечебная физическая культура, двигательная рекреация);
- ♦ навыки проведения научных исследований, помогающих оценить уровень физического развития, физической подготовленности, психомоторных параметров, а также уровня здоровья человека с учетом пола, возраста, характера двигательной активности;
- ♦ умения обрабатывать, анализировать, обобщать и интерпретировать материалы научной информации, полученной в результате осуществления мониторинга физического развития, физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «*Мониторинг в физической культуре и спорте*» относится к базовой части учебного плана по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование».

Пререквизиты: «Теория и методика физического воспитания»; «Биомеханика двигательной деятельности»; «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Безопасность жизнедеятельности», «Спортивная морфология», «Спортивная метрология», «Основы научно-методической деятельности» и др.

Освоение программного материала осуществляется в процессе лекционных и практических занятий. Программой также предусматриваются самостоятельные занятия. Формой отчетности является экзамен.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание компетенции)	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-5. Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	ОПК-5.1. Формулирует образовательные результаты обучающихся в рамках учебных предметов согласно освоенному (освоенным) профилю (профилям) подготовки.	Знает: - требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего и среднего общего образования; - основные технологии оценочно-аналитической деятельности при оценивании личностных достижений обучающихся, в том числе с применением ИКТ.	Тестовые вопросы.  Реферат
	ОПК-5.2. Осуществляет отбор диагностических средств, форм контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся.	Умеет: - разрабатывать отдельные компоненты основных и дополнительных программ мониторинга личностных достижений обучающихся. - применять в коммуникационном процессе программные продукты: Microsoft Word, Microsoft Power Point, Microsoft Excel, ZOOM, Moodle.	
	ОПК-5.3. Применяет различные диагностические средства, формы контроля и оценки	Владеет: - информационно-ком-	

	сформированности образовательных результатов обучающихся и формулирует выявленные трудности в обучении	муникационными технологиями и электронными образовательными ресурсами при разработке отдельных компонентов мониторинговых программ в реальной и виртуальной образовательной среде: - навыками поиска, обмена информацией, создания документов и образовательных материалов с применением систем Google, Яндекс, Google-документы, Microsoft Word, Microsoft Power Point, Microsoft Excel, Adobe Photoshop, Adobe Premier, Miro.	
<b>ПК-1</b> Способен успешно взаимодействовать в различных ситуациях педагогического общения	<p>ПК-1.1. Демонстрирует знания особенностей педагогического общения и профессиональной рефлексии</p> <p>ПК-1.2. Применяет успешные технологии взаимодействия в профессиональном коллективе и решения педагогических</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательные акты в сфере мониторинговых исследований в физической культуре и спорте;</li> <li>- основы теории и методики проведения мониторинговых исследований в физической культуре и спорте;</li> <li>- основы возрастного развития физических кондиций занимающихся физической культурой и спортом.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить мониторинговые исследования состояния физических кондиций обучающих-</li> </ul>	<p>Тестовые вопросы</p> <p>Практико-ориентированное задание</p>

	<p>конфликтов)</p> <p>ПК-1.3. Целесообразно выбирает и использует методы педагогического общения с обучающимися и их родителями</p>	<p>ся образовательных организаций различного типа на основе государственных образовательных стандартов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в процессе мониторинга современные методики исследований;</li> <li>- обрабатывать результаты мониторинговых исследований физического развития и двигательной подготовленности обучающихся.</li> </ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации и проведения мониторинговых исследований с разновозрастными группами обучающихся;</li> <li>- навыками анализа и обобщения результатов мониторинговых исследований физического здоровья обучающихся в системе общего и дополнительного образования.</li> </ul>	
<p><b>ПК-2</b> Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность</p>	<p>ПК-2.1. Демонстрирует знание современных методов и технологий воспитания.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теорию и методику физической культуры;</li> <li>- современные Федеральные образовательные стандарты;</li> <li>- современные технологии разработки планов и программ мониторинговых</li> </ul>	<p>Тестовые вопросы</p>

	<p>ПК-2.2. Способен проектировать воспитательную среду с учетом возрастных особенностей обучающихся</p> <p>ПК- 2.3. Способен осуществлять системную и целенаправленную воспитательную деятельность средствами преподаваемого учебного предмета</p>	<p>исследований, в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий (MS Excel, Google Docs,)</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цель, задачи и структуру учебных планов и образовательных программ;</li> <li>- разрабатывать планы и мониторинговых исследований в физической культуре и спорте для образовательных организаций различного уровня образования.</li> </ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологиями разработки планов и программ мониторинга для образовательных организаций различного типа образования, в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий (MS Excel, Google Docs).</li> </ul>	<p>Практико-ориентированное задание</p>
<p><b>ПК-4.</b> Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов.</p>	<p>ПК - 4.1. Формулирует личностные, предметные и метапредметные результаты обучения по своему учебному предмету.</p> <p>ПК – 4.2. Применяет современные методы формирования развивающей образовательной</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современные технологии мониторинговых исследований в процессе обучения, воспитания и спортивной тренировки занимающихся;</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять современные методы обучения и диагностики состояния</li> </ul>	<p>Тестовые вопросы</p> <p>Практико-ориентированное</p>



1.	<b>Раздел 1. Общие основы мониторинга</b>	8							
	<i>Тема 1.1</i> Современное состояние мониторинга в физической культуре	8	1	1	1			2	
	<i>Тема 1.2.</i> Цель, виды, функции мониторинга в различных образовательных учреждениях	8	1	1	1			2	
	<i>Тема 1.3.</i> Общие принципы и уровни мониторинга в физической культуре	8	3-2	1	1			2	
	<i>Тема 1.4.</i> Технология проведения мониторинговых исследований в физической культуре и в спорте.	8	3-4	2	2			4	
	<b>Раздел 2. Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта.</b>	8							
2.	<i>Тема 2.1.</i> Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза.	8	5-6	2	2			4	Рейтинг-контроль I
	<i>Тема 2.2.</i> Морфогенетические основы индивидуальных различий.	8	7-8	2	2		2		
	<i>Тема 2.3.</i> Физическая подготовленность и методы ее оценки	8	9-10	2	2			4	
3.	• Раздел 3. Мониторинг физической культуры в различных образовательных учреждениях	8							
	<i>Тема 3.1.</i> Содержание мониторинга ф.к. в дошкольных образовательных учреждениях	8	11-12	1	1			3	рейтинг-контроль II
	<i>Тема 3.2.</i> Содержание мониторинга ф.к. в общеобразовательных школах	8	13-14	1	1			3	
	<i>Тема 3.3.</i> Мониторинг в учреждениях дополнительного образования детей спортивного профиля	8	15-16	1	1			3	



<i>Тема 3.4.</i> Измерение и представление диагностических данных	8	17-18	2	2			4	рейтинг-контроль III
<b>Всего за VIII семестр: 3/108</b>			<b>16</b>	<b>16</b>			<b>31</b>	<b>45-экзамен</b>
Наличие в дисциплине КП/КР								
<b>Итого по дисциплине: 3/108</b>			<b>16</b>	<b>16</b>			<b>31</b>	<b>45-экзамен</b>

### Тематический план

#### Форма обучения заочная

Набор на отделение заочного обучения не производился

#### Содержание лекционных занятий по дисциплине «Мониторинг в физической культуре и спорте»

##### *Раздел 1.* Общие основы мониторинга

##### *Тема 1.1:* Современное состояние мониторинга в физической культуре.

Краткая историография мониторинга. Предмет современного мониторинга в образовании. Основные положения о тенденциях развития мониторинга. Характеристика процесса мониторинга в образовательных учреждениях. Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.

*Тема 1.2:* Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.

Виды мониторинга и структура проведения исследований в процессе занятий физической культурой и спортом. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий спортом.

Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом. Взаимосвязь уровня здоровья и качества жизни. Методики оценки качества жизни.

Основные подходы к организации мониторинга. Основные направления мониторинга в различных образовательных учреждениях. Содержание оценочной, управленческой и функции обратной связи мониторинга

##### *Тема 1.3:* Общие принципы и уровни мониторинга в физической культуре.

Сущность и содержание основных принципов: целостности изучения, комплексного использования методов исследования, научности, этичности, объективности, единства изучения и воспитания, изучение явления в изменении и развитии. Уровни мониторинга.

Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта.

Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой

*Тема 1.4:* Технология проведения мониторинговых исследований в физической культуре и в спорте.

Организация и методика проведения тестирования физической подготовленности. Организация и методика проведения тестирования физического развития. Методы оценки физического развития и двигательной подготовленности учащейся молодежи.

Характеристика параметров физических кондиций человека (показатели физического развития, физической и функциональной подготовленности) по развитию и подготовленности. Качественная и количественная оценка показателей здоровья.

**Раздел 2. Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта**

**Тема 2.1:** Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза. Методика оценки уровня физического развития. Возможности применения метода индексов. Индексы, позволяющие оценить уровень пропорциональности телосложения. Индексы, позволяющие оценить весо-ростовые параметры человека.

Оценка основных антропометрических данных параметрическим методом (сигмальный метод). Оценка основных антропометрических данных непараметрическим методом (центильный метод).

**Тема 2.2:** Морфогенетические основы индивидуальных различий.

Понятие об общей и частных конституциях (тип телосложения, классификации морфотипов). Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей школьников. Морфофункциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом.

Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки

**Тема 2.3:** Физическая подготовленность и методы ее оценки.

Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом. Методика оценки основных физических способностей человека.

**Раздел 3. Мониторинг физической культуры в различных образовательных учреждениях**

**Тема 3.1:** Содержание мониторинга физической культуры в дошкольных образовательных учреждениях.

Системный мониторинг работы дошкольных учреждений. Содержание мониторинга работы с детьми, родителями, сотрудниками. Мониторинг здоровья, общего физического и психического состояния дошкольников.

**Тема 3.2:** Содержание мониторинга физической культуры в общеобразовательных школах.

Основные показатели мониторинга физической культуры. Мониторинг общего физического развития школьника. Содержание совместной деятельности классного руководителя, учителя физической культуры и медицинского работника в мониторинге общего физического развития школьников.

**Тема 3.3:** Мониторинг в учреждениях дополнительного образования детей спортивного профиля.

Роль мониторинга в совершенствовании учебно-тренировочного процесса спортивной школы. Мониторинг с учетом специфики СДЮШОР. Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в процессе отбора и спортивной ориентации. Типологические особенности в различных видах спортивной специализации (морфотип, тип нервной системы, тип межполушарной асимметрии, тип мышечных волокон).

**Тема 3.4:** Измерение и представление диагностических данных.

Понятие «измерение». Измерительные шкалы в педагогической диагностике. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности. Методы обработки данных. Представление количественных данных как результат диагностического исследования.

Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.

Графическое отображение полученных результатов. Интерпретация полученных результатов.

## **Содержание практических занятий по дисциплине «Мониторинг в физической культуре и спорте»**

### ***Раздел 1. Общие основы мониторинга***

*Практическое занятие 1.* Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.

Анализ мониторинговых систем в различных сферах деятельности. Теоретические основы проектирования общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья детей, подростков, молодежи.

*Практическое занятие 2.* Виды мониторинга и структура проведения исследований в процессе занятий физической культурой и спортом. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.

*Практическое занятие 3.* Принципы организации и проведения крупномасштабных исследований состояния физического здоровья подрастающего поколения. Программы мониторинга физической подготовленности.

*Практическое занятие 4.* Мониторинг как система непрерывного слежения за состоянием физического здоровья учащихся образовательных учреждений. Научно-практические основы осуществления мониторинга в процессе занятий физической культурой.

*Практическое занятие 5.* Организация и технология проведения мониторинговых исследований в практике физической культуры и спорта. Формы и методы сбора информации и обработки полученных результатов.

Организация и технология мониторинга. Этапы и направления мониторинга.

*Практическое занятие 6.* Методы оценки физического развития и двигательной подготовленности учащейся молодежи. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.

***Раздел 2. Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта.***

*Практическое занятие 7-8.* Измерения и показатели физического развития. Требования к выполнению тестовых упражнений системы мониторинга. Виды тестов. Функциональные пробы, рекомендуемые для использования при проведении мониторинга физического состояния. Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки. Определение артериального давления. Дыхательные движения. Определение жизненной емкости легких. Функциональные пробы с задержкой дыхания. Измерение длительности задержки дыхания после гипервентиляции и дозированной физической нагрузки. Расчет индекса Скибинской.

Динамика частоты сердечных сокращений, артериального давления, частоты дыхания, времени задержки дыхания.

*Практическое занятие 9.* Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в практике физической культуры и спорта. Определение типов конституции. Методика оценки мышечной композиции в практике физической культуры и спорта. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта.

*Практическое занятие 10-11.* Технология проведения мониторинга физических кондиций человека. Методика оценки координационных способностей в процессе занятий физической культурой. Методика оценки уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой. Методика оценки уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой.

Методика оценки уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой.

*Практическое занятие 12.* Методика оценки уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой. Шкала оценок физической подготовленности. Характеристика оценочной шкалы. Ручная обработка результатов тестирования. Компьютерная обработка результатов тестирования.

### ***Раздел 3. Мониторинг физической культуры в различных образовательных учреждениях***

*Практическое занятие 13.* Этапы проведения мониторинга в ДОУ. Методика проведения мониторингового обследования физического развития детей дошкольного возраста. Диагностика физического развития дошкольников. Диагностика физической подготовленности дошкольников. Динамика физических кондиций детей дошкольного возраста. Программа комплексной оценки физических возможностей дошкольников. Составление оценочных таблиц физического здоровья детей дошкольного возраста.

*Практическое занятие 14.* Методика мониторинговых исследований физического развития, физической и функциональной подготовленности школьников разного возраста. Технология тестирования показателей здоровья на уроках физической культуры. Обработка, анализ результатов тестирования и их интерпретация.

*Практическое занятие 15.* Мониторинг физического развития в спорте. Мониторинг физической подготовленности спортсменов. Требования к отбору тестовых упражнений в различных видах спорта.

Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в процессе отбора и спортивной ориентации. Типологические особенности в различных видах спортивной специализации (морфотип, тип нервной системы, тип межполушарной асимметрии, тип мышечных волокон). Методика оценки мышечной композиции в практике физической культуры и спорта. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта. Осуществление спортивной ориентации и отбора по результатам проведения мониторинга физического развития и индивидуально-типологических свойств организма (на модели одного вида спорта).

*Практическое занятие 16.* Построение модели проведения первичного обследования группы занимающихся с учетом возраста, уровня физической подготовленности.

Проведение обследования, компьютерная обработка и интерпретация результатов исследования (подготовка модели научной статьи по проведенным исследованиям).

Формулирование выводов и практических рекомендаций на основе мониторинга. Подготовка отчетных документов (в том числе графическое и табличное отображение) по результатам проведения мониторинга, оценка темпов прироста показателей (схема научного отчета)

## **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ.**

Изучение дисциплины «Мониторинг в физической культуре и спорте» осуществляется в форме лекций, практических занятий, внеаудиторной самостоятельной работы студентов. Изучение дисциплины рассчитано на один семестр и происходит в восьмом семестре. Текущий контроль осуществляется в виде тестирования, собеседования по теоретическим вопросам, проведения мониторинговых исследований с предоставлением протоколов тестирования с их обработкой, анализом и интерпретированием. Промежуточная аттестация осуществляется в форме экзамена.

Критерием успешности освоения учебного материала студентом является экспертная оценка преподавателем регулярности посещения обязательных учебных занятий; оценка результатов проведения и анализа мониторинговых исследований по заданию преподавателя; наличие лекционного курса по дисциплине; протоколы тестирования, их обработка и интерпретация.

### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

#### ***Вопросы рейтинг-контроля I:***

1. Что является основным показателем физического совершенства человека?
2. Как называются реакции, совершающиеся в бескислородной среде?
3. Что отражает функциональная подготовленность?
4. После подъема на 4-й этаж ваш пульс составил 105 уд/мин. Оцените состояние вашей сердечно-сосудистой системы?
5. Какова основная цель врачебного контроля в процессе физического воспитания студентов вузов?
6. Что такое абсолютная сила мышц человека?
7. Что является целью самоконтроля?
8. Какова задержка дыхания на вдохе (проба Штанге) у здоровых взрослых людей?
9. Какой вид мышечной силы человека характеризует силовой потенциал человека и измеряется величиной максимального произвольного мышечного усилия в изометрическом режиме без ограничения времени или предельным весом поднятого груза?
10. Что такое диагностика состояния организма человека?

#### ***Вопросы рейтинг-контроля II.***

1. Какой показатель является наиболее интегральным показателем физического здоровья здорового человека?
2. Что такое должная величина МПК (ДМПК)?
3. Какой осмотр при оценке физического развития дает возможность оценить телосложение, состояние опорно-двигательного аппарата (форму грудной клетки, ног, рук, стопы), осанку?
4. Что собой представляют дополнительные врачебные обследования?
5. Что такое брадикардия?

6. Что такое гомеостаз?
7. Что такое физическое развитие?
8. Какая фаза изменения работоспособности спортсмена в течение тренировки характеризуется постепенным повышением работоспособности и образованием рабочей доминанты?
9. Какая сила мышц человека имеет решающее значение для выполнения подтягивания в висе на перекладине?
10. Как называется количество воздуха, которое индивидуум способен выдохнуть после максимально глубокого вдоха?

### ***Вопросы рейтинг-контроля III.***

1. Признаками какого типа сложения человека являются короткие конечности, массивная костная система, короткая и толстая шея, широкая, короткая грудная клетка, хорошо развитая мускулатура?
2. Что такое физическое совершенство?
3. Что является основной формой врачебного контроля?
4. С какой целью проводится педагогический контроль?
5. Как отличаются расходы энергии в покое у тренированных и нетренированных людей?
6. Как изменяются объективные показатели функционального состояния человека в условиях соревновательной обстановки?
7. Что такое функциональная проба?
8. Что такое общая физическая подготовка?
9. Как называется состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности?
10. Что такое основной обмен?

## **5.2. Промежуточная аттестация.**

### **Перечень вопросов к экзамену**

1. Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Виды мониторинга и структура проведения исследований в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой.
4. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий спортом.
5. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.
6. Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта.
7. Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза.
8. Методика оценки уровня физического развития. Возможности применения метода индексов.
9. Индексы, позволяющие оценить уровень пропорциональности телосложения.
10. Индексы, позволяющие оценить весо-ростовые параметры человека.
11. Оценка основных антропометрических данных параметрическим методом (сигмальный метод).
12. Оценка основных антропометрических данных непараметрическим методом (центильный метод).

13. Морфогенетические основы индивидуальных различий. Понятие об общей и частных конституциях (тип телосложения, классификации морфотипов).
14. Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки.
15. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.
16. Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в процессе отбора и спортивной ориентации.
17. Типологические особенности в различных видах спортивной специализации (морфотип, тип нервной системы, тип межполушарной асимметрии, тип мышечных волокон).
18. Методика оценки мышечной композиции в практике физической культуры и спорта.
19. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта.
20. Осуществление спортивной ориентации и отбора по результатам проведения мониторинга физического развития и индивидуально-типологических свойств организма (на модели одного вида спорта).
21. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой.
22. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом.
23. Координационные способности и методика их оценки в процессе спортивного отбора и занятий физической культурой и спортом.
24. Осуществление мониторинга общих и специфических координационных способностей у спортсменов различных видов спорта с учетом этапа многолетней тренировочной подготовки.
25. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) различных возрастных групп при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
26. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) различных возрастных групп при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
27. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
28. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
29. Обзор существующих методик оценки психологического состояния при занятиях физической культурой и спортом.
30. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности. Методы обработки данных. Графическое отображение полученных результатов. Интерпретация полученных результатов.
31. Обзор существующих методик оценки психомоторных параметров при занятиях физической культурой и спортом.

### **5.3. Самостоятельная работа обучающегося**

### **Примерная тематика самостоятельной работы:**

1. Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей школьников.
2. Морфофункциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки.
4. Ознакомление с методикой составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой.
5. Методика проведения массового тестирования различных групп населения в лабораторных и естественных условиях.
6. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня физического развития в процессе занятий физической культурой и спортом.
7. Методика проведения лонгитудинальных исследований различных параметров физического состояния в процессе занятий физической культурой и спортом.
8. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
9. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
10. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования и функциональные пробы) в различных возрастных группах.
11. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
12. Оценка уровня развития координационных способностей (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.
13. Методика оценки психомоторных параметров в процессе занятий физической культурой и спортом (скорость реакции, точность, различительная чувствительность по параметрам движения, двигательная память)
14. Методика определения психомоторных способностей в естественных и лабораторных условиях.
15. Мониторинг показателей физического и психологического состояния в течение соревновательного периода в различных видах спорта.

### **Практико-ориентированные задания для самостоятельной работы**

Задание 1. Составить схему мониторинга физического развития и физической подготовленности дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Задание 2. Составить схему мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся начального общего образования в условиях образовательного учреждения.

Задание 3. Составить схему мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся основного общего образования в условиях образовательного учреждения.

Задание 4. Составить схему мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся полного общего (среднего) образования в условиях образовательного учреждения.



**Задание 5.** Разработать вариант мониторинга физического развития занимающихся в учреждениях дополнительного образования по избранному виду спорта.

**Задание 6.** Разработать вариант мониторинга физической подготовленности занимающихся в учреждениях дополнительного образования по избранному виду спорта.

*Рекомендуемая литература к заданиям:*

1. Методические рекомендации по проведению мониторинга физической подготовленности обучающихся в сфере образования Российской Федерации.- М.: ФЦОМОФВ. -2020.-12 с. <http://fcomofv.ru/page351/page544/> -Мониторинги и статистика

2. Методические рекомендации по организации и проведению тестовых упражнений для определения уровня физической подготовленности обучающихся 1–11 классов по учебному предмету «Физическая культура» (основная медицинская группа). – М.: ФЦОМ

ОФВ. -2020.-8 с. <http://fcomofv.ru/page351/page544/> - Мониторинги и статистика

3. Методические рекомендации по развитию физических обучающихся младшего школьного возраста для подготовки к проведению мониторинга физической подготовленности качеств. - М.: ФЦОМОФВ.-2020. - 25 с.

<http://fcomofv.ru/page351/page544/> - Мониторинги и статистика

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Книгообеспеченность**

Наименование литературы: автор, название, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
1	2	3
<b>Основная литература</b>		
1. Иорданская, Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования) [Текст]: монография / Ф. А. Иорданская. – 2-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2014. – 140 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0758-2	2014	<a href="http://www.bibliorossica.com/catalog.html?ln=ru">http://www.bibliorossica.com/catalog.html?ln=ru</a>
2. Губа В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Губа В.П., Пресняков В.В.-Электрон.	2015	<a href="http://www.iprbookshop.ru/28321.-ЭБС«IPRbooks»">http://www.iprbookshop.ru/28321.-ЭБС «IPRbooks»</a>

текстовые данные.- М.: Человек, 2015.- 288 с. - ISBN 978-5-9068131-53-9		
4. Губа В.П. Комплексный контроль интегральной функциональной подготовленности футболистов [Электронный ресурс]: монография/ Губа В.П., Шамардин А.А.- Электрон. текстовые данные.- М.: Советский спорт, 2015.-284 с.	2015	<a href="http://www.iprbookshop.ru/40782.-">http://www.iprbookshop.ru/40782.-</a> ЭБС «IPRbooks»
Дополнительная литература		
1. Иорданская Ф.А. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности [Электронный ресурс]: монография/ Иорданская Ф.А., Юдинцева М.С.-Электрон. текстовые данные.- М.: Советский спорт, 2011.- 142 с.	2011	<a href="http://www.iprbookshop.ru/9886.-">http://www.iprbookshop.ru/9886.-</a> ЭБС «IPRbooks»
2. Минка И.Н. Методы регистрации и оценивания функционального состояния организма спортсменов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Минка И.Н.- Электрон. текстовые данные.- Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.- 122 с.	2012	<a href="http://www.iprbookshop.ru/22287.—">http://www.iprbookshop.ru/22287.—</a> ЭБС «IPRbooks»
3. Теория и методика современных спортивных исследований. [Электронный ресурс]: монография / В.П.Губа, В.В.Маринич – М.: Спорт, 2016. – 232 с.: ил.- ISBN 978-5-9068-39-25-1	2016	<a href="http://www.studentlibrare.ru/book/">http://www.studentlibrare.ru/book/</a>

### Спортивная периодика

1. Журнал «Теория и практика физической культуры» - <http://www.teoriya.ru>
2. Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» - <http://www.fizkulturavshkole.ru>

3. Журнал «Физкультура в школе» -<http://www.fizkulturavshkole.ru>

### **Интернет-ресурсы**

<http://www.pedlib.ru> - Педагогическая библиотека.

<http://testolog.narod.ru> - Сайт научно-методической поддержки.

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

<http://www.fipi.ru/view> - Федеральный институт педагогических измерений.

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий (по адресу - ул. Университетская, 1 учебно-спортивный корпус ИФКС №3): лекционного типа - аудитории 108 и 203, оборудованные мультимедийными комплексами с доступом к сети «Интернет» (мультимедийный проектор, ноутбук, настенный экран) и аудитория 108 и 302 для проведения практических занятий и групповых и индивидуальных консультаций.

Кроме того для проведения практических занятий используются:

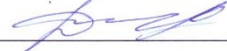
- спортивное ядро университета с асфальтовой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний;

- спортивные залы 106, 202, 303 спортивного корпуса №3;

- спортивная база городских образовательных учреждений разного уровня.



Рабочую программу составил  доцент Воробьев Николай Сергеевич


Рецензент  Осипов Д.Ж., директор Регионального центра тестирования г. Владимира

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин

Протокол № 1 от 30.08 2021 года.

Заведующий кафедрой  Власов А.В.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 44.03.01- Педагогическое образование протокол № 1 от 30.08 2021 года.

Председатель комиссии  А.В. Власов, зав. кафедрой «Теория и методика физической культуры и спортивных дисциплин» ИФКС ВлГУ, доцент, кандидат педагогических наук

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

