Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Умаров Марат Файзуллаевич
Должность: Директор
Дата подписания: 16.02.2026 13:16:54
Уникальный программный ключ:
48505f11ec15acaa386f5219d3113d727fefda78

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Елабужский институт (филиал) КФУ

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Елабужского института КФУ
_____ Е.Е. Мерзон
«08» июня 2023 г.
МП

Программа дисциплины (модуля)
Кинезиология в физической культуре и спорте

Направление подготовки/специальность: *44.04.01 Педагогическое образование*
Направленность (профиль) подготовки: *Профессиональная подготовка в области физической культуры и спорта*
Квалификация выпускника: *магистр*
Форма обучения: *заочное*
Язык обучения: *русский*
Год начала обучения по образовательной программе: *2023*

Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

4.2. Содержание дисциплины (модуля)

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

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

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

13. Приложение №1. Фонд оценочных средств

14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. Петров Р.Е. (кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, отделение психологии и педагогики), REPetrov@kpfu.ru

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-1	Способен использовать психолого-педагогические, медико-биологические, организационно-управленческие знания и навыки для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся
ПК-1.1	Знать методику подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей; методы активизации обучения на обще-профилирующих занятиях по физической культуре; психологическую характеристику деятельности в физическом воспитании; возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков.
ПК-1.2	Уметь составлять структуру тренировочного процесса в многолетней подготовке спортсменов в различных видах спорта; применять тесты при различных двигательных действиях в физической культуре и в спорте; применять инновационные технологии обучения по физической культуре и в спорте; оценивать индивидуально-психологические особенности; диагностировать уровень физического развития обучающихся; определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения, с учетом психолого-педагогических, медико-биологических знаний
ПК-1.3	Уметь составлять структуру тренировочного процесса в многолетней подготовке спортсменов в различных видах спорта; применять тесты при различных двигательных действиях в физической культуре и в спорте; применять инновационные технологии обучения по физической культуре и в спорте; оценивать индивидуально-психологические особенности; диагностировать уровень физического развития обучающихся; определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения, с учетом психолого-педагогических, медико-биологических знаний
ПК-2	Способен использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни для проектирования интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом
ПК-2.1	Знать методы комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке; инновационные технологии физического воспитания учащихся с оздоровительной направленностью; подбор различных физических упражнений в зависимости от показателей состояния здоровья
ПК-2.2	Уметь применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; организовать и оценить эффективность инновационных технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью; оценивать эффективность применения физических упражнений у различных групп населения
ПК-2.3	Владеть методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля и координации физкультурно-спортивной деятельности
ПК-4	Способен оценить физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей
ПК-4.1	Знать оценку двигательных способностей и функциональных возможностей организма в

	различных видах спорта и групп населения; различные приемы формирования и развития умений, необходимых для разработки и использования инновационных учебно-методических комплексов; особенности разработки индивидуальных программ оздоровления и развития учащихся разного возраста
ПК-4.2	Уметь проводить комплексный анализ эффективности инновационных технологий физического воспитания школьников, направленные на формирование двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов; определять наличие ошибок и причины их появления в процессе коррекционных мероприятий по адаптивной и реабилитационной физической культуре
ПК-4.3	Владеть методами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки физического и функционального состояния обучающихся; методами комплексного тестирования физического здоровья и развития учащихся, имеющих различные возрастные и гендерные особенности

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

Знать методику подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей.

Знать способы, приемы и методы комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке.

Знать оценку двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения.

Должен уметь:

Уметь составлять структуру тренировочного процесса в плане многолетней подготовки спортсменов; использовать тесты диагностики физического здоровья и физической подготовленности; применять инновационные средства и методы обучения по физической культуре.

Уметь применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач при проведении физкультурно-спортивных занятий; организовывать и оценивать эффективность инновационных технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью.

Уметь комплексно анализировать эффективность инновационных методов и методик формирования двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов.

Должен владеть:

Владеть методами и технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока.

Владеть приемами и методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля.

Владеть методами и приемами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки физического и функционального состояния обучающихся.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.В.ДВ.03.01 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.04.01 "Педагогическое образование (Профессиональная подготовка в области физической культуры и спорта)" и относится к части, формируемая участниками образовательных отношений.
Осваивается на 1 курсе в 1 семестре.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) на 72 часа(ов).

Контактная работа - 14 часа(ов), в том числе лекции - 4 часа(ов), практические занятия - 10 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 54 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 4 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 1 семестре.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	Семестр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Кратковременные адаптации мышечно-связочного аппарата.	1	2	0	0	8
2.	Тема 2. Определение растяжения мышц синергистов и антагонистов в различных суставах.	1	0	2	0	8
3.	Тема 3. Определение мышечного утомления при разнообразных двигательных действиях.	1	0	2	0	8
4.	Тема 4. Долговременные адаптационные реакции.	1	2	0	0	8
5.	Тема 5. Адаптационные реакции мышц.	1	0	2	0	8
6.	Тема 6. Определение мощности различных мышечных групп.	1	0	2	0	8
7.	Тема 7. Восстановление двигательных функций после различных травм.	1	0	2	0	6
	Итого 72 часа.		4	10	0	54

4.2 Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Кратковременные адаптации мышечно-связочного аппарата.

Эффекты разминки. Температура. Жесткость. Тиксотропия. Ригидность. Шестеречная ригидность. Мышечный тонус. Гипотонус. Гипертонус. Мышечная спастичность. Статическое растягивание мышц. Баллистическое растяжение. Фиксационно-релаксационная методика. Болезненность и повреждение мышц. Деформация мышц. Мышечное утомление.

Тема 2. Определение растяжения мышц синергистов и антагонистов в различных суставах.

Определение гибкости. Исследование статического растягивания мышц. Определение баллистического растяжения мышц. Анализ фиксационно-релаксационной методики. Методика сокращения агониста. Мышечная болезненность с задержкой проявления. Напряжение. Временное течение реакции. Влияние типа волокон на растяжение.

Тема 3. Определение мышечного утомления при разнообразных двигательных действиях.

Анализ центрального возбуждения. Максимальное произвольное сокращение. Невральная стратегия. Нервно-мышечное преобразование. Связь возбуждения с сокращением. "Мышечная мудрость". Чувство напряжения. Потенцирование мышц. Мышечная судорога. Мышечная деформация. Метаболические субстраты. Проприорецепторные афференты и рефлексы.

Тема 4. Долговременные адаптационные реакции.

Принципы тренировки. Адаптационные реакции мышц. Мышечная мощность и движение. Развитие мощности относительно отдельного сустава. Адаптационные реакции на пониженный уровень физической активности. Восстановление двигательных функций после травмы. Адаптация с возрастом. Адаптационные реакции нервной

системы.

Тема 5. Адаптационные реакции мышц.

Мышечные волокна. Адаптация мышечных волокон I типа. Адаптация мышечных волокон II а типа. Адаптация мышечных волокон II б типа. Гипертрофия мышц. Двигательная единица. Анализ особенностей изометрического, динамического и эксцентрического метода силовых тренировок. Анализ плиометрического метода силовых тренировок.

Тема 6. Определение мощности различных мышечных групп.

Сила. Мощность. Мощность и выполнение заданий для всего тела. Определение мощности отдельного сустава. Анализ мощности в изолированной мышце. Исследование развития мощности различных мышц в тренировочном процессе. Эксцентрическо-концентрическое сокращение. Мощность развиваемой двигательной системой.

Тема 7. Восстановление двигательных функций после различных травм.

Анализ функций нервно-мышечной системы. Двигательные нейроны. Определение коэффициента иннервации. Анализ синаптогенеза. Определение степени восстановления функции нервно-мышечной системы после повреждения периферического нерва. Регенерация аксона и образование отростков. Критическая фаза процесса восстановления функции.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модулю).

7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке Елабужского института КФУ. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки Елабужского института КФУ.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Журнал: Теория и практика физической культуры: http://teoriya.ru/ru

Журнал: Вестник педагогики физической культуры и спорта: http://www.ped-vestnik.ru/

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: https://www.gto.ru/

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	Работа на лекциях предполагает активное участие студента. В начале лекции необходимо уяснить цель, которую лектор ставит перед собой и студентами. Важно внимательно слушать лектора, отмечать наиболее существенную информацию и кратко записывать ее в тетрадь. Сравнивать то, что услышано на лекции с прочитанным и усвоенным ранее, укладывать новую информацию в собственную, уже имеющуюся, систему знаний. По ходу лекции важно подчеркивать новые термины, устанавливать их взаимосвязь с понятиями. Если лектор приглашает к дискуссии, необходимо принять в ней участие. Если на лекции студент не получил ответа на возникшие у него вопросы, необходимо в конце лекции задать их лектору. Дома необходимо прочитать записанную лекцию, подчеркнуть наиболее важные моменты, составить словарь новых терминов, составить план доказательства каждой теоремы и перечислить все используемые при ее доказательстве утверждения.
практические занятия	Практические занятия способствуют углубленному изучению наиболее сложных проблем изучаемой дисциплины и служат основной формой подведения итогов самостоятельной работы студентов. На практических занятиях студенты учатся грамотно грамматически и лексически излагать проблемы, свободно высказывать свои мысли и суждения, осуществлять диалогические высказывания в рамках заданной темы, а также профессионально и качественно выполнять практические задания по темам и разделам дисциплины. Все это помогает приобрести навыки и умения, необходимые современному специалисту и способствует развитию профессиональной компетентности. В качестве важного компонента обучения иностранным языкам выделяются учебные умения у студентов, необходимые для успешной учебной деятельности: -наблюдать за тем или иным языковым явлением в иностранном языке, сравнивать и сопоставлять языковые явления в иностранном языке и родном; -сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей; -обобщать полученную информацию; -оценивать прослушанное и прочитанное; -фиксировать основное содержание сообщений; -формулировать, устно и письменно, основную идею сообщения; -формулировать тезисы; -подготовить и представить сообщения, доклад, презентацию; -работать в паре, в группе, взаимодействуя друг с другом; -пользоваться реферативными и справочными материалами;

	-обращаться за помощью, дополнительными разъяснениями к преподавателю, другим студентам; -пользоваться словарями различного характера. С целью эффективной подготовки необходимо использовать рекомендуемые учебные пособия и материалы, а также авторитетные словари английского языка различного типа, включая как печатные, так и электронные версии.
самостоя-тельная работа	Работу по подготовке устного монологического высказывания по определенной теме следует начать с изучения тематических текстов-образцов. В первую очередь необходимо выполнить фонетические, лексические и лексико-грамматические упражнения по изучаемой теме, усвоить необходимый лексический материал, прочитать и перевести тексты-образцы, выполнить речевые упражнения по теме. Затем на основе изученных текстов нужно подготовить связное изложение, включающее наиболее важную и интересную информацию. Формы СРС над устной речью: - фонетические упражнения по определенной теме; - лексические упражнения по определенной теме; - фонетическое чтение текста-образца; - перевод текста-образца; - речевые упражнения по теме; - подготовка устного монологического высказывания по определенной теме (объем высказывания - 15-20 предложений).
зачет	Зачет - важный этап в учебном процессе, имеющий целью проверку знаний, выявление умений применять полученные знания к решению практических задач. В ходе зачета студент должен быть готов к ответу на дополнительные вопросы, к решению задач в рамках проблематики билета. На зачете студент должен четко и ясно формулировать ответ на вопрос билета, ответ необходимо проиллюстрировать конкретной практической информацией. Студент должен глубоко разбираться во всем круге вопросов по получаемой специальности. Результат зачете определяется недифференцированной оценкой 'зачтено'. Студент, не сдавший зачет допускается к нему повторно. Результаты зачета вносятся в зачетную книжку студента. Зачет проводится в аудитории, которая заранее определяется учебным отделом. Для подготовки к сдаче зачета студенту может быть выдана рабочая программа по дисциплине. Студентам предъявляются на выбор билеты зачета, включающие два вопроса. Преподаватель вправе предложить студенту практическую задачу в качестве третьего задания. Зачет проводится в устной форме. Однако студентам рекомендуется сделать краткие записи ответов на проштампованных листах. Письменные ответы делаются в произвольной форме. Это может быть развернутый план ответов, статистические данные, точные формулировки нормативных актов, схемы, позволяющие иллюстрировать ответ, и т.п. Записи, сделанные при подготовке к ответу, позволят студенту составить план ответа на вопросы, и, следовательно, полно, логично раскрыть их содержание, а также помогут отвечающему справиться с естественным волнением, чувствовать себя увереннее. В то же время записи не должны быть слишком подробные. В них трудно ориентироваться при ответах, есть опасность упустить главные положения, излишней детализации несущественных аспектов вопроса, затянуть его. В итоге это может привести к снижению уровня ответа и повлиять на его оценку.

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

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.
Комплект мебели (посадочных мест) 66 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Кафедра (трибуна) 1 шт. Проектор с экраном 1 шт. Меловая доска. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Казанская, д. 89, ауд. 8)
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.
Комплект мебели (посадочных мест) 32 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Напольная меловая доска 1 шт.Стенды настенные 8 шт.

Ноутбук Lenovo ideapad 330 1 шт. Проектор EPSON EB-535W 1 шт. Интерактивная доска EliteBoard WR-84A10 1 шт. Выход в Интернет, внутривузовская компьютерная сеть, доступ в электронную информационно-образовательную среду. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Азина, д. 98, ауд. 12)

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;

- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;

- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;

- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;

- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;

- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;

- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:

- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;

- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.04.01 "Педагогическое образование" и магистерской программе "Профессиональная подготовка в области физической культуры и спорта".

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.03.01 Кинезиология в физической культуре и спорте

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Казанский (Приволжский) федеральный университет»
Елабужский институт (филиал)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
Б1.В.ДВ.03.01 Кинезиология в физической культуре и спорте

Направление подготовки: 44.04.01 - Педагогическое образование
Профиль подготовки: Профессиональная подготовка в области физической культуры и спорта
Квалификация выпускника: магистр
Форма обучения: заочное
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)
2. Критерии оценивания сформированности компетенций
3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию
4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания
4.1. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
4.1.1. Устный опрос
4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
4.1.1.2. Критерии оценивания
4.1.1.3. Содержание оценочного средства
4.1.2. Контрольная работа
4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания
4.1.2.2. Критерии оценивания
4.1.2.3. Содержание оценочного средства
4.2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
4.2.1. Зачет
4.2.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
4.2.1.2. Критерии оценивания
4.2.1.3. Оценочные средства

1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)

Код и наименование компетенции	Индикаторы	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации
ПК-1 Способен использовать психолого-педагогические, медико-биологические, организационно-управленческие знания и навыки для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся	ПК-1.1 Знать методику подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей; методы активизации обучения на обще-профилирующих занятиях по физической культуре; психологическую характеристику деятельности в физическом воспитании; возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков.	Знать методику подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей.	**Текущий контроль:** Устный опрос: Тема 2, Тема 3, Тема 5, Тема 6, Тема 7 Контрольная работа: Тема 1; Тема 4. **Промежуточная аттестация:** Зачет
	ПК-1.2 Уметь составлять структуру тренировочного процесса в многолетней подготовке спортсменов в различных видах спорта; применять тесты при различных двигательных действиях в физической культуре и в спорте; применять инновационные технологии обучения по физической культуре и в спорте; оценивать индивидуально-психологические особенности; диагностировать уровень физического развития обучающихся; определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения, с учетом психолого-педагогических, медико-биологических знаний	Уметь составлять структуру тренировочного процесса в плане многолетней подготовки спортсменов; использовать тесты диагностики физического здоровья и физической подготовленности; применять инновационные средства и методы обучения по физической культуре.	
	ПК-1.3 Владеть технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока; инновационными технологиями в системе физического воспитания, с учетом психолого-педагогических, медико-биологических знаний	Владеть методами и технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока.	
ПК-2 Способен использовать ценностный потенциал	ПК-2.1 Знать методы комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке; инновационные	Знать способы, приемы и методы комплексного тестирования в	**Текущий контроль:** Устный опрос: Тема 2, Тема 3,

физической культуры для формирования основ здорового образа жизни для проектирования интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом	технологии физического воспитания учащихся с оздоровительной направленностью; подбор различных физических упражнений в зависимости от показателей состояния здоровья	физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке.	Тема 5, Тема 6, Тема 7 Контрольная работа: Тема 1; Тема 4. **Промежуточная аттестация:** Зачет
	ПК-2.2 Уметь применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; организовать и оценить эффективность инновационных технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью; оценивать эффективность применения физических упражнений у различных групп населения	Уметь применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач при проведении физкультурно-спортивных занятий; организовывать и оценивать эффективность инновационных технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью.	
	ПК-2.3 Владеть методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля и координации физкультурно-спортивной деятельности	Владеть приемами и методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля.	
ПК-4 Способен оценить физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей	ПК-4.1 Знать оценку двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения; различные приемы формирования и развития умений, необходимых для разработки и использования инновационных учебно-методических комплексов; особенности разработки индивидуальных программ оздоровления и развития учащихся разного возраста	Знать оценку двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения.	**Текущий контроль:** Устный опрос: Тема 2, Тема 3, Тема 5, Тема 6, Тема 7 Контрольная работа: Тема 1; Тема 4. **Промежуточная аттестация:** Зачет
	ПК-4.2 Уметь проводить комплексный анализ эффективности инновационных технологий физического воспитания школьников, направленные на формирование двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов; определять наличие ошибок и причины их появления в процессе коррекционных мероприятий по адаптивной и реабилитационной физической культуре	Уметь комплексно анализировать эффективность инновационных методов и методик формирования двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов.	
	ПК-4.3 Владеть методами преподавания,	Владеть методами и	

	анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки физического и функционального состояния обучающихся; методами комплексного тестирования физического здоровья и развития учащихся, имеющих различные возрастные и гендерные особенности	приемами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки физического и функционального состояния обучающихся.	

2. Критерии оценивания сформированности компетенций

Компетенция	**Зачтено**			**Не зачтено**
	Высокий уровень (отлично)	**Средний уровень (хорошо)**	**Низкий уровень (удовлетворительно)**	**Ниже порогового уровня (неудовлетворительно)**
ПК-1	Знает методику подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей.	Допускает не точности в знаниях методики подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей.	Допускает ошибки в знаниях методики подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей.	Не знает методику подготовки спортсменов в различных видах спорта, а также методику отбора и ориентации спортсменов с учетом психолого-педагогических и медико-биологических знаний; инновационные технологии физического воспитания школьников с направленным развитием двигательных способностей.

	Умеет составлять структуру тренировочного процесса в плане многолетней подготовки спортсменов; использовать тесты диагностики физического здоровья и физической подготовленности; применять инновационные средства и методы обучения по физической культуре.	Допускает не точности в умении составлять структуру тренировочного процесса в плане многолетней подготовки спортсменов; использовать тесты диагностики физического здоровья и физической подготовленности; применять инновационные средства и методы обучения по физической культуре.	Допускает ошибки в умении составлять структуру тренировочного процесса в плане многолетней подготовки спортсменов; использовать тесты диагностики физического здоровья и физической подготовленности; применять инновационные средства и методы обучения по физической культуре.	Не умеет составлять структуру тренировочного процесса в плане многолетней подготовки спортсменов; использовать тесты диагностики физического здоровья и физической подготовленности; применять инновационные средства и методы обучения по физической культуре.
	Владеет методами и технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока.	Допускает не точности в владении методами и технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока.	Допускает ошибки в владении методами и технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока.	Не владеет методами и технологией современного построения многолетней системы подготовки спортсменов в различных видах спорта; технологией обучения современного урока.
ПК-2	Знает способы, приемы и методы комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке.	Допускает не точности в знаниях способов, приемов и методов комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке.	Допускает ошибки в знаниях способов, приемов и методов комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке.	Не знает способы, приемы и методы комплексного тестирования в физической культуре, в адаптивной физической культуре и в спортивной подготовке.
	Умеет применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач при проведении физкультурно-спортивных занятий; организовывать и оценивать эффективность инновационных технологий физического	Допускает не точности в умении применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач при проведении физкультурно-спортивных занятий;	Допускает ошибки в умении применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач при проведении физкультурно-спортивных занятий; организовывать и оценивать эффективность	Не умеет применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач при проведении физкультурно-спортивных занятий; организовывать и оценивать эффективность инновационных

	воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью.	организовывать и оценивать эффективность инновационных технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью.	инновационных технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью.	технологий физического воспитания школьников с рекреационно-спортивной направленностью.
	Владеет приемами и методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля.	Допускает не точности в владении приемами и методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля.	Допускает ошибки в владении приемами и методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля.	Не владеет приемами и методами тестирования в процессе физического воспитания у различных групп населения; технологиями планирования, организации, контроля.
ПК-4	Знает оценку двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения.	Допускает не точности в знаниях оценки двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения.	Допускает ошибки в знаниях оценки двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения.	Не знает оценку двигательных способностей и функциональных возможностей организма в различных видах спорта и групп населения.
	Умеет комплексно анализировать эффективность инновационных методов и методик формирования двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов.	Допускает не точности в умении комплексно анализировать эффективность инновационных методов и методик формирования двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов.	Допускает ошибки в умении комплексно анализировать эффективность инновационных методов и методик формирования двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов.	Не умеет комплексно анализировать эффективность инновационных методов и методик формирования двигательного режима ученика; диагностировать уровень физического развития и функциональных возможностей обучающихся и спортсменов.
	Владеет методами и приемами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки	Допускает не точности в владении методами и приемами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности;	Допускает ошибки в владении методами и приемами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами	Не владеет методами и приемами преподавания, анализа, рефлексии в педагогической деятельности; методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки

	физического и функционального состояния обучающихся.	методами тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки физического и функционального состояния обучающихся.	тестирования в физической культуре и спорта, с учетом оценки физического и функционального состояния обучающихся.	физического и функционального состояния обучающихся.

3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию

1 семестр:

Текущий контроль:

1. Устный опрос
2. Контрольная работа

Промежуточная аттестация – зачет

1. Устный опрос

Выполнение каждого задания за промежуточную аттестацию оценивается по шкале: отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно.

Общая оценка за промежуточную аттестацию представляет собой среднее значение между полученными оценками за все оценочные средства промежуточной аттестации.

В случае невозможности установления среднего значения оценки за промежуточную аттестацию (например, «хорошо» или «отлично»), итоговая оценка выставляется экзаменатором, исходя из принципа справедливости и беспристрастности на основании общего впечатления о качестве и добросовестности освоения обучающимся дисциплины (модуля).

Виды оценок:

Для зачета:

Зачтено

Не зачтено

4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания

4.1. Оценочные средства текущего контроля

4.1.1. Устный опрос

4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания

Устный опрос проводится на практических занятиях. Обучающиеся выступают с докладами, сообщениями, дополнениями, участвуют в дискуссии, отвечают на вопросы преподавателя. Оценивается уровень домашней подготовки по теме, способность системно и логично излагать материал, анализировать, формулировать собственную позицию, отвечать на дополнительные вопросы.

При изучении одной темы студент может набрать 2 балла.

При выставлении баллов учитываются следующие параметры:

– подготовка по вопросам, заданным на дом;

– способность трансформировать идею, применять её к эмпирическому материалу;

– при работе с текстом: способность адекватно извлекать отдельные смыслы из текста, способность видеть связи между частями текста.

4.1.1.2. Критерии оценивания

Оценка «отлично» ставится, если обучающийся:

В ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся:

Основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся:

Тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся:

Тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения

4.1.1.3. Содержание оценочного средства

Формулировка задания

Устный опрос по темам 2, 3, 5, 6, 7:

Исследование статического растягивания мышц.

Определение баллистического растяжения мышц.

Анализ фиксационно-релаксационной методики.

Методика сокращения агониста.

Нервно-мышечное преобразование.

Связь возбуждения с сокращением.

"Мышечная мудрость".

Чувство напряжения.

Потенцирование мышц.

Анализ особенностей изометрического, динамического и эксцентрического метода силовых тренировок.

Определение мощности отдельного сустава.

Анализ мощности в изолированной мышце.

Исследование развития мощности различных мышц в тренировочном процессе.

Определение коэффициента иннервации.

Анализ синаптогенеза.

4.1.2. Контрольная работа

4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания

Контрольная работа проводится в часы аудиторной работы. Обучающиеся получают задания для проверки усвоения пройденного материала. Работа выполняется в письменном виде и сдаётся преподавателю. Оцениваются владение материалом по теме работы, аналитические способности, владение методами, умения и навыки, необходимые для выполнения заданий

4.1.2.2. Критерии оценивания

Оценка «отлично» ставится, если обучающийся:

Правильно выполнены все задания. Продемонстрирован высокий уровень владения материалом. Проявлены превосходные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий. .

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся:

Правильно выполнена большая часть заданий. Присутствуют незначительные ошибки. Продемонстрирован хороший уровень владения материалом. Проявлены средние способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся:

Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьёзные ошибки. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся:

Задания выполнены менее чем наполовину. Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены недостаточные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

4.1.2.3. Содержание оценочного средства

Формулировка задания

Контрольная работа по теме 1, 4:

Проанализировать механизмы сокращения мышц агонистов в разных суставах.

Проанализировать фиксационно-релаксационную методику с сокращением мышц агонистов.

Составление комплексно восстановительных упражнений на основе эксентрических и концентрических силовых упражнений при различных спортивных травмах.

Выполнить анализ развития мощности отдельных мышечных групп.

Составить комплекс физических упражнений на тренажерах при различных травмах опорно-двигательного аппарата.

4.2. Оценочные средства промежуточной аттестации

4.2.1. Зачет

4.2.1.1. Порядок проведения.

По дисциплине предусмотрен зачет. Зачет проходит по билетам. В каждом билете два вопроса. Зачет нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Обучающийся получает вопрос (вопросы) либо задание (задания) и время на подготовку.

Зачет проводится в устной, письменной или компьютерной форме. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.

4.2.1.2. Критерии оценивания.

Оценка «зачтено» ставится, если обучающийся:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой дисциплины.

Оценка «не зачтено» ставится, если обучающийся:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

4.2.1.3. Оценочные средства.

билет: устные ответы на 2 вопроса

1. Эффекты разминки, температура.
2. Мышечный тонус, жесткость.
3. Гипотонус.
4. Гипертонус.
5. Симптомы мышечной спастичности и регидности.
6. Статическое растягивание мышц.
7. Баллистическое растяжение.
8. Фиксационно-релаксационная методика.
9. Причины болезненности и повреждения мышц.
10. Деформация мышц, судорога.
11. Мышечное утомление.
12. Связь возбуждения с сокращением.
13. "Мышечная мудрость".
14. Плиометрический метод тренировки.
15. Адаптационные реакции мышц.
16. Мышечная мощность и движение.
17. Развитие мощности относительно отдельного сустава.
18. Развитие мощности и тренировочный процесс.
19. Адаптационные реакции на пониженный уровень физической активности.
20. Восстановление двигательных функций после травмы.
21. Адаптация с возрастом.
22. Понятие кинезиология.
23. Сокращение мышечных волокон.
24. Взаимодействие возбуждения - сокращения.
25. Сокращение групп мышц при различных двигательных действиях.
26. Стратегии движений.
27. Ориентация сегментов тела.
28. Стабилизация.
29. Оценка двигательных действий в кинезиологии.
30. Механические принципы и закономерности движений.
31. Виды нарушений опорно-двигательного аппарата.
32. Диагностика нарушений опорно-двигательного аппарата.
33. Анатомо-физиологические особенности движений при различных нарушениях опорно-двигательного аппарата.
34. Компоненты единой системы сустава
35. Мышца (макроструктура, саркомер, миофиламенты)
36. Нейрон
37. Двигательная единица
38. Взаимодействие возбуждения-сокращения
39. Рефлекс растяжения мышцы
40. Реципрокный рефлекс торможения
41. Рефлекс Хоффманна
42. Рефлекс тонической вибрации
43. Срочная и долговременная адаптация
44. Рекрутирование двигательных единиц

45. Результирующая работа мышц
46. Стратегии движений
47. Эффекты разминки.
48. Жесткость
49. Гипотонус.
50. Гипертонус
51. Мышечная спастичность.
52. Статическое растягивание мышц. Баллистическое растяжение.
53. Фиксационно-релаксационная методика.
54. Болезненность и повреждение мышц.
55. Деформация мышц
56. Методика сокращения агониста
57. Мышечное утомление
58. Анализ особенностей изометрического, динамического и эксцентрического метода силовых тренировок.
59. Адаптационные реакции на пониженный уровень физической активности
60. Адаптация с возрастом
61. Сила. Мощность.
62. Исследование развития мощности различных мышц в тренировочном процессе.
63. Двигательные нейроны.

Приложение 2
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.03.01 Кинезиология в физической культуре и спорте

Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Направление подготовки: 44.04.01 - Педагогическое образование
Профиль подготовки: Профессиональная подготовка в области физической культуры и спорта
Квалификация выпускника: магистр
Форма обучения: заочное
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2023

Основная литература:

1. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс] : учеб. словарь-справочник / авт.-сост.: О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М. : Советский спорт, 2010. - http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804291.html

2. 'Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 'Физ. культура' / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова ; общ. ред. О.П. Панфилова. - М. : ВЛАДОС, 2010. - (Учебное пособие для вузов)' - http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785305002423.html

3. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Миллер Л.Л. - М. : Человек, 2015. - http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131478.html

Дополнительная литература:

1. Вайнер, Э. Н. Краткий энциклопедический словарь : Адаптивная физическая культура [Электронный ресурс] / Э. Н. Вайнер, С. А. Кастюнин. - 2-е изд., стер. - М.: Флинта, 2012. - 144 с. http://znanium.com/bookread2.php?book=495879

2. Физиология: Учебное пособие / Ю.Н. Самко. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 144 с. http://znanium.com/bookread2.php?book=452633

3. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426456.html

Приложение 3
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.03.01 Кинезиология в физической культуре и спорте

Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Направление подготовки: 44.04.01 - Педагогическое образование
Профиль подготовки: Профессиональная подготовка в области физической культуры и спорта
Квалификация выпускника: магистр
Форма обучения: заочное
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2023

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Программное обеспечение: Office Professional Plus 2010, Kaspersky Endpoint Security для Windows.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань" , доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.