

Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Институт среднего профессионального образования им. К.Д. Ушинского

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ/ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИЕСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

ОП.04 Физиология с основами биохимии

Специальность
49.02.01 Физическая культура

Москва
2020

1. **Наименование дисциплины:** ОП.04 Физиология с основами биохимии
2. **Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины**

Наименование трудового действия	Наименование Компетенции	Поэтапные результаты освоения дисциплины	Оценочные средства
Общие компетенции			
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.		Знать: • современные проблемы образования, тенденции его развития и направления его реформирования (модернизации), анализ их перспектив, преимущества, недостатки.	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: • обосновывать социальную значимость своей профессии; • самодиагностировать и развивать профессиональную мотивацию.	
		Иметь практический опыт: • демонстрирует значимые профессионально-личностные качества учителя.	
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.		Знать: • методы и способы выполнения профессиональных задач; • основные понятия, характеризующие процессы самоорганизации и самоуправления; • необходимость и значимость самоорганизации и самоуправления; • свои основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности; • методы и средства самопознания, самоанализа, самоконтроля и самооценки.	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: • самостоятельно планировать и организовывать свою работу; • использует в деятельности понимание своих индивидуальных потребностей и психофизиологических возможностей. • выполняет самоанализ, самоконтроль и самооценку;	

	• выполняет работу в заданные сроки.	
	Иметь практический опыт: • организации собственной деятельности, определения методов решения профессиональных задач.	
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	Знать: • алгоритм оптимальных действий в стандартных и особенности поведения в нестандартных ситуациях; • важность принятия решений в контексте социального взаимодействия.	Контрольная работа, решение практических задач
	Уметь: • опознавать нестандартные ситуации; • анализировать нестандартные ситуации; • обосновывать свои решения; • реагировать на нестандартные ситуации; • адаптироваться к новым ситуациям; • брать на себя ответственность за принятия решения.	
	Иметь практический опыт: - решения проблем, оценки рисков и приеме решения в нестандартных ситуациях.	
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Знать: • основные категории и понятия, описывающие получение, хранение, переработку информации; • современные технологии поиска, хранения и переработки информации; • основные принципы работы с информационными потоками; • основные характеристики первичной статистической обработки информации.	Контрольная работа, решение практических задач
	Уметь: • использовать базы данных в своей деятельности; • адекватно использовать известные носители информации, а также различные инструменты ее переработки; • предоставлять необходимую информацию в логичной, компактной, удобной форме в соответствии с поставленной	

	задачей; • выбирать оптимальные методы поиска и отбора информации; • критически оценивать источники информации, классифицировать и обобщать первичные данные.	
	Иметь практический опыт: • поиска, анализа, выбора информационных ресурсов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.), необходимых для постановки и решения профессиональных задач и личностного роста.	
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	Знать: • основные закономерности создания и функционирования информационных процессов в сфере образования; • методы и средства поиска, систематизации и обработки информации.	Контрольная работа, решение практических задач
	Уметь: • применять современные информационные технологии для эффективного поиска и обработки информации; • оформлять документы и проводить качественный анализ информации; • собирать и обрабатывать информацию, имеющую значение для реализации в соответствующих сферах профессиональной деятельности.	
	Иметь практический опыт: • эффективного использования информационно-коммуникационных технологий для совершенствования профессиональной деятельности.	
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.	Знать: • закономерности основных процессов эффективного взаимодействия с коллегами, работы в коллективе; • теорию конфликтов и путей их разрешения; • основополагающие нормативно-организационные документы, регламентирующие деятельность (взаимодействие)	Контрольная работа, решение практических задач

	с коллегами; • основные методы управления персоналом и сплочения коллектива, создания благоприятного психологического климата в коллективе; • основы государственной политики и права в области народного художественного творчества, современное состояние законодательства о культуре, основные законодательные акты и другие нормативные документы, регулирующие трудовые отношения, права и обязанности работников социально-культурной – возможные пути (способы) разрешения нравственных конфликтных ситуаций в профессиональной деятельности. Уметь: • адаптироваться в коллективе, строить продуктивные отношения с коллегами; • вносить ощутимый вклад в работу коллектива; • поддерживать атмосферу эффективного сотрудничества и способствовать разрешению конфликтов; • инициировать и участвовать в принятии коллегиальных решений. Иметь практический опыт: • организации коллективной (командной) работы.	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	Знать: • нормы морали, профессиональной этики и служебного этикета; • основные методы и приемы принятия решений; • основы психологии поведения. Уметь: • принимать эффективные решения, используя систему методов управления; • выполнять профессиональные задачи в соответствии с нормами морали, профессиональной этики и служебного этикета. Иметь практический опыт:	Контрольная работа, решение практических задач

	• постановки цели, мотивирования деятельности обучающихся, организации и контроля их работы.	
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	Знать: 1. основные этические понятия и категории; 2. особенности профессиональной этики; 3. возможные пути (способы) разрешения нравственных конфликтных ситуаций в профессиональной деятельности.	Контрольная работа, решение практических задач
	Уметь: • находить эффективные организационно-управленческие решения; • самостоятельно осваивать знания, необходимые для работы в конкретной деятельности; • оценивать факты и явления профессиональной деятельности с этической точки зрения.	
	Иметь практический опыт: • постановки задач профессионального и личностного развития, самообразования.	
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.	Знать: • специфику осуществления профессиональной деятельности в избранной сфере; • методику организации и работы образовательных учреждений дошкольного образования	Контрольная работа, решение практических задач
	Уметь: • быстро адаптироваться к изменяющимся условиям; • демонстрировать профессиональную мобильность.	
	Иметь практический опыт: • способствовать функционированию учреждений дошкольного образования в условиях модернизации отечественного образования	
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	Знать: • основные здоровьесберегающие технологии; • способы и методы оказания первой помощи обучающимся в условиях чрезвычайных ситуаций; • гигиенические требования к осуществлению	Контрольная работа, решение практических задач

	образовательной деятельности в дошкольных учреждениях; Уметь: • выявлять угрозы жизни и здоровью обучающихся и сопутствующие риски, связанные с наступлением неблагоприятной ситуации; • осуществлять контроль за безопасностью в образовательной среде; • анализировать функционирование систем обеспечения безопасности в образовательном пространстве, оценивать системы принятых мероприятий и последовательность их выполнения; • организовывать профилактическую работу с обучающимися и их родителями (законными представителями) Иметь практический опыт: • формирования единого профилактического пространства путем объединения усилий всех участников профилактической работы в образовательной организации; • создания системы информационно-методического сопровождения деятельности в профилактике детского травматизма и наступления чрезвычайных ситуаций • профилактики несчастных случаев с обучающимися в ходе образовательного процесса, а также при проведении различных мероприятий в рамках образовательного процесса;	
ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере	Знать: • основные нормативно-правовые акты Российской Федерации, регулирующие профессиональную деятельность по избранной специальности; • порядок реализации образовательных программ среднего специального образования; • основные направления образовательной политики в Российской Федерации; Уметь: • применять нормативно-правовые акты, регулирующие профессиональную деятельность по избранной специальности;	Контрольная работа, решение практических задач

	• толковать и интерпретировать нормативно-правовые акты, регулирующие профессиональную деятельность по избранной специальности;		
	Иметь практический опыт: • работы с учебно-методической документацией; • использования в педагогической работе действующих примерных учебных планов, образовательных стандартов среднего общего образования.		
Профессиональные компетенции			
А Обобщенная трудовая функция: Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования			
А/01.6 Трудовая функция: Общепедагогическая функция. Обучение			
Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральным государственных образовательных стандартов дошкольного, начального, общего, основного общего, среднего общего образования	ПК 1.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам.	Знать: место и значение предмета "Физическая культура" в общем образовании; основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) обучающихся; требования образовательного стандарта и программы учебного предмета "Физическая культура"; требования к современному уроку физической культуры; логику планирования при обучении предмету "Физическая культура"; содержание, методы, приемы, средства и формы организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора;	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры; использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся; подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное	

		оборудование и инвентарь; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; Владеть (навыками и/или опытом деятельности): анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;	
Планирование и проведение учебных занятий	ПК 1.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам.	Знать: место и значение предмета "Физическая культура" в общем образовании; основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) обучающихся; требования образовательного стандарта и программы учебного предмета "Физическая культура"; требования к современному уроку физической культуры; содержание, методы, приемы, средства и формы организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора;	Контрольная работа, решение практических задач

		приемы, способы страховки и самостраховки;	
		Уметь: использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся; подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; проводить педагогический контроль на занятиях;	
		Владеть (навыками и/или опытом деятельности): анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре; применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;	
Организация, осуществление контроля и оценки	ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль и учёт, оценивать процесс и	Знать: методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры;	Контрольная работа, решение практических задач

учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися	результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.	основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры; Уметь: - проводить педагогический контроль на занятиях; оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставлять отметки; осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков; анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их; Владеть (навыками и/или опытом деятельности): - проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;	
Систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению	ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.	Знать: - методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры; основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры; Уметь: - оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставлять отметки; осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков; анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их; Владеть (навыками и/или опытом деятельности):	Контрольная работа, решение практических задач

		- наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;	
	ПК 1.5. Осуществлять набор и отбор для обучения по дополнительным общеобразовательным программам.	Знать: -виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению.	Контрольная работа, решение практических задач
Уметь: - вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.			
Владеть (навыками и/или опытом деятельности): - ведения учебной документации.			
А/02.6 Трудовая функция: Воспитательная деятельность			
Постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера	ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.	Знать: сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий; приемы, способы страховки и самостраховки;	Контрольная работа, решение практических задач
	Уметь: - находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры; использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности;		

		устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; Владеть (навыками и/или опытом деятельности): - анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре;	
Реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.)	ПК 2.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.	Знать: сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий; приемы, способы страховки и самостраховки; формы и методы взаимодействия с родителями обучающихся или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса; логику, анализ внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре;	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры; использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;	

		мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; комплектовать состав кружка, секции, студии, клубного или другого детского объединения и сохранять состав обучающихся в течение срока обучения; планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими); подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с функциональными возможностями организма обучающихся при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных занятий; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство;	
		Владеть (навыками и/или опытом деятельности): - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и	

		коррекции;	
Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	ПК 2.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.	Знать: формы и методы взаимодействия с родителями обучающихся или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса; логику, анализ внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре; Уметь: мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими); Владеть (навыками и/или опытом деятельности): анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработки предложений по их совершенствованию;	Контрольная работа, решение практических задач
Определение и принятие четких правил поведения обучающимися в соответствии с уставом образовательной организации и правилами внутреннего распорядка образовательной организации	ПК 2.4. Анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету «Физическая культура».	Знать: приемы, способы страховки и само страховки; формы и методы взаимодействия с родителями обучающихся или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса; логику, анализ внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре; виды документации, требования к ее оформлению.	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий; анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации	

		физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;	
		Владеть (навыками и/или опытом деятельности): проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; ведения документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;	
Реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.)	ПК 2.6. Организовывать и проводить внеурочную работу и занятия в области физической культуры.	Знать: сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий;	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий; анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;	
		Владеть (навыками и/или опытом деятельности): наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и	

		коррекции;	
	ПК 2.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.	Знать: -виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению.	Контрольная работа, решение практических задач
		Уметь: - вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.	
		Владеть (навыками и/или опытом деятельности): - ведения учебной документации.	
В. Обобщенная трудовая функция: Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных образовательных программ			
Трудовая функция В/03.6: Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования			
Определение на основе анализа учебной деятельности обучающегося оптимальных (в том или ином предметном образовательном контексте) способов его обучения и развития	ПК 3.1 Проводить педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретировать полученные результаты	Знать: теоретические основы методической деятельности в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; теоретические основы, методику планирования физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации; особенности современных подходов и педагогических технологий физического воспитания; концептуальные основы и содержание примерных программ по физической культуре; педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметно-развивающей среды физического воспитания; источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; Уметь: анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы; определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся в образовательной организации;	Контрольная работа, решение практических задач

		осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности; определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; адаптировать имеющиеся методические разработки; Владеть (навыками и/или опытом деятельности): анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся; изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов;	
Определение на основе анализа учебной деятельности обучающегося оптимальных (в том или ином предметном образовательном контексте) способов его обучения и развития	ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.	Знать: источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; Уметь: определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; адаптировать имеющиеся методические разработки; готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Владеть (навыками и/или опытом деятельности): анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся;	Контрольная работа, решение практических задач

		изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов;	
Формирование общекультурных компетенций и понимания места предмета в общей картине мира	ПК 3.5. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.	Знать: логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию; Уметь: готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Владеть (навыками и/или опытом деятельности): изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; оформления портфолио педагогических достижений; презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений;	Контрольная работа, решение практических задач
Формирование общекультурных компетенций и понимания места предмета в общей картине мира	ПК 5.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Знать: основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования. Уметь: с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; оформлять результаты исследовательской и проектной работы; определять пути самосовершенствования педагогического мастерства; Владеть (навыками и/или опытом деятельности):: презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений; участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания;	Контрольная работа, решение практических задач

Формы промежуточной аттестации: экзамен

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценка качества освоения программы курса осуществляется посредством текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся.

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины. Промежуточная аттестация обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине.

Формы, системы оценивания, порядок проведения промежуточной аттестации, а также ее периодичность устанавливаются локальными нормативными актами организации.

Оценочные средства текущего контроля

Реферат – продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения.

Описание показателей и критериев оценивания, шкал оценивания

(максимум – 4,5 балла)

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
Оформление реферата	Печатную форму. Документ должен быть создан в программе Microsoft Word. Поля страницы: левое – 30 мм, другие – по 20 мм.	0,25 балла
	Выравнивание текста – по ширине. Красная строка оформляется на одном уровне на всех страницах реферата. Отступ красной строки равен 1,25 см.	0,25 балла
	Шрифт основного текста – TimesNewRoman. Размер – 14 п. Цвет – черный. Интервал между строками – полуторный.	0,25 балла
	Нумерацию страниц. Отсчет ведется с титульного листа, но сам лист не нумеруют. Используются арабские цифры.	0,25 балла
	Оформление цитат. Они заключаются в скобки. Авторская пунктуация и грамматика сохраняется. Нумерацию глав, параграфов. Главы нумеруются римскими цифрами (Глава I, Глава II), параграфы – арабскими (1.1, 1.2).	0,25 балла
Содержание реферата	Информационная достаточность	0,5 балла
	Соответствие материала теме и плану	0,25 балла
	Стиль и язык изложения (целесообразное использование)	0,5 балла
	Терминологии, пояснение новых понятий, лаконичность	0,5 балла
	Наличие выраженной собственной позиции	0,5 балла
	Владение материалом	0,5 балла
	Адекватность и количество использованных источников	0,5 балла

Тестирование - как метод оценки учебных достижений обучающихся вызван особенностями тестов, обеспечивающих объективность, быстроту, однозначность, технологичность оценивания и научную обоснованность результатов. Методика тестирования позволяет охватить большое количество критериев оценки и допускает компьютерную обработку данных. Как правило, предлагаемые тесты оценки компетенций делятся на психологические, квалификационные (в учебном процессе эту роль частично выполняет педагогический тест) и физиологические. Первые позволяют оценить

личностные качества, вторые помогают определить степень квалификации, а третьи выявляют физиологические особенности участника оценки.

Описание показателей и критериев оценивания, шкал оценивания

(максимум – 3 балла)

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
Количество выполненных тестовых заданий	55% и более	1 балл

Оценочные средства промежуточной аттестации

Экзамен - форма промежуточной аттестации, в результате которого обучающийся получает оценку в четырехбалльной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

При определении уровня достижений обучающихся на зачете/экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной дисциплины и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах дисциплины, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию обучающегося;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Описание показателей и критериев оценивания, шкал оценивания

(максимум – 5 баллов)

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
Степень раскрытия учебного материала	Знание программного материала и структуры дисциплины, а также основного содержания и его элементов в соответствии с прослушанным лекционным курсом и с учебной литературой	1 балл
	Логически корректное, непротиворечивое, последовательное и аргументированное построение ответа по вопросам	0,5 балла
	Понимание взаимосвязей между проблемными вопросами дисциплины	0,5 балла
	Отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области	0,5 балла
	Понимание содержания проблемы и ее междисциплинарных связей в рамках предметной области	0,5 балла
Умение применять теоретический материал при решении практических	Понимание существа обсуждаемых конкретных проблем, а также актуальности и практической значимости изучаемой дисциплины	0,5 балла
	Владение методологией дисциплины, умение применять теоретические знания при решении задач, обосновывать свои действия	1 балл

задач	Представление обоснованных выводов при решении практических задач	0,5 балла
-------	---	-----------

4. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе их формирования

Текущий контроль успеваемости

Оценочное средство – реферат

Примерная тематика рефератов:

1. Вклад отечественных ученых в становление общей и возрастной физиологии
2. Онтогенез. Возрастная периодизация. Критические периоды
3. Становление эндокринного аппарата в онтогенезе
4. Сенсорные системы. Влияние зрительной депривации на развитие ребенка
5. Сенсорные системы. Влияние слуховой депривации на развитие ребенка
6. Развитие дыхания
7. Внутренняя среда организма. Гомеостаз

Оценочное средство – тестирование

Примерная тематика тестовых заданий

1. В каком режиме функционируют скелетные мышцы при удержании гимнастом стойки на руках:
 - а) в ауксотоническом; б) в изотоническом; в) в изометрическом?
2. Какой энергетический механизм имеет решающее значение в работе марафонца:
 - а) кислородный; б) гликолитический; в) фосфогенный?
3. Что является физиологической основой двигательного навыка:
 - а) обратные связи; б) временные связи; в) индукция?
4. Какими структурами осуществляется коррекция движений в процессе выработки двигательного навыка:
 - а) пирамидными клетками; б) мотонейронами; в) сенсорными системам?
5. Что лежит в основе процесса автоматизации движений:
 - а) высокая возбудимость двигательного центра; б) сниженная возбудимость двигательного центра; в) контроль двигательного центра за выполнением движений?
6. Что является показателем аэробной производительности организма:
 - а) минутный объем крови; б) минутный объем дыхания; в) концентрация гемоглобина в эритроцитах; г) максимальное потребление кислорода?
7. По какому типу развивается рабочая гипертрофия у штангистов:
 - а) по саркоплазматическому типу; б) по миофибриллярному; в) в результате гиперплазии?
8. На каких дистанциях легкоатлетического бега образуется наибольший лактатный кислородный долг:
 - а) на спринтерских; б) на стайерских; в) на марафонских; г) средних?
9. Кому принадлежит открытие значения «активного отдыха» для ускорения восстановления функций после выполнения физических упражнений:
 - а) И.П. Павлов; б) И.М. Сеченов; в) Н.А. Бернштейн; г) П.К. Анохин?
10. В какой зоне относительной мощности осуществляется плавание, в течение 20 – 30 секунд:

а) умеренной мощности; б) большой мощности; в) субмаксимальной мощности; г) максимальной мощности?

Промежуточная аттестация **Оценочное средство – экзамен**

Примерная тематика экзаменационных вопросов

1. Предмет «Физиология человека» и её задачи. Методы физиологических исследований.
2. Основные физиологические признаки живых структур. Понятие о раздражении, раздражителях, возбудимости, лабильности и функциональной подвижности.
3. Формы физиологической активности: возбуждение, торможение относительный покой.
4. Биологическая активность клетки - основа функциональной деятельности человека. Физиологические механизмы формирования мембранного потенциала и потенциала действия клетки.
5. Механизмы регуляции функций в организме человека. Гуморальная регуляция. Общая регуляция желез внутренней секреции. Факторы, обеспечивающие формирование биотоков.
6. Онтогенез. Возрастная периодизация. Показатели развития.
7. Общие закономерности роста и развития.
8. Физическое развитие детей и подростков и его показатели.
9. Биологический и календарный возраст.
10. Акселерация и ретардация. Причины их возникновения.
11. Эндокринные железы и их характеристика.
12. Нейросекреторная функция гипоталамуса и его связь с гипофизом.
13. Особенности строения и функции гипофиза.
14. Функции гормонов щитовидной и паращитовидных желез.
15. Функция поджелудочной железы.
16. Функции половых гормонов.
17. Гормоны надпочечников, их роль в адаптации к физическим нагрузкам.
18. Что такое стресс и стрессовые раздражители?
19. Нейрон - как структурная и функциональная единица нервной системы, виды нейронов, особенности их строения и свойства. Мякотные и безмякотные нервные волокна.
20. Синапсы, их строение и функции.
21. Понятие о рефлексе, рефлекторной дуге, рефлекторном кольце, морфо - функциональные различия соматического и вегетативного рефлекса.
22. Нервный центр и его физиологические свойства.
23. Центральное торможение и его сущность. Виды торможения.
24. Спинной мозг. Роль передних и задних корешков спинного мозга.
25. Функции продолговатого мозга.
26. Основные функции среднего мозга.
27. Структура и функции промежуточного мозга.
28. Структурно-функциональная организация коры головного мозга.
29. Сенсорные системы. Общая характеристика структуры и функций.
30. Учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова о рефлекторном принципе формирования психики и поведения деятельности человека и животных. Понятие о безусловных и условных рефлексах.
31. Виды торможения условных рефлексов и их становление в процессе онтогенеза.
32. Физиологическое определение памяти, её виды и механизмы их формирования.
33. Внутренняя среда организма. Гомеостаз. Система крови, её функции.
34. Плазмы крови и ее физико-химические свойства.
35. Реакция крови. Назначение буферных систем крови.

36. Особенности структуры, количества и функций клеток крови.
37. Группы крови. Понятие об антигенах и антителах. Резус-фактор.
38. Процесс свертывания крови.
39. Иммуитет, его виды. Развитие иммунных свойств у детей и подростков.
40. Сердечно-сосудистая система. Особенности строения сердца.
41. Структура проводящей системы сердца.
42. Механическая работа сердца: цикл сердечного сокращения и его фазы.
43. Физиологические свойства сердечной мышцы.
44. Функциональные показатели сердечной деятельности и методы их регистрации.
45. Виды кровеносных сосудов и особенности их строения и функций. Круги кровообращения.
46. Законы движения крови по сосудам. Объемная и линейная скорости кровотока.
47. Кровяное давление и его виды.
48. Механизмы регуляции деятельности сердца и кровеносных сосудов.
49. Система дыхания, ее значение. Этапы дыхания. Особенности строения.
50. Механизм вдоха и выдоха. Значение плевральной полости.
51. Функциональные показатели внешнего дыхания.
52. Газообмен. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха, величина в них парциального давления кислорода и углекислого газа.
53. Газообмен, осуществляемый между альвеолами и кровью. Транспорт газов кровью. Обмен газов между тканями и кровью.
54. Механизмы регуляции дыхания.
55. Показатели внешнего дыхания и их регистрация.
56. Анатомо-физиологическая характеристика опорно-двигательного аппарата. Понятие о двигательной единице (ДЕ).
57. Развитие скелетной мускулатуры. Макро и микроструктура мышечного волокна скелетной мышцы.
58. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна.
59. Общие понятия о химизме и энергетике мышечного сокращения. Характеристика фосфагенной энергетической системы, её мощность и ёмкость.
60. Особенности функционирования гликолитической (лактоцидной) системы. Её энергетическая мощность и ёмкость.
61. Окислительная (кислородная) энергетическая система, её энергетические компоненты, мощность и ёмкость.
62. Формы и типы мышечного сокращения. Физиологические основы режимов сокращения скелетных мышц.
63. Физиологические критерии классификации физических упражнений и видов спорта.
64. Изменение функций при статических усилиях. Понятие о феномене - Линдгарда – Верещагина.
65. Физиологическая характеристика стандартных циклических движений. Классификация упражнений по мощности их выполнения.
66. Физиологическая характеристика динамической циклической работы максимальной мощности.
67. Особенности функционального и энергетического обеспечения работы спортсмена в зоне субмаксимальной мощности.
68. Механизмы адаптации спортсмена, выполняющего работу в зоне большой мощности.
69. Особенности адаптации функций и энергетического обеспечения спортсмена, выполняющего работу в зоне умеренной мощности.
70. Особенности изменения функций в организме при выполнении стандартных ациклических упражнений.

71. Физиологические основы нестандартных (ситуационных) упражнений.
72. Динамика физиологического состояния организма при спортивной деятельности. Виды физиологических состояний.
73. Психофизиологическая характеристика предстартового (стартового) состояния. Значение эмоций, их виды.
74. Характеристика разминки и её значение. Виды разминки, их значение.
75. Состояние «вработывание», его фазы и их продолжительность. Особенности периода вработывания.
76. Особенности развития состояний: «мёртвой точки» и «второго дыхания». Факторы, вызывающие их.
77. Понятие об «устойчивом состоянии». Физиологические особенности его возникновения при выполнении динамических циклических упражнений. Виды устойчивого состояния, их характеристика. Понятие о «Дрейфе функций».
78. Определение состояния «усталости» и «утомления». Современные представления о локализации и механизмах утомления.
79. Механизмы развития утомления в центральной нервной системе.
80. Развитие утомления в результате изменения эндокринной регуляции функций.
81. Причины развития утомления в работающих мышцах.
82. Характеристика восстановительных процессов и восстановительного периода.
83. Фазы восстановления физической работоспособности, их значение в развитии тренированности.
84. Характеристика периодов восстановления функций.
85. Физиологические мероприятия по ускорению процессов восстановления.
86. Физиологическая сущность применения «активного отдыха».
87. Физиология развития физических качеств.
88. Анатомо-физиологические основы развития максимальной силы (МС).
89. Произвольная сила мышц (МПС) и силовой дефицит. Факторы, определяющие развитие МС и МПС.
90. Рабочая гипертрофия мышц и ее виды. Роль стероидных гормонов в развитии статической и динамической силы.
91. Физиологические основы развития быстроты. Физиологическая сущность «взрывной силы».
92. Физиологические основы развития выносливости. Виды выносливости. Характеристика общей выносливости.
93. Специфичность выносливости и ее виды. Показатели и критерии выносливости.
94. Структурные и функциональные основы развития ловкости и гибкости. Сенситивные периоды развития этих качеств у школьников.
95. Фазы формирования двигательного навыка. Двигательная память и автоматизация движений.
96. Значение формирования динамического стереотипа и экстраполяции в спортивных двигательных навыках.
99. Особенность системных механизмов управления движениями. Роль афферентного синтеза и акцептора результатов действия в формировании двигательного навыка.
100. Возрастные особенности развития двигательных навыков. Роль физических упражнений в развитии двигательной функции у детей разного школьного возраста.
101. Понятие об адаптации к различным факторам среды. Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам. Виды адаптации.
102. Роль эндокринной системы в адаптации к физическим нагрузкам. Адаптация кардиореспираторной системы. Приспособление опорно-двигательного аппарата к физическим нагрузкам.

103. Физиологические механизмы развития тренированности. Генетические основы тренируемости. Тренированность и спортивная форма.

104. Два основных тренировочных эффекта. Диагностика тренированности. Показатели тренированности в состоянии относительного покоя, при выполнении стандартной и предельной нагрузки.

105. Физиологическое обоснование принципов обучения спортивной технике. Спортивная техника и энергетическая экономичность выполнения упражнения.

106. Физиологические основы физического воспитания школьников. Половые различия в энергетическом обеспечении мышечной работы.

107. Урок физической культуры. Физиологическая эффективность школьного урока физической культуры. Моторная плотность урока. «Кривая пульса урока»

108. Двигательная активность – необходимое условие физического и психического здоровья учащихся. Нормы и методы определения двигательной активности детей и подростков. Гипокинезия и предупреждение ее с помощью физических упражнений.

109. Физическая работоспособность как интегральный показатель уровня физической и функциональной готовности школьников к выполнению определенного объема физической нагрузки. Методы определения и оценки физической работоспособности у детей и подростков.