

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра Теоретических основ физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.01.ДВ.01.01 Мониторинг физического развития и физической подготовленности  
на 108 часа(ов), 3 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.04.01 - Педагогическое образование

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Образование в области физической культуры и спорта (для набора 2023)  
Форма обучения: Очная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование у магистрантов компетенций, необходимых для осуществления сбора и анализа основных показателей физического состояния обучающихся различных возрастных групп для принятия управленческих решений.

Задачи изучения дисциплины:

изучить основные методики, применяемые для оценки параметров физического развития обучающихся;

изучить основные методики, применяемые для оценки показателей физической подготовленности обучающихся;

изучить основные методики, применяемые для оценки показателей функциональной подготовленности обучающихся;

приобрести практические навыки и умения в проведении процедур тестирования, сбора, обработки, интерпретации и дальнейшего использования полученной информации о показателях физического состояния обучающихся в практике физического воспитания.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина по выбору «Мониторинг физического развития и физической подготовленности» является важным предметом профессиональной подготовки магистрантов физкультурного образования. Она непосредственно связана с такими основополагающими дисциплинами как «Теоретико-методические аспекты физкультурного образования» и «Моделирование учебно-тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования» и другими, дополняет и конкретизирует их в части контроля и учета показателей физического состояния обучающихся. Компетенции, полученные в ходе освоения данной дисциплины необходимы при осуществлении практической деятельности в области физической культуры и спорта.

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы), 108 часов.

Виды занятий	Семестр 2	Всего часов
Общая трудоемкость		108
Аудиторные занятия, в т.ч.	24	24
Лекционные (ЛК)	0	0
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	24	24

Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	84	84
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-5	ОПК-5.1 Знает: принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся, разработки программ мониторинга; специальные технологии и методы, позволяющие разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении	Знать: основные методики, применяемые для оценки параметров физического развития, физической подготовленности, функционального состояния обучающихся
ОПК-5	ОПК-5.2 Умеет: применять инструментарий и методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития обучающихся; проводить педагогическую диагностику трудностей в обучении	Уметь: применять инструментарий и методы диагностики и оценки показателей физического развития, физической подготовленности и функциональной подготовленности обучающихся
ОПК-5	ОПК-5.3 Владеет: действиями (умениями) применения методов контроля и оценки образовательных результатов обучающихся, программ мониторинга образовательных результатов обучающихся, оценки результатов	Владеть: практическими навыками и умениями в проведении процедур тестирования, сбора, обработки, интерпретации и дальнейшего использования полученной информации о показателях физического состояния обучающихся в

	их применения	практике физического воспитания
ПК-1	ПК-1.2 Умеет: отбирать соответствующее содержание, методы и приемы для реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, а также для диагностики и оценки результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ	Уметь: подбирать методы исследования и оценки показателей физического развития и физической подготовленности для реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, а также для диагностики и оценки результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ
ПК-1	ПК-1.3 Владеет: адекватными конкретной ситуации действиями по реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в области ФК и С, а также по диагностике и оценке результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ	Владеть: адекватными конкретной ситуации действиями по диагностике и оценке показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся
ПК-2	ПК-2.1 Знает: теоретико-методические, медико-биологические, психологические, технологические основы основного и дополнительного профессионального образования в области ФК и С;	Знать: теоретико-методические, медико-биологические, психологические, технологические основы проведения мониторинга показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся
ПК-2	ПК-2.2 Умеет: проводить учебные занятия, организовывать самостоятельную работу обучающихся, осуществлять контроль и оценку освоения обучающимися учебных курсов, дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту программ основного и дополнительного	Уметь: контроль и оценку освоения обучающимися учебных курсов, дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту программ основного и дополнительного профессионального образования в области ФК и С на основе анализа мониторинга

	профессионального образования в области ФК и С	показателей физического состояния
ПК-4	ПК-4.1. Знает: особенности научного исследования по разработке новых подходов и методических решений в сфере физкультурно-спортивного образования	Знать: особенности научного исследования по оценке показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся
ПК-4	ПК-4.2. Умеет: формировать и решать задачи, возникающие в ходе научно-исследовательской деятельности, выбирать необходимые методы исследования, модифицировать и разрабатывать новые методы; оценивать результаты исследования и применять их в образовательном процессе	Уметь: формировать и решать задачи, возникающие в ходе научно-исследовательской деятельности, выбирать необходимые методы исследования, модифицировать и разрабатывать новые методы; оценивать результаты исследования по оценке показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся и применять их в образовательном процессе
ПК-4	ПК-4.3 Владеет: методологическим аппаратом и использует его в научной деятельности	Владеть: методологическим аппаратом проведения мониторинговых исследований по оценке показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся и использует его в научной деятельности

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
					ЛК	ПЗ (СЗ)	ЛР	
1	1.1	Мониторинг как вид научн	Общие теоретико-методические основы	20	0	4	0	16

		о- практической деятельности педагога по ФКиС	мониторинговых исследований в сфере ФКиС					
	1.2	Мониторинг показателей физического развития обучающихся	Физическое развитие человека, методы его исследования и оценки. Исследование и оценка показателей физического развития обучающихся.	20	0	4	0	16
	1.3	Мониторинг показателей физической подготовленности обучающихся	Физическая подготовленность, методы ее исследования и оценки. Исследование и оценка показателей физической подготовленности обучающихся.	20	0	4	0	16
	1.4	Мониторинг показателей функционального состояния обучающихся	Функциональное состояние и функциональные возможности организма, методы их исследования и оценки. Исследование и оценка показателей функциональной подготовленности обучающихся.	20	0	4	0	16
	1.5	Аналитическое обеспечение мониторинга физического состояния обучающихся	Комплексное использование научных методов в процессе мониторинговых исследований физического состояния обучающихся. Представление и защита данных мониторинга физического состояния обучающихся.	28	0	8	0	20
Итого				108	0	24	0	84

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общие теоретико-методические основы мониторинговых исследований в сфере ФКиС	Понятие «мониторинг» и его основное содержание. Цель, задачи, принципы и этапы мониторинговых исследований. Характеристика понятий физическое состояние, физическое развитие, физическая подготовленность, функциональное состояние	4
	1.2	Физическое развитие человека, методы его исследования и оценки.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Физическое развитие человека и факторы его определяющие</li> <li>• Влияние занятий ФКиС на показатели физического развития человека</li> <li>• Особенности показателей физического развития детей дошкольного возраста</li> <li>• Особенности показателей физического развития учащихся начальной школы</li> <li>• Особенности показателей физического развития учащихся основной школы</li> <li>• Особенности показателей физического развития учащихся средней школы</li> <li>• Особенности показателей физического развития студенческой молодежи</li> <li>• Методы исследования показателей физического развития человека</li> <li>• Методы оценки показателей физического развития человека</li> <li>• Методические рекомендации по проведению процедуры тестирования показателей физического развития обучающихся</li> </ul>	2
	1.2	Исследование и оценка показателей	Выполнение практико-ориентированного задания по исследованию показателей	2

		физического развития обучающихся.	физического развития обучающихся: антропометрия, физиометрия, соматоскопия	
	1.3	Физическая подготовленность, методы ее исследования и оценки.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Влияние наследственности на показатели физической подготовленности человека</li> <li>• Методы исследования и оценки показателей физической подготовленности обучающихся, применяемые в России</li> <li>• Методы исследования и оценки показателей физической подготовленности обучающихся, применяемые в других странах</li> <li>• Особенности мониторинга показателей физической подготовленности обучающихся различных возрастных групп</li> <li>• Требования к контрольным упражнениям (тестам)</li> <li>• Методические рекомендации по проведению процедуры тестирования показателей физической подготовленности обучающихся</li> </ul>	2
	1.3	Исследование и оценка показателей физической подготовленности обучающихся.	Выполнение практико-ориентированного задания по исследованию показателей физической подготовленности обучающихся: тестирование показателей развития основных физических качеств	2
	1.4	Функциональное состояние и функциональные возможности организма, методы их исследования и оценки.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика основных функциональных систем организма человека (по системам)</li> <li>• Возрастные особенности состояния основных функциональных систем организма дошкольников</li> <li>• Возрастные особенности состояния основных функциональных систем организма учащихся начальной школы</li> <li>• Возрастные особенности состояния основных функциональных систем организма учащихся основной школы</li> <li>• Возрастные особенности состояния основных функциональных систем организма средней школы</li> <li>• Влияние занятий ФКиС на функциональные системы организма</li> </ul>	2



	1.4	Исследование и оценка показателей функциональной подготовленности обучающихся.	Выполнение практико-ориентированного задания по исследованию показателей функциональной подготовленности обучающихся: проведение функциональных проб	2
	1.5	Комплексное использование научных методов в процессе мониторинговых исследований физического состояния обучающихся.	Принципы и правила комплексного использования методов исследования и оценки показателей физического развития, физической подготовленности, функционального состояния организма занимающихся. Применение математико-статистических методов в процессе обработки результатов мониторинга показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся. Выполнение комплексного практико-ориентированного задания.	4
	1.5	Представление и защита данных мониторинга физического состояния обучающихся.	Оформление, представление и защита результатов мониторингового исследования показателей физического развития, физической подготовленности и функционального состояния обучающихся. Обсуждение полученных данных.	4

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общие теоретико-методические основы мониторинговых	Изучение научно-методической литературы, конспектирование,	16

		исследований в сфере ФКиС	составление кроссворда, подготовка доклада/презентации	
	1.2	Физическое развитие человека, методы его исследования и оценки	Изучение научно-методической литературы, подготовка доклада/презентации	8
	1.2	Исследование и оценка показателей физического развития обучающихся	Составление программы мониторинга показателей физического развития обучающихся, подготовка протоколов тестирования, математическая обработка и описание результатов исследования	8
	1.3	Физическая подготовленность, методы ее исследования и оценки.	Изучение научно-методической литературы, подготовка доклада/презентации	8
	1.3	Исследование и оценка показателей физической подготовленности обучающихся.	Составление программы мониторинга показателей физической подготовленности обучающихся, подготовка протоколов тестирования, математическая обработка и описание результатов исследования	8
	1.4	Функциональное состояние и функциональные возможности организма, методы их исследования и оценки.	Изучение научно-методической литературы, подготовка доклада/презентации	8
	1.4	Исследование и оценка показателей функциональной подготовленности обучающихся.	Составление программы мониторинга показателей функционального состояния обучающихся, подготовка протоколов тестирования, математическая обработка и описание результатов исследования	8
	1.5	Комплексное	Изучение научно-	10

		использование научных методов в процессе мониторинговых исследований физического состояния обучающихся.	методической литературы, выполнение практико-ориентированного задания	
	1.5	Представление и защита данных мониторинга физического состояния обучающихся.	Изучение научно-методической литературы, подготовка доклада/презентации	10

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

###### **5.1.1. Печатные издания**

1. Проектирование физического воспитания студентов [Текст] : учеб.- метод. пособие / А.А. Шибаева [и др.] ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2019. - 314 с.
2. Николенко, Ю.Ф. Проектирование процесса физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 173 с.
3. Проектирование физического воспитания школьников [Текст] : учеб.-метод. пособие / Геберт В.К., Николенко Ю.Ф., Шибаева А.А., Овчинникова Е.И. - Чита : ЗабГУ, 2018. - 212 с.

###### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Проектирование физического воспитания студентов [Текст] : учеб.- метод. пособие / А.А. Шибаева [и др.] ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2019. - 314 с.
2. Николенко, Ю.Ф. Проектирование процесса физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 173 с.
3. Проектирование физического воспитания школьников [Текст] : учеб.-метод. пособие / Геберт В.К., Николенко Ю.Ф., Шибаева А.А., Овчинникова Е.И. - Чита : ЗабГУ, 2018. - 212 с.

##### **5.2. Дополнительная литература**

### 5.2.1. Печатные издания

1. Горская И. Ю. Мониторинг физического развития и физической подготовленности спортсменов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Горская И. Ю., Баймакова Л. Г., Кайгородцева О. В. - Омск : СибГУФК, 2021. - 120 с.
- 2.

### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Магомедов, Р. Р. Мониторинг физического состояния занимающихся физической культурой [Электронный ресурс] : монография / Магомедов Р. Р., Адамова О. В. - Ставрополь : СГПИ, 2017. - 172 с.
2. Мониторинг физического состояния обучающихся [Электронный ресурс] : учебное пособие. - Новокузнецк : НФИ КемГУ, 2019. - 123 с.

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
Электронно-библиотечная система «Юрайт»	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>

## 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, АBBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения практических занятий	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## **8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

Рекомендуется осуществлять обучение по дисциплине на основе балльно-рейтинговой системы оценивания образовательных достижений студентов.

Разработчик/группа разработчиков:  
Юлия Фёдоровна Николенко

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.