

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 19.10.2023 10:01:27
Уникальный программный ключ:
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра физической культуры и спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.ДВ.02.02 СПОРТИВНАЯ МОРФОЛОГИЯ**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Профиль	Физическая культура и спорт
Форма обучения	Заочная

Автор(ы): канд. биол.наук, доцент, Федюнин В.А.
кафедры ФКС

Одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта. Протокол от 22.02.2023 № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ НТГСПИ(ф)РГППУ. Протокол от 22.02.2023 № 6

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Формирование у студентов компетенций, позволяющих проводить научно-обоснованный тренировочный процесс с учетом морфологических особенностей строения тела спортсменов.

Задачи:

1. - сформировать у студентов знания об особенностях строения тела и функции органов и систем жизнеобеспечения спортсмена, в следствии, влияния специфических физических нагрузок на организм;

2. - сформировать у студентов знания и практические умения об оценке соматотипов занимающихся, для планирования учебно-тренировочного процесса, а также отбора и спортивной ориентации детей;

3. - сформировать у студентов знания и практические умения о методах медико-биологического контроля для оценки влияния физических нагрузок на организм занимающихся и вносить соответствующие коррективы в тренировочный процесс.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Спортивная морфология» тесно связана с другими учебными дисциплинами, такими как «Теория и методика обучения физической культуре», «Спортивная медицина», которые изучаются в течение всего периода обучения по образовательной программе. Изучение данного курса позволит студентам более эффективно овладеть навыками оценивания физических качеств спортсменов, а также обучающихся.

Кроме того, дисциплина «Спортивная морфология» поможет освоить методы оценивания уровня физического развития обучающихся общеобразовательных школ, а также спортсменов.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Разработка и реализация проектов	УК2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм. УК-2.2. Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач. УК-2.3. Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов
Совместная и индивидуальная учебная и воспитательная деятельность обучающихся	ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии	ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
	с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. ОПК-3.3. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице 1.

Таблица 1

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ (очное отделение)

Вид работы	Форма обучения
	заочная
	бсеместр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108
Контактная работа, в том числе:	10
Лекции	4
Практические занятия	6
Самостоятельная работа	94
Зачет с оценкой	4

4.2. Учебно-тематический план

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ

	Название раздела, темы	Распределение часов				
		Трудоёмкость	Ауд. занятий	Вид занятий		Самост. работа
				Лекции	Практич. занятия	
1	Основы спортивной морфологии	27	1	1		25
2	Морфологические основы двигательной активности. Структурная адаптация к физическим нагрузкам	27	3	1	2	24
3	Методы исследования спортивной морфологии	27	3	1	2	24
4	Общая и частная конституция	27	3	1	2	24
	Зачёт с оценкой:					
	<i>ИТОГО / в зачетных единицах:</i>	108	10	4	6	94

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1: Основы спортивной морфологии.

Предмет спортивной морфологии. Основные понятия. Цели и задачи, теоретические основы спортивной морфологии. Объект исследования. Спорт и физическая культура как влияющие на биологическую, социальную природу человека факторы.

Тема 2: Морфологические основы двигательной активности. Структурная адаптация к физическим нагрузкам.

Информация и жизнедеятельность организма. Понятие о реактивности. Раздражители в физической культуре и спорте. Изменение структур в ответ на тренировочные воздействия. Виды адаптации (срочная, кратковременная, долговременная). Адаптационные изменения костной и мышечной системы у спортсменов разной специализации и квалификации. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения движений. Адаптация к физическим нагрузкам систем регуляции движений.

Тема 3: Методы исследования спортивной морфологии

Методы антропометрии. Антропометрические точки. Антропометрические приборы. Измерение продольных размеров тела. Измерение обхватных размеров тела и кожно-жировых складок. Измерение поперечных размеров тела. Методы антропоскопии. Определение осанки. Гониометрия и динамометрия. Плантаграфия. Гемеллологический (близнецовый) метод. Генеалогический метод. Рентгенологический метод. Метод ультразвуковой эхографии. Метод педагогического эксперимента.

Тема 4. Общая и частная конституция

Развитие учения о конституции человека. Понятие конституции, ее характеристики. Общая и частные конституции. Генетические и фенотипические маркеры. Краткий обзор школ о конституциологии. Морфологический подход к типологии. Типирование лиц женского пола. Соматотипирование лиц подросткового возраста. Соматодиагностика по Дорохову Р.Н. Требования к схеме соматотипирования. Определение соматического типа. Оценка конституциональных типов у детей. Соматотипирование по Хит-Картеру. Влияние наследственности и внешней среды на формирование соматотипа. Значение соматотипа при спортивном отборе.

4. Образовательные технологии, рекомендованные к применению в учебном процессе по данной дисциплине

Процесс обучения по дисциплине «Спортивная морфология» построен с использованием компетентностно-деятельного подхода, при котором в ходе лекций раскрываются общие теоретические вопросы, формируются основы теоретических знаний. На практических занятиях ведется работа по усвоению практических умений принимать решения в области здоровьесбережения с учетом пола и возраста занимающихся физической культурой имеющих ограниченные возможности в здоровье.

В соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки «Педагогическое образование» в программе данного курса предусмотрено использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (технологии группового обучения, информационных технологий). Интерактивные технологии в сочетании с внеаудиторной работой дают возможность сформировать и развить общекультурные и профессиональные компетенции.

Для формирования компетенций используются следующие технологии:

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В курсе «Спортивная морфология» используется технология проблемного обучения и технология практико-ориентированного обучения. На лекционных занятиях данная технология реализуется с помощью метода проблемного изложения. На практических занятиях - сначала с помощью метода проблемного изложения, а затем с помощью практического метода.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основная литература:

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Электронный ресурс] : учеб. — Электрон. дан. — Москва : , 2014. — 624 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/97567>.

2. Яковлева, Л.А. Анатомия и физиология человека: учеб. пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л.А. Яковлева, Е.Ю. Шпаковская. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2015. — 40 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/70439>.

3. Кожевникова, О. А. Методические указания к организации самостоятельной работы студентов на тему "Исследование физического развития" [Текст] : учебник / О. А. Кожевникова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Нижнетагил. гос. соц.-пед. ин-т (фил.) ФГАОУ ВПО "Рос. гос. проф.-пед. ун-т", Каф. безопасности жизнедеятельности и физ. культуры. - Нижний Тагил : НТГСПИ (ф) РГППУ, 2015. - 31 с.

Дополнительная литература:

1. Мартиросов, Э.Г. Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе : учеб. пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Э.Г. Мартиросов, С.Г. Руднев, Д.В. Николаев. — Электрон. дан. — Москва : Физическая культура, 2009. — 144 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9144>.

2. Капилевич, Л.В. Возрастная и спортивная морфология: Практикум [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л.В. Капилевич, А.В. Кабачкова. — Электрон. дан. — Томск : ТГУ, 2009. — 82 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/44224>.

3. Пономарев, В.В. Физкультурно-спортивная деятельность студентов в вузе: теоретические и практические основы [Электронный ресурс] : монография / В.В. Пономарев, А.А. Мельничук. — Электрон. дан. — Красноярск : СибГТУ, 2013. — 173 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/60821>.

4. Муравьев, В. А. Гармония физического развития и здоровья детей и подростков [Текст] : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. - Москва : Дрофа, 2009. - 125, [2] с.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекционная аудитория
2. Компьютер (ноутбук).
3. Телевизор.
4. Мультимедиапроектор.
5. Презентации к лекциям и семинарским занятиям.
6. Тренажерный зал с необходимым набором тренажеров, спортивных снарядов и инвентаря.