

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Методика антропологических исследований при спортивном отборе

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

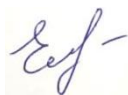
Профиль подготовки: Физическая культура

Форма обучения: Заочная

Разработчик: Л. Е. Игнатьева, кандидат биологических наук, доцент кафедры физического воспитания и спортивных дисциплин

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 26.04.2016 года

Зав. кафедрой



Елаева Е. Е.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой



Елаева Е. Е.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



М. Ю. Трескин

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – освоение основных антропологических методов исследования физического развития, формирование систематизированных знаний о психосоматических показателях здоровья обучающихся, приобретение навыков сохранения здоровья и жизни обучающихся.

Задачи дисциплины:

- ознакомление студентов с методами антропологических исследований, используемых при спортивном отборе;
- овладение основными способами и методами защиты жизни и здоровья обучающихся в различных условиях, в том числе и в условиях чрезвычайных ситуаций;
- формирование навыков оказания неотложной медицинской помощи при травмах и острых нарушениях процессов жизнедеятельности обучающихся.
- освоение основных антропологических методик исследования физического развития и оценка полученных результатов;
- овладение методикой соматоскопического исследования и анализа полученных данных для оценки особенностей физического развития;
- расширение спектра теоретических знаний и практических навыков в решении проблемы оценки физического развития, спортивного отбора.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.17.01 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» относится к дисциплинам по выбору.

Дисциплина изучается на 5 курсе, в 9 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: иметь представление об анатомии, физиологии человека, спортивной антропологии, уметь осуществлять медико-биологический контроль за состоянием организма; владеть навыками работы со справочной литературой.

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.17.01 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» предшествует освоение дисциплин (практик):

- Б1.Б.10 Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии;
- Б1.Б.11 Основы медицинских знаний;
- Б1.Б.15 Основы математической обработки информации;
- Б1.В.01 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование
- Б1.В.05 Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте;
- Б1.В.06 Спортивная метрология;
- Б1.В.08 Физиология физической культуры и спорта;
- Б1.В.10 Гигиена физического воспитания и спорта;
- Б1.В.12 Спортивная медицина;

Б1.В.ДВ.07.01 Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста;

Б1.В.ДВ.07.02 Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.17.01 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.01 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование;

ФТД.В.01 Повышение спортивного мастерства;

Б2.В.06(П) Педагогическая практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Методика антропологических исследований при спортивном отборе», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (учитель)), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК) в соответствии с видами деятельности:

Общепедагогическая функция.

Обучение.

ОПК-2. способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся.		
ОПК-2. способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся.	знать:	
	- основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; уметь: - использовать и апробировать специальные подходы к	

	обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; владеть: - способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся..
--	--

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК) в соответствии с видами деятельности:

Воспитательная деятельность.

ОПК-6. готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.	
ОПК-6. готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.	знать: - принципы и методы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся; уметь: - строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; владеть: - профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья; - стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

Воспитательная деятельность.

Развивающая деятельность.

ПК-2. способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.	
ПК-2. способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.	знать: - современные методы и технологии обучения в спорте; - современные методы и технологии диагностики в спорте; уметь: - использовать классические и современные методы и технологии измерений и диагностики в спорте; - работать с литературой метрологической направленности; - использовать электронные информационные ресурсы при

	разработке программ антропологических исследований в спорте; владеть: - навыками измерений и обработки, полученных антропологических данных; - навыками отбора лиц для занятий спортом в соответствии с данными антропологических исследований.
--	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Девятый семестр
Контактная работа (всего)	8	8
Практические занятия	8	8
Самостоятельная работа (всего)	60	60
Вид промежуточной аттестации	4	4
Зачет	4	4
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1 Требования к проведению антропометрических измерений:

Антропометрия. Требования к антропометрическим измерениям. Методы и методика антропологических измерений тела человека.

Модуль 2 Методика антропометрических измерений:

Методика определения силы мышц с помощью ручного и станового динамометра. Методы определения жировотложения, степени развития мускулатуры.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (8 ч.)

Модуль 1 Требования к проведению антропометрических измерений (4 ч.)

Тема 1. Антропометрия. Требования к антропометрическим измерениям (2 ч.)

Методы антропологических исследований, их применения в спортивной практике. Понятие об антропометрии. Основные требования к проведению антропометрических измерений. Антропометрический инструментарий. Правила пользования антропометрическими инструментами.

Антропометрические точки. Методика измерения высоты антропометрических точек. Основные и дополнительные антропометрические измерения. Правила измерения продольных размеров тела (измерение роста стоя и сидя, измерение длины руки, ноги и их сегментов).

Тема 2. Методы и методика антропологических измерений тела человека (2 ч.)

Правила измерения поперечных размеров тела. Правила измерения обхватных размеров тела. Выполнение антропометрических измерений (рост стоя и сидя, окружность грудной клетки в 3-х положениях, динамометрия, ЖЕЛ). Выполнение практических заданий по отработке методик измерения поперечных и обхватных размеров тела.

Модуль 2. Методика антропометрических измерений (4 ч.)

Тема 3. Методика определения силы мышц с помощью ручного и станового динамометра (2 ч.)

Характеристика силы отдельных групп мышц. Факторы, влияющие на силу мышц. Методика определения силы мышц с помощью ручного динамометра. Методика определения силы мышц с помощью станового динамометра. Выполнение практических заданий по отработке методик измерения силы мышц с помощью ручного и станового динамометров.

Тема 4. Методы определения жировотложения, степени развития мускулатуры (2 ч.)

Жировотложение. Распределение жирового слоя на поверхности тела. Факторы, определяющие расположение жировых отложений на теле. Особенности расположения жировых отложений у спортсменов в зависимости от спортивной специализации. Методы измерения толщины подкожного жирового слоя (рентгенографический, ультразвуковой, механический). Измерение толщины кожно-жировых складок циркулем-калипером (калиперметрия). Определение степени упитанности (степени развития подкожной жировой клетчатки) методом пальпации. Определение степени развития мускулатуры методом пальпации.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Девятый семестр (60 ч.)

Модуль 1. Требования к проведению антропометрических измерений (30 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к практическому занятию

Вопросы

1. В чем суть метода соматоскопии, какие морфологические особенности можно определить данным методом?
2. Охарактеризуйте формы грудной клетки соответственно конституциональным типам.
3. Что понимают под осанкой человека, от чего она зависит?
4. Охарактеризуйте основные виды осанки.
5. Назовите признаки, характерные для нормальной осанки.
6. На чем основан метод антропометрии? Назовите основные и дополнительные антропометрические показатели.
7. С какой целью используются антропометрические точки?

8. Какие показатели относятся к продольным, поперечным и обхватным размерам тела? Способы определения названных размеров.

9. Выделить генетически запрограммированные (консервативные) признаки организма, ограничивающие эффективность спортивной деятельности и лабильные признаки, изменяющие в процессе тренировки.

10. Рассмотреть морфологические критерии отбора в различные секции.

11. От чего зависят общие силовые свойства организма?

12. Какие морфологические признаки определяют структурно-механические свойства организма?

13. От каких показателей физического развития зависят достижения в различных видах спорта (борьбе, гимнастике, легкой атлетике, тяжелой атлетике)?

14. Какие морфологические признаки, положенные в основу спортивного отбора, мало поддаются средовым изменениям?

15. Какие морфологические признаки организма имеют наибольшую гене-тическую обусловленность?

Модуль 2. Методика антропометрических измерений (30 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к практическому занятию

Вопросы

1. Оформите протокол оценки физического развития, используя предлагаемые методики.

2. Оформите протокол оценки осанки, используя предлагаемые методики.

3. Оформите протокол оценки соматотипа, используя предлагаемые методики.

4. Оформите протокол оценки степени жировотложения, используя предлагаемые методики.

5. Оформите протокол оценки компонентного состава тела, используя предлагаемые методики.

7. Тематика курсовых работ

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОПК-6 ОПК-2	5 курс, Девятый семестр	Зачет	Модуль 1: Требования к проведению антропометрических измерений.
ПК-2	5 курс, Девятый семестр	Зачет	Модуль 2: Методика антропометрических измерений.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин: Педагогика, Психология, Педагогика и психология инклюзивного образования, Психология инклюзивного образования, Педагогика инклюзивного образования, Теория и методика физической культуры, Лечебная физическая культура и массаж, Физиология физической культуры и спорта, Психология физической культуры и спорта, Гигиена физического воспитания и спорта, Биомеханика двигательных действий, Спортивная медицина, Особенности физического воспитания в дошкольных образовательных организациях, Формирование спортивного мастерства в организациях дополнительного образования, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации, Технологии подготовки инструкторов детско-юношеского туризма, Экологические аспекты физической культуры и спорта, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Методика занятий по физической культуре со школьниками специальных медицинских групп, Физическая культура в образовательном пространстве, Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры и спорта, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Влияние биоритмов на физическую работоспособность человека, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Гендерный подход к физическому воспитанию школьников.

Компетенция ОПК-6 формируется в процессе изучения дисциплин: Безопасность жизнедеятельности, Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии, Лечебная физическая культура и массаж, Спортивная медицина, Организация занятий по спортивной борьбе с детьми школьного возраста, Методика освоения тактических приемов борьбы, Организация работы спортивного судьи по биатлону, Основы спортивной тренировки юных лыжников, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, Теория и практика судейства соревнований по волейболу, Экологические аспекты физической культуры и спорта, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры и спорта, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Влияние биоритмов

на физическую работоспособность человека, Мини-футбол в школе, Методика организации и проведения занятий по спортивному ориентированию со школьниками.

Компетенция ПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин: Технические средства обучения, Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, Теория и методика физической культуры, Лечебная физическая культура и массаж, Правовые основы физической культуры и спорта, Физиология физической культуры и спорта, Спортивная медицина, Технологии физкультурно-спортивной деятельности, Гимнастика, Спортивные и подвижные игры, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Тяжелая атлетика, Спортивный туризм, Единоборства, Педагогические технологии волонтерской деятельности, Моделирование в образовательном процессе, Тренажерные технологии в физической культуре и спорте, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре и плаванию для работы в оздоровительных центрах, Формирование спортивного мастерства в организациях дополнительного образования, Особенности физического воспитания в дошкольных образовательных организациях, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой, Организация занятий по фитнес-аэробике, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации, Технологии подготовки инструкторов детско-юношеского туризма, Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры и спорта, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Влияние биоритмов на физическую работоспособность человека, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Гендерный подход к физическому воспитанию школьников.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной

области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: терминологию, основные понятия и положения дисциплины; правила проведения антропометрических измерений; методы антропометрических исследований. Владеет методами антропологического исследования, применяемыми при спортивном отборе. Демонстрирует умения проводит соматометрическое и соматоскопическое исследование. Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

8.3 Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Требования к проведению антропометрических измерений

ОПК-2. способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных

особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся.

1. Используя антропометрический инструментарий, измерьте друг у друга продольные размеры тела (рост стоя и сидя, длину руки, ноги и их сегментов), поперечные (ширину плеч, таза, грудной клетки, сегментов верхней и нижней конечностей), обхватные размеры тела (окружности груди, живота, сегментов верхней и нижней конечностей).

2. Вычислите следующие индексы и показатели: индекс Брока-Бругша, Кетле (весо-ростовой индекс), Эрисмана (индекс пропорциональности развития грудной клетки), индекс длины ног, показатель пропорциональности физического развития, показатель упитанности, показатель крепости телосложения, жизненный показатель. Проанализируйте собственные результаты и сделайте соответствующие выводы

3. Определите пропорции собственной фигуры, используя правила (каноны) пропорций различных частей тела.

4. Используя формулы и уравнения рассчитайте процент жировой прослойки и количества воды в организме.

5. Начертить антропометрический профиль физического развития

ОПК-6. готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.

3. Понятие об антропометрии. Основные требования к проведению антропометрических измерений.

4. Антропометрический инструментарий. Правила пользования антропометрическими инструментами.

5. Антропометрические точки. Методика измерения высоты антропометрических точек.

6. Основные и дополнительные антропометрические измерения. Методика измерения продольных размеров тела (измерение роста стоя и сидя, измерение длины руки, ноги и их сегментов).

7. Требования к измерению поперечных размеров тела.

8. Требования к измерению обхватных размеров тела.

9. Требования к выполнению антропометрических измерений (рост стоя и сидя, окружность грудной клетки в 3-х положениях, динамометрия, ЖЕЛ)

10. Метрологические основы отбора.

11. В чем суть метода соматоскопии, какие морфологические особенности можно определить данным методом?

12. Какие морфологические признаки определяют структурно-механические свойства организма?

13. Какие морфологические признаки, положенные в основу спортивного отбора, мало поддаются средовым изменениям?

14. На чем основан метод антропометрии? Назовите основные и дополнительные антропометрические показатели..

15. Теоретические аспекты прогнозирования спортивных достижений. Модуль 2. Методика антропометрических измерений

ПК-2. способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.

1. Проведите соматоскопическое обследование спортсмена из числа одноклассников. Заполните протокол соматоскопического обследования.

2. Проведите антропометрическое обследование спортсмена из числа одноклассников. Заполните протокол антропометрического обследования.

3. Определите состав тела спортсмена из числа одноклассников.

4. Оцените физическое развитие спортсмена из числа одноклассников методом индексов. Определите пропорции тела.

5. Оцените физическое развитие спортсмена из числа одноклассников методом стандартов, корреляции. Постройте антропометрический профиль.

6. Составить модельные характеристики спортсменов высокого класса.

7. Какова организация обследований в спортивной антропологии: программы измерений, выборка для получения репрезентативных данных. Что Вы знаете о биоэтике?

8. Рассмотрите особенности пропорций тела, представителей различных видов спорта.

9. Отметьте структурно-функциональные изменения грудной клетки у спортсменов различных специализаций.

10. Выделите морфологические признаки, характерные для представителей различных спортивных специализаций.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Девятый семестр (Зачет, ОПК-2, ОПК-6, ПК-2)

Типовые вопросы к зачету

1. Охарактеризуйте проблемы отбора и прогнозирования результатов в спорте.

2. Опишите роль антропометрических измерений в решении проблемы спортивного отбора.

3. Рассмотрите виды антропометрических измерений, основные и дополнительные.

4. Раскройте требования, предъявляемые к проведению антропометрических измерений.

5. Опишите антропометрические точки, методику измерения высоты точек над опорной поверхностью и нахождение точек на теле человека.

6. Опишите требования, предъявляемые к проведению антропометрических измерений.

7. Охарактеризуйте антропометрический инструментарий. Принцип устройства антропометрических инструментов.

8. Опишите методику измерения продольных размеров тела (измерение роста стоя и сидя, измерение длин руки, ноги и их сегментов).

9. Опишите методику измерения поперечных размеров тела (измерение ширины плеч, таза, диаметров грудной клетки, сегментов верхней и нижней конечностей).
10. Опишите методику измерения обхватных размеров тела (измерение окружностей груди, живота, сегментов верхней и нижней конечностей).
11. Опишите методику определения силы мышц с помощью ручного и станкового динамометров
12. Охарактеризуйте метод антропометрических стандартов.
13. Охарактеризуйте метод индексов.
14. Охарактеризуйте метод корреляции.
15. Рассмотрите понятие самотоскопии. Раскройте значимость определения самототипа при спортивном отборе.
16. Рассмотрите понятия физического развития, телосложения и конституции. Назовите методы оценки физического развития.
17. Дайте понятие соматотипа. Раскройте значимость определения соматотипа при спортивном отборе.
18. Охарактеризуйте конституционные типы телосложения по М. В. Черноруцкому.
19. Расскажите о соматотипировании детей и подростков по В. Г. Штефко и А. Д. Островскому, по Л. Д. Заяц.
20. Раскройте факторы, влияющие на формирование соматотипа.
21. Дайте понятие осанки. Охарактеризуйте различные типы осанки.
22. Определение сагиттальных и фронтальных кривизн позвоночного столба в статике и динамике.
23. Опишите сколиозы, степени сколиозов.
24. Сформулируйте причины возникновения нарушений осанки. Перечислите методы исследования нарушений осанки человека.
25. Охарактеризуйте внешние формы туловища: спины, грудной клетки, живота, опишите разнообразие их форм.
26. Дайте характеристику внешней формы верхних и нижних конечностей, опишите разнообразие их форм.
27. Опишите методику определения подвижности в суставах. Рабочая и истинная подвижность суставов.
28. Опишите методику определения подвижности в плечевом, локтевом, тазобедренном, коленном суставах, суставах стопы.
29. Опишите методику определения подвижности в голеностопном и предплюсневом суставах на рентгенограммах.
30. Опишите стопу, ее своды. Охарактеризуйте формы стопы, реакции отделов стопы на физическую нагрузку.
31. Опишите плоскостопие, раскройте причины развития плоскостопия. Охарактеризуйте методы определения плоскостопия (визуальный метод, подометрический метод Фридмана, функциональные пробы).
32. Опишите плантографию, как метод оценки состояния сводов стопы.

Опишите анализ отпечатков стопы по И. М. Чижину.

33. Опишите методику определения степени жировотложения, измерения кожно-жировых складок.

34. Опишите методики определения компонентного состава массы тела.

35. Опишите методику определения габаритного, компонентного, пропорционального уровней варьирования.

36. Проанализируйте необходимость учета типа телосложения при отборе и ориентации для занятий различными видами физической культуры и спорта.

37. Дайте понятие и охарактеризуйте модельные характеристики сильнейших спортсменов в связи с проблемой спортивного отбора.

38. Дайте понятие и охарактеризуйте прогнозирование спортивных достижений, спортивной одаренности.

39. Охарактеризуйте метрологические основы отбора.

40. Раскройте принципы и методы организации спортивного отбора.

41. Охарактеризуйте механизмы сохранения здоровья обучающихся и влияния факторов окружающей среды на состояние их здоровья.

42. Рассмотрите способы организации учебно-воспитательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий.

43. Раскройте механизмы, методы организации внеурочной деятельности, направленной на формирование навыков сохранения здоровья и жизни обучающихся.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами лабораторных и курсовых работ, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;

- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видеоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

9.1 Список литературы

Основная литература

1. Спортивная медицина: Справочник для врачей и тренеров / Всероссийская федерация легкой атлетики, Московский региональный Центр развития легкой атлетики ИААФ ; Перевод с английского языка А. Гнетова, Л. Потанич и др. - М. : Человек, 2013. - 328 с. – URL: // <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298272>
2. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебник для вузов / Е. Ю. Андриянова. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 325 с. – URL: <https://urait.ru/viewer/sportivnaya-medicina-449010#page/1>

Дополнительная литература

1. Белова, Л. В. Спортивная медицина [Электронный ресурс] / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2016. – 149 с. : ил. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>
2. Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований : учеб. пособие / В. П. Губа, В. В. Маринич. – Москва : Спорт, 2016. – 233 с. ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461305>. – ISBN 978-5-906839-25-1.
3. Фискалов, В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : / В. Д. Фискалов, В. П. Черкашин. – Москва : Спорт, 2016. – 352 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239>. – ISBN 978-5-906839-21-3.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.sportmedi.ru/> - Сайт «Спортивная медицина» содержит актуальную информацию в вопросах медико-биологического обеспечения спорта.
2. <https://www.lib.sportedu.ru/> - Сайт Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту. Имеется обширный перечень учебной, учебно-методической, научной и научно-методической литературы.

3. <https://www.garant.ru/> - Сайт содержащий действующие и архивные версии нормативно-правовых ресурсов, законодательных актов, в том числе в сфере физической культуры и спорта.

4. <https://www.minsport.gov.ru/> - Сайт Министерства спорта Российской Федерации. Содержит актуальную информацию в сфере физической культуры и спорта.

5. <http://www.fizkultura.ru/> - Сайт «Медицинский справочник тренера по физиологии спортивной тренировки».

6. <http://www.judolinda.ru/> - Сайт «Медицинский справочник тренера».

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;
- изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета/экзамена, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;
- повторите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;

– продумывайте высказывания по темам, предложенным к аудиторным занятиям.

Рекомендации по работе с литературой:

– ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

– составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;

– выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;

– проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационных справочных систем

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Информационно-правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотечная система МГПУ (МегоПро) (<http://library.mordgpi.ru/MegaPro/Web>)
2. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека Онлайн» (<https://biblioclub.ru/>)
3. Электронная библиотечная система «Лань» (<https://e.lanbook.com/books/917?publisher=31762>)
4. Электронная библиотечная система «Юрайт» (<https://urait.ru/>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ).

№ 202

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (компьютер, документ-камера, гарнитура, проектор, интерактивный экран, лазерная указка); автоматизированное рабочее место (12 шт.) в составе (компьютер, гарнитура); маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.