

**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: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Форма обучения: Очная

Разработчик:

Комарова Н. А., канд. биол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 25.04.2017 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

Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Освоение основных антропологических методов исследования физического развития, необходимых для осуществления на научной основе тренировочного процесса в физическом воспитании и спорте; овладение навыками проведения антропометрических измерений.

Задачи дисциплины:

- ознакомление студентов с методами антропологических исследований, используемых при спортивном отборе с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;
- освоение основных антропологических методик исследования физического развития с учетом возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей.
- освоение методов оказания первой помощи при травмах и несчастных случаях в процессе спортивной подготовки;
- формировать умения использовать методы антропологического исследования физического развития, применяемыми при спортивном отборе.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.22.02 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 5 курсе, в 10 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знания, умения, способы деятельности и установки, полученные и сформированные в ходе изучения дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии», «Основы медицинских знаний», «Спортивная метрология».

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.22.02 «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.В.20 Биомеханика двигательных действий;

Б1.В.ДВ.05.01 Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.22.02 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б2.В.05 Преддипломная 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;
- просвещение;
- образовательные системы.

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 (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты

Подготовлено в системе 1С:Университет (000014816)

№544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

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: - теоретические основы осуществления спортивного отбора с учетом возрастных и индивидуальных антропометрических показателей организма; уметь: - учитывать возрастные и индивидуальные антропометрические показатели организма при спортивном отборе; владеть: - способностью осуществлять спортивный отбор с учетом индивидуальных и антропометрических показателей организма
ОПК-6 готовностью к обеспечению жизни и здоровья обучающихся	
ОПК-6 готовностью к обеспечению жизни и здоровья обучающихся	знать: - основные способы и приемы по обеспечению жизни и здоровья; уметь: - осуществлять спортивный отбор с учетом требований по обеспечению жизни и здоровья; владеть: - основными способами и приемами по обеспечению жизни и здоровья

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

ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	
педагогическая деятельность	
ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	знать: - современные методы и технологии обучения и диагностики; уметь: - использовать современные методы и технологии обучения и диагностики; владеть: - современными методами и технологиями обучения и диагностики

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Десятый семестр
Контактная работа (всего)	60	60
Практические	60	60
Самостоятельная работа (всего)	84	84
Виды промежуточной аттестации		

Подготовлено в системе 1С:Университет (000014816)

Зачет		+
Общая трудоемкость часы	144	144
Общая трудоемкость зачетные единицы	4	4

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Методы антропометрических исследований:

Введение, содержание, цель и задачи дисциплины. Антропометрия. Требования к антропометрическим измерениям. Методы и методика антропологических измерений тела человека. Правила измерения обхватных размеров тела. Методика определения силы мышц с помощью ручного и станкового динамометра. Методика определения подвижности в суставах. Методы определения жировотложения, степени развития мускулатуры. Методы оценки уровня физического развития. Метрологические основы спортивного отбора. Соматоскопическое исследование. Методы определения плоскостопия. Пропорции тела. Определение состава массы тела. Модельные характеристики спортсменов высокой квалификации. Прогнозирование спортивной одаренности.

Модуль 2. Методика антропометрических измерений:

Антропологические методы исследования морфологической изменчивости человека. Методы и методика антропологических измерений тела человека. Калиперометрия. Типовая карта антропометрического обследования. Оценка площади поверхности тела и его сегментов. Оценка удельного веса тела. Исследование соматоскопических показателей физкультурников и спортсменов. Оценка безжировой массы. Оценка жировой массы. Оценка скелетной массы. Оценка физического развития методом стандартов. Оценка физического развития методом индексов. Определение осанки тела. Определение соматотипа. Модельные характеристики спортсменов высокой квалификации.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (60 ч.)

Модуль 1. Методы антропометрических исследований (30 ч.)

Тема 1. Введение, содержание, цель и задачи дисциплины (2 ч.)

Цель дисциплины «Методика антропологических исследований при спортивном отборе». Задачи дисциплины «Методика антропологических исследований при спортивном отборе».

Содержание дисциплины «Методика антропологических исследований при спортивном отборе». Необходимость изучения дисциплины «Методика антропологических исследований при спортивном отборе», ее актуальность.

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

Понятие об антропометрии. Основные требования к проведению антропометрических измерений. Антропометрический инструментарий. Правила пользования антропометрическими инструментами.

Тема 3. Методы и методика антропологических измерений тела человека (2 ч.)

1. Методика измерения поперечных размеров тела. Методика 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.

Тема 4. Правила измерения обхватных размеров тела (2 ч.)

Выполнение антропометрических обхватных измерений (измерение окружности плеча, бедра, голени, талии и запястья). Выполнение практических заданий по отработке методик измерения обхватных размеров тела.

Тема 5. Методика определения силы мышц с помощью ручного и станкового 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 6. Методика определения подвижности в суставах (2 ч.)

1. Основные анатомические точки позвоночного столба. Определение кривизн позвоночного столба в статике и динамике. Определение подвижности в суставах. Основные формы проявления подвижности в суставах. Методика определения подвижности в плечевом, локтевом, коленном и тазобедренном суставах, суставах стопы.

Определение подвижности в голеностопном и предплюсневом суставах на рентгенограммах. Метод функционального мышечного тестирования. Контроль за гибкостью и ловкостью.

Тема 7. Методы определения жировотложения, степени развития мускулатуры (2 ч.)

Калиперометрия. Методика измерения кожно-жировых складок. Определение степени развития мускулатуры и костной системы. Выполнение практических заданий по определению жировых складок, оценки костной и мышечной систем.

Тема 8. Методы оценки уровня физического развития (2 ч.)

Метод антропометрических стандартов. Метод корреляции. Оценка физического развития методом индексов. Вычисление оценочных индексов путем сопоставления разных антропометрических показателей: индекса Брока-Бругша; весо-ростового индекса Кетле; роста-весового индекса Хоске; индекса скелита по Мануври; жизненного индекса, экскурсии (подвижности) грудной клетки и др. Выполнение практического задания по оценке физического развития разными методами.

Тема 9. Метрологические основы спортивного отбора (2 ч.)

Понятие «спортивный отбор». Организация и методика спортивного отбора. Метрологические основы отбора. Этап предварительной спортивной подготовки как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений. Этап начальной спортивной специализации и его характеристика. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта. Этап спортивного совершенствования и его характеристика. Этап высших достижений и его характеристика. Стадия спортивного долголетия и его характеристика. Теоретические аспекты прогнозирования спортивных достижений. Возрастные аспекты прогнозирования. Значение ранней спортивной специализации для достижения спортивных результатов.

Тема 10. Соматоскопическое исследование (2 ч.)

Понятие о соматоскопии. Методика соматоскопического исследования.

Проведение соматоскопического обследования по общепринятому плану: исследуйте позвоночник и оцените (опишите) осанку; определите равномерность «треугольников талии»; определите положение головы и плечевого пояса; определите форму грудной клетки, живота, ног.

Описание признаков физического развития, полученных при проведении соматоскопического исследования.

Тема 11. Методы определения плоскостопия (2 ч.)

1. Методы определения плоскостопия (визуальный метод, метод педометрии, гониометрический метод Фридмана, рентгенографический). Плантография как метод оценки состояния сводов стопы. Анализ отпечатков стопы по И. М. Чижину.

Тема 12. Пропорции тела (2 ч.)

1. Определение понятия «пропорции тела». Учение о пропорциях тела. Современные представления о пропорциях тела. Определение пропорций тела (модули и каноны). Способы оценки пропорций тела. Половые различия в пропорциях тела. Возрастная изменчивость пропорций тела. Понятие о конституции (телосложении). Учение о конституции человека. Признаки, лежащие в основе конституции человека. Современное

представление о конституции человека. Значение типа телосложения для отбора, специализации, прогнозирования в спорте.

Факторы, способствующие формированию и закреплению типа конституции человека. Определение телосложения по номограмме.

Тема 13. Определение состава массы тела (2 ч.)

Понятие о составе тела. Основные модели и концепции изучения состава тела. Методы определения состава тела (ультразвуковой, рентгенографический, биохимический, аналитический). Определение мышечной и безжировой массы тела; содержания воды в организме. Определение массы костной ткани. Возрастно-половые вариации компонентов веса тела. Изменения состава тела под влиянием занятий спортом.

Тема 14. Модельные характеристики спортсменов высокой квалификации (2 ч.)

Основные понятия о моделях и модельных характеристиках спортсменов. Структура (компоненты) модельных характеристик, обеспечивающих успех в различных видах спорта. Отличие модели юного спортсмена от модели взрослого спортсмена. Морфометрический профиль спортсменов различных спортивных специализаций (морфологические показатели модели сильнейших спортсменов). Физиометрический профиль спортсменов высокого класса. Психофизиологический профиль спортсменов, представителей различных видов спорта. Моделирование спортивных достижений с позиций системного подхода.

Тема 15. Прогнозирование спортивной одаренности (2 ч.)

Основы прогнозирования спортивной одаренности с учетом антропометрических данных. Методики антропометрических измерений для прогнозирования спортивной одаренности.

Модуль 2. Методика антропометрических измерений (30 ч.)

Тема 16. Антропологические методы исследования морфологической изменчивости человека. (2 ч.)

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

Тема 17. Методы и методика антропологических измерений тела человека (2 ч.)

Методика измерения поперечных размеров тела. Методика 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.

Тема 18. Калиперометрия (2 ч.)

Калиперометрия, сущность метода. Оборудование. Измерение кожно-жировых складок. Измерение кожно-жировых складок без инструментария. Методические рекомендации.

Тема 19. Типовая карта антропометрического обследования (2 ч.)

Типовая карта антропометрического обследования. Содержание, правила оформления, требования. Обработка результатов измерений.

Тема 20. Оценка площади поверхности тела и его сегментов (2 ч.)

Методики оценки площади поверхности тела. Определение площади поверхности головы и шеи. Определение площади поверхности туловища.

Тема 21. Оценка удельного веса тела (2 ч.)

Методики оценки удельного веса тела. Способы оценки удельного веса тела человека. Показатели удельного веса у представителей разных видов спорта

Тема 22. Исследование соматоскопических показателей физкультурников и спортсменов (2 ч.)

Понятие о соматоскопии. Исследование соматоскопических показателей физкультурников и спортсменов. Протокол соматоскопического обследования.

Тема 23. Оценка безжировой массы (2 ч.)

Методика определения обезжиренной массы тела. Выполнение лабораторной работы по определению обезжиренной массы тела.

Тема 24. Оценка жировой массы (2 ч.)

Методики определения жировой массы. Величина жировой массы и распределение жира на поверхности тела у представителей разных видов спорта. Изменение жировой массы в процессе занятий физическими упражнениями и различными видами спорта.

Тема 25. Оценка скелетной массы (2 ч.)

Методика определения костного компонента. Определение абсолютного веса костной ткани. Определение относительного веса костной ткани. Величина показателя костного компонента у представителей разных видов спорта.

Тема 26. Оценка физического развития методом стандартов (2 ч.)

Сущность метода стандартов для определения уровня физического развития. Индивидуальный антропометрический профиль. Корреляция.

Тема 27. Оценка физического развития методом индексов (2 ч.)

Оценка физического развития методом индексов. Сущность метода индексов. Расчеты индексов: Кетле I, Кетле II (BMI), Брока, Пинье и другие, их сущность. Индексы Эрисмана и Ливи.

Тема 28. Определение осанки тела (2 ч.)

Виды осанки. Типы нарушений осанки. Методы исследования осанки: субъективные и объективные. Методики определения положения головы, плечевого пояса. Описание формы позвоночника, грудной клетки, живота, рук, ног.

Тема 29. Определение соматотипа (2 ч.)

Методики определения соматотипа. Определение соматотипа по методу Хит-Картера. Определение соматотипа по методу Р. Н. Дорохова.

Тема 30. Модельные характеристики спортсменов высокой квалификации (2 ч.)

Модельные характеристики спортсменов. Весо-ростовые показатели. Показатели физического развития. Физическая работоспособность и реакции физиологических систем представителей различных видов спорта.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Десятый семестр (84 ч.)

Модуль 1. Методы антропометрических исследований (42 ч.)

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

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 (весоростовой индекс), Эрисмана (индекс пропорциональности развития грудной клетки), индекс длины ног, показатель пропорциональности физического развития, показатель упитанности, показатель крепости телосложения, жизненный показатель.

3. Проанализируйте собственные результаты и сделайте соответствующие выводы.

4. На примере избранного вида спорта, разработайте модельные характеристики спортсмена.

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Провести визуальный осмотр стопы и определить ее свод.

2. Провести тест по определению амортизационных свойств стопы.

3. Провести мокрый тест и получить отпечаток стопы. Используя отпечаток стопы

рассчитать индекс Чижина.

Модуль 2. Методика антропометрических измерений (42 ч.)

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

1. Проведите соматоскопическое обследование друг друга по общепринятому плану: оцените положение головы, опишите плечевой пояс, проведите осмотр позвоночника, определите форму спины, определите форму грудной клетки и т. д..

2. Оформите результаты соматоскопического обследования в виде заключения и рекомендаций.

Вид СРС: * Выполнение индивидуальных заданий

1. Составьте схему-рисунок с обозначением антропометрических точек на поверхности тела. Проведите измерение антропометрических точек.

2. Разработайте карту антропометрического обследования и внесите в нее собственные данные измеренных параметров.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

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-2 ПК-2	5 курс, Десятый семестр	Зачет	Модуль 1: Методы антропометрических исследований.
ОПК-6 ПК-2	5 курс, Десятый семестр	Зачет	Модуль 2: Методика антропометрических измерений.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Биомеханика двигательных действий, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Основы ВНД и психического здоровья детей, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Педагогика и психология инклюзивного образования, Педагогика инклюзивного образования, Психологические основы безопасности, Психология, Психология инклюзивного образования, Психология физической культуры и спорта, Физиологические и психологические особенности адаптации к экстремальным ситуациям, Физическая культура в образовательном пространстве, Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата.

Компетенция ОПК-6 формируется в процессе изучения дисциплин:

Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии, Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Здоровье и безопасность человека в современном обществе, Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности, Основы ВНД и психического здоровья детей, Современные направления оздоровительных видов физической культуры.

Компетенция ПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Теория и методика физической культуры, Технологии физкультурно-спортивной деятельности, Валеологические технологии в деятельности спортивно-оздоровительной направленности, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой,

Подготовлено в системе 1С:Университет (000014816)

Здоровье и безопасность человека в современном обществе, Основы ВНД и психического здоровья детей, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры.

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 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе»; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками антропологических исследований.

Базовый уровень:

– знает и понимает теоретическое содержание дисциплины «Методика антропологических исследований при спортивном отборе»; демонстрирует практические умения проводить антропологические исследования. умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

– понимает теоретическое содержание дисциплины «Методика антропологических исследований при спортивном отборе»; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; имеет навыки проведения антропометрических исследований.

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
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 – 100%
Базовый	зачтено	76 – 89%
Пороговый	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	Не зачтено	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, применяемых при спортивном отборе. Демонстрирует умения проводит соматометрическое и соматоскопическое исследование.
Не зачтено	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: Методы антропометрических исследований

ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе

Подготовлено в системе 1С:Университет (000014816)

особых образовательных потребностей обучающихся

1. Выделить пять признаков нормальной осанки. Рассмотреть осанку представителей различных спортивных специализаций.

2. Объяснить, каким образом можно определить правильную осанку без антропологического инструментария.

3. Выделить морфологические признаки, позволяющие добиваться определенного результата в конкретном виде спорта.

4. Рассмотреть расположение жирового слоя на теле у представителей различных спортивных специализаций.

5. Объяснить, какие показатели определяют при ограниченной и расширенной программе антропометрического обследования человека.

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

1. Объяснить необходимость использования соматоскопии наряду с более точными измерительными методами при спортивном отборе.

2. Объяснить, почему в процессе тренировки определение относительной величины мышечной силы является более объективным показателем, чем определение абсолютной силы?

3. Объяснить гониометрический метод исследования величины углов движений в суставах.

4. Объяснить суть плантографического метода оценки плоскостопия. Привести пример обработки плантограммы.

5. Объяснить, как можно измерить длину тела (рост), определить степень ожирения без антропометрического инструментария.

Модуль 2: Методика антропометрических измерений

ОПК-6 готовностью к обеспечению жизни и здоровья обучающихся

1. Пояснить, почему занятия спортом, наряду с положительным влиянием на осанку может приводить и к ее дефектам?

2. Привести примеры влияния сводчатости стопы на локомоции спортсмена.

3. Назвать виды спорта, формирующие неправильную осанку и объяснить почему?

4. Привести примеры, влияния различных видов искривления позвоночника на формирование патологических форм грудной клетки.

5. Рассмотреть причины развития плоскостопия и реакцию отделов стопы на физическую нагрузку.

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

1. Обосновать роль антропометрических измерений в решении проблемы спортивного отбора.

2. На примере избранного вида спорта описать технологию спортивного отбора детей для занятий конкретным видом спорта.

3. Пояснить, что понимают под модельными характеристиками сильнейших спортсменов.

4. Составить модельные характеристика спортсменов в видах спорта по личному выбору.

5. Составить таблицу с указанием наибольшей подвижности в конкретных суставах в зависимости от спортивной специализации (гимнастика, фигурное катание, плавание, бокс и др.).

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

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

1. Охарактеризовать предмет, задачи, структуру и значение курса «Методика

Подготовлено в системе 1С:Университет (000014816)

антропометрических исследований при спортивном отборе» при решении проблемы отбора и прогнозирования результатов в спорте.

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

3. Сформулировать понятия о физическом развитии, телосложении и конституции.

4. Дать определение понятию «соматотип». Раскрыть значимость определения соматотипа при спортивном отборе

5. Охарактеризовать конституционные типы телосложения по М.В. Черноруцкому.

6. Объяснить соматотипирование детей и подростков по В.Г. Штефко и А.Д. Островскому.

7. Описать факторы, влияющие на формирование соматотипа.

8. Сформулировать определение «осанка». Охарактеризовать различные типы осанки тела человека.

9. Отметить причины возникновения нарушений осанки. Рассмотреть методы исследования нарушений осанки тела человека.

10. Охарактеризовать внешние формы туловища: спины, грудной клетки, живота; отметить разнообразие их форм.

11. Охарактеризовать формы верхних и нижних конечностей, разнообразие их форм.

12. Рассмотреть своды стопы. Охарактеризовать формы стопы. Рассмотреть реакцию отделов стопы на физическую нагрузку.

13. Объяснить причины развития плоскостопия. Рассмотреть методы определения плоскостопия (визуальный метод, подометрический метод Фридмана, функциональные пробы).

14. Охарактеризовать плантографию как метод оценки состояния сводов стопы. Провести анализ отпечатков стопы по И.М. Чижину.

15. Охарактеризовать метод калипперометрии. Объяснить определение степени жировотложения.

16. Выделить требования, предъявляемые к проведению антропометрических измерений.

17. Охарактеризовать антропометрический инструментарий, принцип устройства антропометрических инструментов.

18. Сформулировать понятие «антропометрические точки» и охарактеризовать основные антропометрические точки. Рассмотреть методику измерения высоты антропометрических точек над опорной поверхностью.

19. Рассмотреть виды антропометрических измерений: основные и дополнительные измерения.

20. Описать методы измерения продольных размеров тела (измерение роста стоя и сидя, измерение длины руки, ноги и их сегментов).

21. Описать методы измерения поперечных размеров тела (измерение ширины плеч, таза, диаметров грудной клетки, сегментов верхней и нижней конечностей).

22. Описать измерение обхватных размеров тела (измерение окружностей груди, живота, сегментов верхней и нижней конечностей).

23. Раскрыть методику определения силы мышц с помощью ручного и станкового динамометров.

24. Рассмотреть определение состава массы тела.

25. Объяснить оценку физического развития разными способами.

26. Объяснить определение сагиттальных и фронтальных кривизн позвоночного столба в статике и динамике.

27. Рассмотреть определение подвижности в суставах. Объяснить понятие рабочей и истинной подвижности суставов.

28. Раскрыть методику определения подвижности в плечевом, локтевом,

тазобедренном, коленном суставах, суставах стопы.

29. Охарактеризовать методику определения подвижности в голеностопном и предплюсневом суставах на рентгенограммах.

30. Объяснить значение типа телосложения при отборе и ориентации для занятий различными видами спорта.

31. Рассмотреть модельные характеристики сильнейших спортсменов в связи с проблемой спортивного отбора.

32. Раскрыть сущность прогнозирования спортивных достижений, прогнозирование спортивной одаренности.

33. Охарактеризовать метрологические основы спортивного отбора.

34. Охарактеризовать организацию и методику спортивного отбора.

35. Охарактеризовать основные методы антропометрических исследований, которые могут быть использованы при решении проблемы отбора и прогнозирования спортивных результатов.

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 видоизмененное 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

Основная литература

1. Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований : учеб. пособие / В. П. Губа, В. В. Маринич. – Москва : Спорт, 2016. – 233 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461305>. – ISBN 978-5-906839-25-1. – Текст : электронный.

2. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие [Электронный ресурс] / И.Н. Калинина, В.А. Блинов; Сибирский

государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 75 с. – режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>.

3. Фомина, Е.В. Физическая антропология: дыхание, кровообращение, иммунитет [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Фомина, А.Д. Ноздрачев ; Московский педагогический государственный университет. – 2-е изд. – Москва : МПГУ, 2017. – 188 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472085>.

Дополнительная литература

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) / М. Ф. Иваницкий. – Изд. 13-е. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430427>.

2. Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии / М.С. Рожков ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 136 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459429>.

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. – Текст : электронный.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://www.fizkultura.ru>– Медицинский справочник тренера по физиологии спортивной тренировки

2. <http://www.judolinda.ru>– 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;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

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 категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

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 на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

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 7Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2007
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем

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

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

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

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

Реализация учебной программы должна обеспечиваться 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 (105).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе: системный блок, монитор, фильтр, мышь, клавиатура.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Подготовлено в системе 1С:Университет (000014816)

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.

Помещение для самостоятельной работы (101)

Читальный зал

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 10 шт., проектор с экраном 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.)

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература

Стенды с тематическими выставками.

Помещение для самостоятельной работы

Читальный зал электронных ресурсов

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 12 шт., мультимедийный проектор 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.)

Учебно-наглядные пособия:

Презентации

Электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.