

**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: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта
Форма обучения: Заочная

Разработчики:

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

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

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

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

Зав. кафедрой  Трескин М.Ю.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

1. Цель изучения дисциплины – освоение основных антропологических методов исследования физического развития, необходимых для осуществления на научной основе тренировочного процесса в физическом воспитании и спорте.

Задачи дисциплины:

- ознакомление студентов с методами антропологических исследований, используемых при спортивном отборе;
- освоение основных антропологических методик исследования физического развития;
- ознакомление студентов со стандартами телосложения и составом тела спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в некоторых олимпийских видах спорта;
- ознакомление студентов с основными антропометрическими точками, размерами тела человека и местом их расположения.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.2.2 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 5 курсе, в 14 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: установки, полученные и сформированные человеком, «Спортивная метрология» знания, умения, способы деятельности и в ходе изучения дисциплин: «Анатомия».

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.2.2 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.Б.10 Анатомия человека;

Б1.Б.19 Основы медицинских знаний;

Б1.В.ОД.7 Биомеханика двигательной деятельности;

Б1.В.ОД.2 Спортивная метрология.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.2.2 «Методика антропологических исследований при спортивном отборе» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б3.Д.1 Выпускная квалификационная работа;

Б1.Б.23 Спортивная медицина;

Б1.В.ДВ.3.2 Комплексный медико-биологический контроль в спорте;

Б2.П.5 Преддипломная практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Методика антропологических исследований при спортивном отборе», включает: образование в сфере физической культуры, спорт, двигательную рекреацию и реабилитацию, пропаганду здорового образа жизни, сферу услуг, туризм, сферу управления, научно-исследовательские работы, исполнительское мастерство.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

– лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;

– процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;

– учебно-методическая и нормативная документация.

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 Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

ОПК-1 способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста.

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

тренерская деятельность.

ПК-10 способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.

Студент должен знать:

- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта);
- методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта.

Студент должен уметь:

- осуществление отбора обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине);
- пользоваться контрольно-измерительными приборами;
- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний для дальнейших занятий видом спорта у поступающих в группы совершенствования спортивного мастерства

Студент должен владеть:

- навыками консультирования обучающихся относительно порядка зачисления и тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства;
- навыками проведения отбора в группы этапа совершенствования спортивного мастерства.

ПК-29 способность применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы.

Студент должен знать:

- основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;
- порядок составления и ведения учетно-отчетной документации;

Студент должен уметь:

- использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности;

Студент должен владеть:

- навыками оценки эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности.
- навыками систематического первичного учета результатов тренировочного и соревновательного процесса (по виду спорта, спортивной дисциплине), в том числе с использованием электронных форм.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Четырнадцатый триместр
Контактная работа (всего)	8	8
Практические	8	8

Самостоятельная работа (всего)	60	60
Виды 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. Методы антропометрических исследований:

Соматоскопическое исследование. Антропометрия. Требования к антропометрическим измерениям.

Модуль 2. Методики антропометрических исследований при спортивном отборе:

Оценка физического развития методом стандартов. Оценка физического развития методом индексов.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (8 ч.)

Модуль 1. Методы антропометрических исследований (4 ч.)

Тема 1. Соматоскопическое исследование (2 ч.)

Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции. Соматотип спортсмена. Факторы, влияющие на формирование соматотипа спортсмена. Характеристика конституционных типов телосложения по М.В. Черноруцкому. Пропорции тела по В.В. Бунаку. Оценка соматотипа детей и подростков. Схема соматотипирования детей и подростков по В.Г. Штефко и А.Д. Островскому, по Л.Д. Заяц.

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

Понятие об антропометрии. Основные требования к проведению антропометрических измерений (поза измеряемого, место и время обследования, организация исследования). Антропометрический инструментарий. Правила пользования. Принцип устройства антропометрических инструментов. Антропометрические точки. Методика измерения высоты антропометрических точек над опорной поверхностью. Основные и дополнительные антропометрические измерения. Правила измерения продольных размеров тела (измерение роста стоя и сидя, измерение длин руки, ноги и их сегментов). Правила измерения поперечных размеров тела (измерение ширины плеч, таза, диаметров грудной клетки, сегментов верхней и нижней конечностей). Правила измерения обхватных размеров тела (измерение окружностей груди, живота, сегментов верхней и нижней конечностей). Измерение кожно-жировых складок. Методика определения силы мышц с помощью ручного и станового динамометров

Модуль 2. Методики антропометрических исследований при спортивном отборе (4 ч.)

Тема 3. Оценка физического развития методом стандартов (2 ч.)

Определение соматотипа человека: определение габаритного, компонентного, пропорционального уровней варьирования. Метод антропометрических стандартов. Метод корреляции.

Тема 4. Оценка физического развития методом индексов (2 ч.)

Оценка физического развития методом индексов. Определение весо-ростового, жизненного, силового индексов, индексов пропорциональности развития.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Четырнадцатый триместр (60 ч.)

Модуль 1. Методы антропометрических исследований (30 ч.)

Вид СРС: Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

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).

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. Проанализируйте собственные результаты и сделайте соответствующие выводы

Описать основные соматические показатели, изучаемые в спорте, спортивной медицине и фитнесе.

Зарисовать в тетрадь схему «Классификация и функциональные связи тотальных размеров тела

Заполнить таблицу «модели состава тела».

Перечислить основные соматологические показатели спортивного мастерства, с помощью которых во многом определяют пригодность к конкретной спортивной деятельности и успешность выступления в соревнованиях.

Используя теоретический материал по теме, изучите основные типы и варианты пропорций тела. Рассмотрите соотношение размеров различных частей тела относительно друг друга.

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

Запишите в тетрадь определения следующих терминов: тотальные размеры тела, длина тела, вес тела, обхват груди, пропорции тела, модуль, канон.

Охарактеризуйте динамику длины тела и роста тела человека в процессе жизни.

Определите свой индекс скелее по Мануврике, исходя из своих базовых данных (вес, рост). Соотнесите свой индекс с типами скелее: до 84,9 – брахискелее; 85,0–89,9 – мезоскелее; 90,0 и выше – макроскелее. Полученные данные занесите в таблицу.

Модуль 2. Методики антропометрических исследований при спортивном отборе (30 ч.)

Вид СРС: Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

Проведите соматоскопическое обследование друг друга по общепринятому плану. Оформите результаты соматоскопического обследования в виде заключения и протокола.

Используя метод индексов определить у себя уровень физического развития.

Подготовить конспект «Определение подвижности позвоночного столба и суставов с помощью рентгенограммы».

Примеры тем эссе, рефератов по учебной дисциплине:

Антропологические методы в спортивной антропологии, организация обследования для получения репрезентативных данных.

Системы определения антропологических признаков и методы спортивной антропологии. Антропологический бланк – смысл и информативность программы измерений.

Выбор статистических методов обработки антропометрических данных. Методы представления результатов обследования в спортивной антропологии.

Критерии анатоми-антропологического контроля в спорте. Набор признаков, используемых для оценки физического состояния и модельные признаки в спортивной антропологии.

Соматотипология спортсменов различных специализаций.

Проблема адаптации спортсмена к спортивному режиму, механизмы адаптации, факторы повышения адаптационных возможностей спортсмена.

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации 8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОПК-1	5 курс, Четырнадцатый триместр	Зачет	Модуль 1: Методы антропометрических исследований.
ПК-10 ПК-29	5 курс, Четырнадцатый триместр	Зачет	Модуль 2: Методики антропометрических исследований при спортивном отборе.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:
Компетенция ОПК-1 формируется в процессе изучения дисциплин:

Анатомия человека, Биохимия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Лечебная физическая культура и массаж, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальной медицинской группы, Педагогическое мастерство детского тренера, Преддипломная практика, Психическая саморегуляция в спорте, Спортивная медицина, Фармакология в спорте, Физиология спорта, Физиология человека, Физическая реабилитация в спортивной практике.

Компетенция ПК-10 формируется в процессе изучения дисциплин:

Комплексный медико-биологический контроль в спорте, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Педагогическая практика, Психологическое обеспечение подготовки спортсменов, Спортивная медицина, Спортивная метрология.

Компетенция ПК-29 формируется в процессе изучения дисциплин:

Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Основы медицинских знаний, Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте, Преддипломная практика, Технические средства обучения.

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"; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания дисциплины "Методика антропологических исследований при

спортивном отборе"; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки проведения антропометрических исследований; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание дисциплины "Методика антропологических исследований при спортивном отборе"; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения проводить антропологические исследования.

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	
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

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Методы антропометрических исследований

ОПК-1 способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста

1. Подготовить конспекты по темам: а) типы конституций; б) определение подвижности позвоночного столба и суставов с помощью рентгено-граммы.

2. Охарактеризовать особенности телосложения в разных видах спорта 3. Описать методы исследования в спортивной антропологии

4. Провести соматоскопическое обследование друг друга по общепринятому плану: исследовать позвоночник, оценить (описать) осанку, определить «треугольники талии» определить положение головы, плечевого пояса; определить форму грудной клетки, живота.

5. Сделать отпечаток стопы и определить ее форму вычислением индекса Чижина

6. Используя антропометрический инструментарий, измерить 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).

7. Измерить кожно-жировые складки. Определить степень жировотложения.

8. Найти на теле основные антропометрические точки и измерить их высоту над опорной поверхностью.

9. Освоить методику оценки показателей физического развития по методу стандартов, корреляции и индексов. Провести оценку результатов антропометрических измерений по этим методам.

10. Начертить антропометрический профиль физического развития

Модуль 2: Методики антропометрических исследований при спортивном отборе

ПК-10 способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению

антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся

1. Разработать карту антропометрического обследования и внести в нее собственные данные измеренных параметров

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

3. характеризовать орфологические особенности как критерии спортивного отбора для разных видов спорта

4. Описать особенности телосложения в разных видах спорта

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

ПК-29 способность применять методы обработки использованием методов математической статистики, формулировать и представлять обобщения и выводы результатов исследований с информационных технологий,

1. Основные требования к проведению антропометрических измерений

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

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

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

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

8.4. Вопросы промежуточной аттестации Четырнадцатый триместр (Зачет, ОПК-1, ПК-10, ПК-29)

1. Охарактеризуйте предмет, задачи, структура и значение курса

2. Общая характеристика проблемы отбора и прогнозирования результатов в спорте. Актуальность данной темы

3. Опишите роль антропометрических измерений в решении проблемы спортивного отбора

4. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции

5. Понятие о соматотипе. Значимость определения соматотипа при спортивном отборе

6. Охарактеризуйте конституционные типы телосложения по М.В. Черноруцкому

7. Соматотипирование детей и подростков по В.Г. Штефко и А.Д. Островскому, по Л.Д. Заяц

8. Опишите факторы, влияющие на формирование соматотипа

9. Понятие об осанке. Характеристика различных типов осанки тела человека. 10. Опишите сколиозы. Степени сколиозов, их характеристика

11. Расскажите причины возникновения нарушений осанки. Методы исследования нарушений осанки тела человека

12. Охарактеризуйте внешние формы туловища: спины, грудной клетки, живота, разнообразие их форм

13. Дайте характеристику внешней формы верхних и нижних конечностей, разнообразие их форм

14. Стопа, ее своды. Формы стопы, их характеристика. Реакция отделов стопы на физическую нагрузку

15. Плоскостопие, причины развития плоскостопия. Методы определения плоскостопия (визуальный метод, подометрический метод Фридмана, функциональные пробы)

16. Опишите плантографию как метод оценки состояния сводов стопы. Анализ отпечатков стопы по И.М. Чижину

17. Раскройте методику определения степени жировоголожения

18. Опишите требования, предъявляемые к проведению антропометрических из-

мерений.

19. Охарактеризуйте антропометрический инструментарий. Принцип устройства антро-пометрических инструментов

20. Охарактеризуйте основные антропометрические точки. Методика измерения высоты антропометрических точек над опорной поверхностью

21. Виды антропометрических измерений. Основные и дополнительные измерения.

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

23. Опишите методику измерения поперечных размеров тела (измерение ширины плеч, таза, диаметров грудной клетки, сегментов верхней и нижней конечностей).

24. Опишите методику измерения обхватных размеров тела (измерение окружностей груди, живота, сегментов верхней и нижней конечностей).

25. Опишите методику определения силы мышц с помощью ручного и станового динамометров

26. Опишите методику измерения кожно-жировых складок 27. Опишите методику определения состава массы тела

28. Опишите методику измерения габаритного, компонентного, пропорционального уровней варьирования

29. Охарактеризуйте метод антропометрических стандартов 30. Опишите метод корреляции

31. Опишите метод индексов

32. Охарактеризуйте методы оценки физического развития

33. Опишите методику определения сагиттальных и фронтальных кривизн позвоночного столба в статике и динамике

34. Определение подвижности в суставах. Рабочая и истинная подвижность суставов

35. Опишите методику определения подвижности в плечевом, локтевом, тазобедренном, коленном суставах, суставах стопы

36. Раскройте возможности прогнозирования спортивных достижений. Прогнозирование спортивной одаренности

37. Охарактеризуйте 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

Процедура промежуточной аттестации в институте регулируется «Положением о зачетно-экзаменационной сессии в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14); «Положением о независимом мониторинге качества образования студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о фонде оценочных средств дисциплины в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о курсовой работе студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 20.10.2014 г., протокол №4).

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. 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>

2. Мельникова, Н. А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Текст] : учеб. пособие / Н. А. Мельникова, М. В. Лапшина ; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2013. - 205 с.

3. Пожарова, Г. В. Традиционные и современные методы диагностики здоровья и функциональной подготовленности спортсменов [Текст] : учеб. пособие / Г. В. Пожарова, Г. Г. Федотова, М. А. Гераськина ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2015. – 120 с.

4. Спортивная медицина: Справочник для врачей и тренеров [Электронный ресурс] / 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. – Режим доступа: // biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298272

Дополнительная литература

1. Ланда, Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б. Х. Ланда. – М. : Советский спорт, 2011. – 348 с.

2. Фомина, Е.В. Физическая антропология: дыхание, кровообращение, иммунитет / Е.В. Фомина, А.Д. Ноздрачев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – 2-е изд. – Москва : МПГУ, 2017. – 188 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: URL <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472085>

3. 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. : ил. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459429>

4. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : [12+] / М.Ф. Иваницкий. – Изд. 13-е. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. : ил. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430427>

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

При изучении дисциплины используется интерактивный комплекс Flipbox для проведения презентаций и видеоконференций, система iSpring в процессе проверки знаний по электронным тест-тренажерам

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1С:Университет.

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.

12. Перечень информационных технологий

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 (обновление выполняется еженедельно)

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

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
3. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
4. 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 лабораторных занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет

Реализация учебной программы должна обеспечиваться доступом каждого студента к информационным ресурсам – институтскому библиотечному фонду 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.

Оснащение аудиторий

1. АМР (в составе: системный блок, сетевой фильтр, клавиатура, мышь, колонки) - 1 шт.