

**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): Спортивная антропология

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

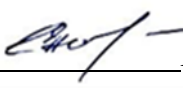
Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: Очная

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

Цель изучения дисциплины – обобщение данных о типах пропорций тела и конституциональной предрасположенности к достижениям в определенных видах спорта; подготовка бакалавров к научно обоснованному проведению тренировочного процесса с учетом морфологических особенностей строения тела спортсменов.

Задачи дисциплины:

- сформировать представления об анатомо-морфологических, физиологических, биохимических, биомеханических, психологических особенностях физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм занимающихся с учетом пола и возраста;
- раскрыть вопросы о значении размеров тела, их соотношений (пропорций тела) и конституциональных особенностей человека для спортивных достижений по основным спортивным специализациям;
- рассмотреть схемы конституциональных соматотипов и факторы, способствующие формированию и закреплению типов конституций;
- проанализировать взаимосвязь морфологических характеристик со спортивными достижениями представителей различных видов спорта;
- привить бакалаврам практические навыки определения и оценки телосложения и физического развития спортсменов по морфологическим признакам;
- способствовать применению знаний, полученных в ходе изучения курса целенаправленному начальному отбору и спортивной ориентации детей в спортивные школы и секции с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.3.3 «Спортивная антропология» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 8 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ медико-биологических дисциплин.

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.3.3 «Спортивная антропология» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.Б.10 Анатомия человека; Б1.Б.14 Физиология человека;

Б1.Б.19 Основы медицинских знаний.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.3.3 «Спортивная антропология» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б3.Д.1 Выпускная квалификационная работа;

Б1.В.ДВ.2.2 Методика антропологических исследований при спортивном отборе;
Б2.П.4 Преддипломная практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Спортивная антропология», 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 способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста

Студент должен знать:

- методики контроля и оценки физической подготовленности спортсменов;
- основы техники в избранном виде спорта;
- методики контроля и оценки физической подготовленности спортсменов;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта;
- общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями);

Студент должен уметь:

- выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся;
- оценивать эффективность подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности;

Студент должен владеть:

- навыками планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства;
- навыками внедрения современных, в том числе новейших, методик подготовки спортсменов по программам этапа совершенствования спортивного мастерства.
- навыками взаимодействия с физкультурно-спортивными организациями субъекта Российской Федерации в целях пополнения резерва спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине).

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

тренировочная деятельность

ПК-10 способностью 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:

- осуществлять отбор обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине);
- 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 отбор в группы этапа совершенствования спортивного мастерства;
 - навыками использования контрольно-измерительными приборами.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Восьмой семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Лабораторные	36	36
Самостоятельная работа (всего)	72	72
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины *Модуль 1. Антропометрия и состав тела:*

Предмет и задачи дисциплины. Общие размеры тела. Состав тела. Изменение состава тела в процессе тренировки. Учение о конституции человека. Связь конституционных особенностей со спортивной специализацией. Конституциональные особенности спортсменов различных специализаций. Морфологические особенности спортсмена.

Модуль 2. Соматический статус и спортивная специализация:

Антропометрическое исследование спортсменов. Соматоскопическое исследование спортсменов. Вычисление индексов и показателей физического развития. Методы изучения морфологических особенностей спортсмена. Морфологические особенности спортсмена. Оценка физического развития разными методами. Учет морфологических критериев при спортивном отборе. Влияние средовых факторов на ростовые процессы. Взаимосвязь антропометрических характеристик со спортивными достижениями.

5.2. Содержание дисциплины: Лабораторные (40 ч.) *Модуль 1. Антропометрия и состав тела (20 ч.)*

Тема 1. Предмет и задачи дисциплины (2 ч.)

Введение. Основное содержание, цель и задачи курса «Спортивная антропология». Краткий исторический очерк развития спортивной антропологии. Современные проблемы спортивной антропологии. Значение спортивной антропологии в системе подготовки тренеров и педагогов по физической культуре и спорту.

Общебиологические основы адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам. Тема 2. Общие размеры тела (2 ч.)

Понятие о тотальных размерах тела. Весовые и пространственные тотальные размеры тела. Определение понятия «пропорции тела». Учение о пропорциях тела. Способы оценки пропорций тела. Пропорции тела у спортсменов различных специализаций. Возрастная изменчивость пропорций тела. Половые различия в пропорциях тела.

Тема 3. Состав тела. Изменение состава тела в процессе тренировки (2 ч.)

Понятие о составе тела. Основные модели и концепции изучения состава тела. Возрастно-половые вариации компонентов веса тела. Изменения состава тела под влиянием занятий спортом.

Тема 4. Учение о конституции человека (2 ч.)

Понятие о конституции (телосложении). Учение о конституции человека. Классификация – схемы соматотипов (В. В. Бунак, М. В. Черноруцкий, В. П. Чтецов и др.).

Тема 5. Учение о конституции человека (2 ч.)

Схема конституциональных типов детей (В. Г. Штефко, А. Д. Островский). Женские конституции (И. Б. Галант).

Тема 6. Связь конституционных особенностей со спортивной специализацией (2 ч.)

Факторы, способствующие формированию и закреплению типов конституций. Конституция и физиологические особенности организма. Зависимость некоторых физиологических показателей организма от телосложения.

Тема 7. Конституциональные особенности спортсменов различных специализаций (2 ч.)

Конституциональные особенности спортсменов различных специализаций. Модельные характеристики спортсменов высокого класса.

Тема 8. Связь конституционных особенностей со спортивной специализацией (2 ч.) Конституциональная предрасположенность к достижениям в определенных видах спорта. Формирование определенного телосложения у представителей различных видов спорта. Пропорции тела и конституциональные особенности легкоатлетов, гимнастов, борцов, тяжелоатлетов, лыжников, конькобежцев, пловцов и др.

Тема 9. Связь конституционных особенностей со спортивной специализацией (2 ч.) Взаимосвязь морфологических характеристик со спортивными достижениями в различных видах спорта. Учет особенностей пропорций и конституций при отборе детей в спортивные секции.

Тема 10. Морфологические особенности спортсмена (2 ч.)

Понятие о физическом развитии. Показатели физического развития. Методы оценки физического развития. Оценка физического развития и особенностей телосложения. Морфологические показатели, используемые в целях спортивной ориентации и отбора. Наследуемость некоторых морфометрических признаков у человека.

Особенности физического развития у спортсменов различных специализаций. **Модуль 2. Соматический статус и спортивная специализация (16 ч.)**

Тема 11. Антропометрическое исследование спортсменов (2 ч.)

Антропометрия (соматометрия). Основные и дополнительные антропометрические показатели. Основные требования антропометрических исследований.

Тема 12. Антропометрическое исследование спортсменов (2 ч.)

Определение продольных, поперечных и обхватных размеров тела; толщины кожно-жировых складок. .

Тема 13. Соматоскопическое исследование спортсменов (2 ч.)

Соматоскопия (наружный осмотр). Соматоскопическая оценка опорно-двигательного аппарата. Осанка и ее виды. Форма грудной клетки, спины, живота, ног.

Тема 14. Вычисление индексов и показателей физического развития (2 ч.) 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.

Тема 15. Методы изучения морфологических особенностей спортсмена (2 ч.) Основные морфометрические методы в спорте. Их значение в спортивном отборе.

Тема 16. Морфологические особенности спортсмена (2 ч.)

Взаимосвязь морфологических характеристик со спортивными достижениями в различных видах спорта. Учет особенностей пропорций и конституций при отборе детей в спортивные секции. Особенности физического развития у спортсменов различных специализаций.

Тема 17. Оценка физического развития разными методами (2 ч.)

Физическое развитие. Методы исследования физического развития. Особенности физического развития у спортсменов различных специализаций.

Тема 18. Учет морфологических критериев при спортивном отборе (2 ч.)

Взаимосвязь морфологических характеристик со спортивными достижениями в

различных видах спорта. Учет особенностей пропорций и конституций при отборе детей в спортивные секции.

Влияние факторов среды на ростовые процессы и изменчивость морфологических и функциональных показателей организма. Морфологические особенности, характерные для населения умеренного пояса.

Влияние средовых факторов на морфофункциональные особенности населения Республики Мордовия. Влияние геохимического фактора на степень минерализации, размеры скелета и форму некоторых его частей, ростовые процессы. Содержание микро- и макроэлементов в почвах Мордовии. Зависимость некоторых морфологических признаков от химического состава почв. Связь содержания в почвах фосфора, кальция, алюминия и железа с длиной тела, продольным диаметром головы и лица.

Взаимосвязь морфологических характеристик со спортивными достижениями в различных видах спорта. Учет особенностей пропорций и конституций при отборе детей в спортивные секции.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы Восьмой семестр (72 ч.)

Модуль 1. Антропометрия и состав тела (36 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовить материал о пропорциях тела спортсменов разных специализаций в виде набора слайдов.

Модуль 2. Соматический статус и спортивная специализация (34 ч.)

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Используя собственные антропометрические данные вычислить следующие индексы и показатели: индекс Брока-Бругша, Кетле (вес-ростовой индекс), Эрисмана (индекс пропорциональности развития грудной клетки), индекс длины ног, показатель пропорциональности физического развития, показатель упитанности, показатель крепости телосложения, жизненный показатель и другие. Проанализировать полученные результаты и сделать соответствующие выводы.

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	4 курс, Восьмой семестр	Зачет	Модуль 1: Антропометрия и состав тела
ПК-10	4 курс, Восьмой семестр	Зачет	Модуль 2: Соматический статус и спортивная специализация .

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:
Компетенция ОПК-5 формируется в процессе изучения дисциплин:

Биомеханика двигательной деятельности, Выпускная квалификационная работа, Государственный экзамен, Основы медицинских знаний, Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Преддипломная практика, Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта, Современные технологии оценки здоровья и функциональных показателей организма, Спортивная антропология, Физиология спорта, Физиология человека, Физическая культура и спорт.

Компетенция ПК-10 формируется в процессе изучения дисциплин:

Выпускная квалификационная работа, Государственный экзамен, Комплексный

медико-биологический контроль в спорте, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Педагогическая практика, Спортивная антропология, Спортивная медицина, Спортивная метрология.

Компетенция ПК-13 формируется в процессе изучения дисциплин:

Выпускная квалификационная работа, Государственный экзамен, Допинг-контроль в спорте, Комплексный медико-биологический контроль в спорте, Педагогика, Педагогика физической культуры и спорта, Педагогическая практика, Педагогическое мастерство детского тренера, Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта, Современные технологии оценки здоровья и функциональных показателей организма, Спортивная антропология, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Фармакология в спорте, Физиология спорта.

Компетенция ПК-15 формируется в процессе изучения дисциплин:

Педагогическая практика, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, Психическая саморегуляция в спорте, Психологическое обеспечение подготовки спортсменов, Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта, Система соревновательной деятельности спортсменов, Спортивная антропология, Спортивная медицина, Спортивно-педагогический практикум, Теория и методика избранного вида спорта, Теория и методика обучения базовым видам спорта, Элективные курсы по физической культуре и спорту.

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 "Спортивная антропология"; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками антропометрического обследования.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины "Спортивная антропология"; 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	зачтено	60 – 75%

Ниже	2	незачтено	Ниже 60%
------	---	-----------	----------

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: терминологию, основные понятия и положения дисциплины; основные антропометрические характеристики, используемые в спортивном отборе, правила проведения антропометрических измерений; методы антропометрических исследований. Владеет методами антропологического исследования, применяемых при спортивном отборе. Демонстрирует умения проводить соматометрическое и соматоскопическое исследование.
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: Антропометрия и состав тела

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

1. Изучить основные типы и варианты пропорций тела.
2. Определить пропорции собственной фигуры, используя правила (каноны) пропорций различных частей тела.
3. Рассмотреть состав тела; отметить изменения состава тела под влиянием занятий спортом.
4. Провести сравнительный анализ различных соматотипов.
5. Рассмотреть описательные показатели физического развития: формы грудной клетки, живота, спины, ног; классификацию осанки; степень развития мускулатуры, жиротложение
6. Антропометрическим методом определить размеры грудной клетки при вдохе и выдохе; вычислить подвижность грудной клетки при дыхании (экскурсию).
7. Вычислить 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

Модуль 2: Соматический статус и спортивная специализация.

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

1. Рассмотреть особенности пропорций тела, представителей различных видов спорта.
2. Рассмотреть состав тела; отметить изменения состава тела под влиянием занятий спортом.
3. Отметить структурно-функциональные изменения грудной клетки у спортсменов различных специализаций.
4. Составить модельные характеристики спортсменов высокого класса.
5. Выделить морфологические признаки, характерные для представителей различных спортивных специализаций
6. Отметить морфологические при-знаки, позволяющие добиться определенного

результата в конкретном виде спорта

7. Отметить морфологические признаки, позволяющие добиться определенного результата в конкретном виде спорта

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

9. Рассмотреть морфологические критерии отбора в различные секции.

10. Пропорции тела у спортсменов различных специализаций.

11. Конституциональные особенности спортсменов различных специализаций.

13. Пропорции тела и конституциональные особенности легкоатлетов, гимнастов, борцов, тяжелоатлетов, лыжников, конькобежцев, пловцов и др.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации Восьмой семестр (Зачет, ОПК-1, ПК-10)

1. Дайте определение спортивной антропологии, охарактеризуйте ее цели и задачи.

2. Охарактеризуйте антропологические методы исследования морфологической изменчивости человека

3. Охарактеризовать основные модели состава тела человека

4. Какие размеры тела называются тотальными?

5. Какие размеры тела относятся к весовым; к пространственным?

6. Что понимают под пропорцией тела?

7. От каких параметров зависит пропорция тела?

8. Антропология как наука. Основные особенности российской антропологической науки.

9. Возрастная антропология. Способы исследований возрастной изменчивости, кривая роста. 10. Охарактеризуйте три основных типа пропорций тела.

11. Назовите отличия пропорций тела спортсменов различных спортивных специализаций. 12. Что понимают под составом тела?

13. Какой из компонентов состава тела подвержен наибольшей изменчивости на протяжении жизни человека и почему?

14. Назовите модели изучения состава тела. 15. Что обозначают термином «конституция»?

16. Какие признаки положены в основу классификации наиболее распространенных схем соматотипов по М.В. Черноруцкому, В.В. Бунаку, С. Шелдону, Кречмеру, И.Б. Галанту?

17. Назовите физиологические показатели, которые зависят от телосложения.

18. Назовите физиологические показатели, которые зависят от телосложения

19. Общая характеристика метода биоимпедансного анализа состава тела.

20. Клеточная масса тела, физиологическое значение данного показателя

21. Основные объекты исследования морфологической изменчивости человека. Прикладное значение их изучения для спорта, спортивной медицины и фитнеса. Содержание каждого из объектов.

22. Анатомические точки на теле человека, определяемые в ходе антропометрических измерений

23. Основное оборудование, используемое при измерении продольных, поперечных и обхватных размеров тела человека в спортивной антропологии, врачебном контроле и фитнесе

24. Основные требования к антропометрическим обследованиям спортсменов

25. Основные ошибки, допускаемые в ходе антропометрических измерений

26. Основные диаметры, измеряемые при антропометрических обследованиях спортсменов и инструменты, которыми при этом пользуются

27. Обхватные размеры тела, измеряемые при антропометрических обследованиях, и

соответствующий инструментарий

28. Кожно-жировые складки, измеряемые для оценки жировой массы тела
29. Основные показатели, включаемые в протокол обследования лиц, занимающихся спортом, фитнесом, и лиц, не занимающихся спортом
30. Удельный вес тела человека и его значение для характеристики представителей разных видов спорта
31. Индекс массы тела (ИМТ). Характеристика нормальных значений для людей разного пола и возраста в общей популяции. Связь ИМТ с заболеваемостью и смертностью.
32. Модели и методы определения состава тела человека, основные показатели состава тела
33. Прямые и непрямые методы оценки состава тела. Инварианты состава тела. Понятие эталонного метода
34. Общая вода организма. Основные составляющие, биологический смысл
35. В чем суть метода соматоскопии, какие морфологические особенности можно определить данным методом?
36. Охарактеризуйте формы грудной клетки соответственно конституциональным типам.
37. Охарактеризуйте основные виды осанки
38. Назовите признаки, характерные для нормальной осанки.
39. Назовите виды стопы, как определяется сводчатость стопы?
40. Назовите методы оценки физического развития; их суть.

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. Ванесян, А.С. Антропология : учебное пособие [Электронный ресурс] / А.С.

Ванесян. – М.; Берлин : Директ–Медиа, 2015. – 192 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275450>

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. Клягин, Н.В. Современная антропология : учебное пособие [Электронный ресурс] / Н.В. Клягин. – М. : Логос, 2014. – 624 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=23378>

4. 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.

5. 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.

Дополнительная литература

1. Лукьянова, И. Е. Антропология : учеб. пособие / И. Е. Лукьянова, В. А. Овчаренко. – М. : ИНФА-М, 2011. – 240 с.

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

3. 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>

4. 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: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459429>

5. 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: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430427>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.sportmedhelp.ru - Патология, связанная с занятиями спортом

2. www.sportivmed.ru - Медицинское обеспечение тренировок и соревнований

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. 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 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 студентами фиксируются в информационной системе 1 С: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.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ) № 302.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

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

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

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

Мультимедийный класс № 107.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, коврик), проектор, интерактивный экран, лазерная указка, доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.