

**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)
Спортивная морфология**

Уровень ОПОП: Магистратура

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Естественные основы физической культуры и спорта

Форма обучения: Заочная

Разработчики: Н. А. Комарова, кандидат биологических наук, доцент кафедры физического воспитания и спортивных дисциплин; Л. Е. Игнатьева, кандидат биологических наук, доцент кафедры физического воспитания и спортивных дисциплин

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 11 от 15.05.2018 года

И. о. зав. кафедрой _____  Четайкина О. В.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 29.08.2019 года

Зав. кафедрой _____  Трескин М. Ю.

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 – изучение закономерностей изменения внешних форм тела и внутреннего строения организма спортсменов, его отдельных органов и систем под влиянием физических нагрузок.

Задачи дисциплины:

- изучение морфофункциональные проявления адаптации организма на разных уровнях его организации к действию физических нагрузок с учетом средств и методов физической культуры;
- установление информативности морфофункциональных признаков как критериев контроля за состоянием тренированности спортсмена;
- определение морфофункциональных признаков, которые могут быть использованы в качестве критериев спортивного отбора и спортивной ориентации.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина ФТД.02 «Спортивная морфология» относится к факультативным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знания анатомии, физиологии, основ медицинских знаний, приобретенные на уровне бакалавриата.

Изучению дисциплины ФТД.02 «Спортивная морфология» предшествует освоение дисциплин (практик):

ФТД.03 Спортивная антропология;

Б1.В.04 Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности.

Освоение дисциплины ФТД.02 «Спортивная морфология» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.03 Медико-биологические и психолого-педагогические критерии отбора лиц для занятий физической культурой и спортом;

Б1.В.06 Медико-биологические технологии повышения работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом;

Б1.В.ДВ.01.02 Физиологические и психофизические требования к обучающимся на этапах спортивной подготовки;

Б1.В.ДВ.02.01 Генетика спортивной деятельности;

Б1.В.ДВ.02.02 Медико-биологические основы реабилитации.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Спортивная морфология», включает: физкультурное образование, спорт, двигательную рекреацию и реабилитацию, пропаганду здорового стиля 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 (педагогическая деятельность в сфере физкультурного образования, спорта, двигательная рекреация и реабилитация, пропаганда здорового стиля жизни, сфера услуг, туризм, сфера управления, научно-изыскательные работы, исполнительское мастерство) (педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования)), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №603н от 08.09.2015).

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

научно-исследовательская деятельность

ПК-25. способностью использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта.	
ПК-25. способностью использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта.	<i>знать:</i> - терминологию и определения понятий спортивной антропологии; - оптимальные величины тотальных размеров, типы пропорций тела; - особенности пропорций и конституции тела, характерные для спортсменов разных квалификаций и возраста; - компоненты состава тела и их изменения под влиянием занятий спортом; - методы антропометрических исследований при спортивном отборе; <i>уметь:</i> - реализовать в практической деятельности знания о типах про-порций и конституциональной предрасположенности к достижениям в определенных видах спорта; - владеть методами антропологических исследований; - осуществлять целенаправленный отбор детей в спортивные секции для занятий конкретными видами спорта с учетом морфофункциональных особенностей организма; <i>владеть:</i> - навыками антропологического обследования спортсменов;

	методикой спортивного отбора и ориентации с учетом конституциональных особенностей организма..
--	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Шестой триместр
Контактная работа (всего)	4	4
Лекции	4	4
Самостоятельная работа (всего)	64	64
Вид промежуточной аттестации	4	4
Зачет	4	4
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1 Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов при занятиях спортом:

Основных закономерности процессов роста и развития организма человека и критерии биологического возраста для спортивной ориентации и отбора в юношеском спорте. Морфологические проявления компенсаторно-приспособительных процессов.

Модуль 2 Пропорции тела и конституциональные особенности спортсменов разных специализаций:

Особенности пропорций тела, представителей различных видов спорта. Морфофункциональные изменения органов и систем под влиянием физических нагрузок.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (4 ч.)

Модуль 1. Пропорции тела и конституциональные особенности спортсменов разных специализаций (2 ч.)

Тема 1. Пропорции тела у спортсменов различных специализаций. Конституциональные особенности строения тела человека (2 ч.)

Модули и каноны. Типы и способы оценки пропорций тела. Пропорции тела у спортсменов различных специализаций. Схемы нормальных конституций. Конституциональные особенности спортсменов различных специализаций. Изменчивость конституциональных типов.

Модуль 2. Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов при занятиях спортом (2 ч.)

Тема 3. Морфологические проявления компенсаторно-приспособительных процессов (2 ч.)

Понятие о компенсаторных и приспособительных реакциях организма. Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов. Проявление компенсаторно-приспособительных процессов в виде

гипертрофии и гиперплазии и их механизмы. Структурные изменения в костной системе под влиянием физических нагрузок. Адаптационные изменения в костной системе у спортсменов. Структурная перестройка мышечной системы под влиянием физических нагрузок. Рабочая гипертрофия мышечной ткани. Проявления атрофии и дистрофии. Причины развития атрофических и дистрофических изменений.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Шестой триместр (64 ч.)

Модуль 1. Пропорции тела и конституциональные особенности спортсменов разных специализаций (32 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Тематика докладов:

1. Понятие «спортивная морфология», объект изучения предмета, задачи, методы исследования.

3. Понятие роста и развития организма, методы изучения.

4. Основные закономерности роста и развития.

5. Факторы роста и развития организма.

6. Старение организма.

7. Акселерация. Роль акселерации в спортивной деятельности.

8. Тотальные (длина тела, вес тела, обхват грудной клетки) и парциальные размеры тела.

9. Пропорции тела, пропорции тела у спортсменов различных специализаций.

10. Состав тела. Методы, изучающие состав тела. Изменение состава тела под влиянием занятий спортом.

11. Физическое развитие. Методы оценки физического развития. Оценка физического развития спортсменов.

12. Конституция. Подходы к определению конституции. Факторы обуславливающие конституцию.

13. Адаптация и ее понятие в конституциональной морфологии.

14. Компенсаторные реакции. Понятие, виды, механизм развития, биологическая роль.

16. Приспособительные реакции. Понятие, виды, механизм развития.

17. Гипертрофия и атрофия. Понятие, механизм развития.

18. Структурные изменения в костной системе под влиянием физических нагрузок.

19. Методы исследования костной системы

Модуль 2. Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов при ранениях спортом (27 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Примерная тематика рефератов

1. Условия и особенности исследования осанки тела и стопы.
2. Основы адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам. Особенности реагирования живой системы. Стадии адаптации. Характер адаптационных сдвигов.
3. Морфологические проявления компенсаторно-приспособительных процессов – гипертрофия и атрофия.
4. Изменения состава тела под влиянием занятий спортом.
5. Структурные изменения в костной системе под влиянием физических нагрузок.
6. Особенности строения суставно-связочного аппарата у спортсменов.
7. Подвижность грудной клетки и диафрагмы у спортсменов.
8. Смещаемость внутренних органов у спортсменов.
9. Пропорции тела. Модули и каноны. Типы и способы оценки пропорций тела.
10. Пропорции тела у спортсменов различных специализаций.
11. Конституции человека. Схемы нормальных конституций.
12. Конституциональные особенности спортсменов различных специализаций. Изменчивость конституциональных типов.
13. Методы оценки физического развития.
14. Особенности физического развития у спортсменов различных специализаций.

7. Тематика курсовых работ

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, триместр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ПК-25	2 курс, Шестой триместр	Зачет	Модуль 1: Пропорции тела и конституциональные особенности спортсменов разных специализаций.
ПК-25	2 курс, Шестой триместр	Зачет	Модуль 2: Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов при ранящих спорте.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ПК-25 формируется в процессе изучения дисциплин:

Медико-биологические технологии повышения работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом, Современные методы статистической обработки экспериментальных данных в физическом воспитании и спорте, Спортивная антропология, Спортивная морфология, Технологии научных исследований в области физической культуры и спорта.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

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

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

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

Уровень ниже порогового:

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

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

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: терминологию, основные понятия и положения дисциплины; основные антропометрические характеристики, используемые в спортивном отборе, правила проведения антропометрических измерений; методы антропометрических исследований. Владеет методами морфометрического 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. Пропорции тела и конституциональные особенности спортсменов разных специализаций

ПК-25 способность использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта

1. Обоснуйте необходимость знания основных закономерностей процессов роста и развития организма человека и критериев биологического возраста для спортивной ориентации и отбора в юношеском спорте.

2. Сравните аналитические методы определения состава тела и биоимпедансометрию.

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

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

5. Отметьте признаки, лежащие в основе классификаций конституций разными авторами.

6. Рассмотрите описательные показатели физического развития: формы грудной клетки, живота, спины, ног; классификацию осанки; степень развития мускулатуры, жировое отложение

Модуль 2: Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов при ранящих нагрузках

ПК-25 способность использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта

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

2. В чем, на Ваш взгляд, состоит решение проблемы формирования здорового образа жизни в спортивной среде?

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

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

5. Составить модельные характеристики спортсменов высокого класса.

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

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Шестой триместр (Зачет, ПК-25)

Типовые вопросы к зачету

1. Охарактеризуйте морфологию как учебная дисциплина. Предмет, задачи, роль спортивной морфологии в подготовке специалистов по физической культуре и спорту.

2. Опишите методы исследования в спортивной морфологии. Условия и последовательность проведения антропометрических исследований.

3. Опишите измерения и вычисления продольных, поперечных и обхватных размеров.

4. Расскажите, какие измерительные и описательные методы спортивной морфологии Вы знаете и умеете применять на практике?

5. Обоснуйте основные принципы определения продольных и поперечных размеров тела и сегментов тела.

6. Охарактеризуйте особенности измерения обхватных размеров тела и сегментов тела, оценка вклада толщины жировых складок.

7. Сравните аналитические методы определения состава тела и биоимпедансометрию.

8. Оцените использование антропоскопии при соматотипировании и соматотипирование на основании размерных признаков.

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

10. Как учесть влияние распределения показателей признака и численности выборки при выборе статистических методов обработки полученных антропометрических данных.

11. Какие методы представления результатов обследования в спортивной морфологии вы знаете?

12. Обоснуйте необходимость знания основных закономерностей процессов роста и развития организма человека и критериев биологического возраста для спортивной ориентации и отбора в юношеском спорте.

13. Назовите основные эндогенные и экзогенные факторы роста, опишите их влияние на формирование фенотипа спортсмена, рациональные границы модификации.

14. Каковы критерии анатомо-антропологического контроля в спорте?

15. В чем состоит проблема соматотипологии спортсменов различных специализаций?

16. Расскажите о проблеме адаптации спортсмена к спортивному режиму, механизмах адаптации, факторах повышения адаптационных возможностей спортсмена.

17. В чем, на Ваш взгляд, состоит решение проблемы формирования здорового образа жизни в спортивной среде?

18. Опишите анатомические основы учения о конституции и пропорциях тела человека. Определение морфологических точек тела.

19. Опишите анатомические основы учения о конституции и пропорциях тела человека. Измерения и вычисления продольных размеров тела.

20. Опишите определение толщины кожно-жировых складок. Измерение кожно-жировых складок спины, области груди, области живота.

21. Охарактеризуйте анатомо-антропологические механизмы адаптации к различным физическим нагрузкам систем организма человека.

22. Раскройте влияние физических нагрузок на морфологические особенности сердечно-сосудистой системы

23. Опишите методы оценки физического развития.

24. Опишите структурные изменения в костной системе под влиянием физических нагрузок. Методы исследования костной системы.

25. Опишите тотальные (длина тела, вес тела, обхват грудной клетки) и парциальные размеры.

26. Опишите морфологические проявления компенсаторно-приспособительных процессов - гипертрофия и атрофия.

27. Раскройте суть анатомического анализа различных положений и движений спортсменов по видам спорта.

28. Раскройте конституциональные особенности спортсменов различных специализаций. Изменчивость конституциональных типов.

29. Опишите методы исследования в спортивной морфологии. Условия и последовательность проведения антропометрических исследований.

30. Охарактеризуйте расположение «верхушечной», «верхнегрудинной», «среднегрудинной», «затылочной», «шейной» «грудной», «поясничной» точек.

8.4. 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.

Вопросы и задания для устного опроса

При определении уровня достижений студентов при устном ответе необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

9.1 Список литературы

Основная литература

1. Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии : учебное пособие / М.С. Рожков; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 136 с. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459429>
2. Федоров, В. П. Спортивная морфология : учебно-методическое пособие / В. П. Федоров, И. Е. Попова, Н. Н. Попова. — Воронеж : ВГИФК, 2018. — 63 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/140387>
3. Спортивная морфология : учебное пособие / составители М. А. Попова [и др.]. – Сургут : СурГПУ, 2016. – 132 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/151932>
4. Капилевич, Л. В. Возрастная и спортивная морфология: Практикум : учебное пособие / Л. В. Капилевич, А. В. Кабачкова. – Томск : ТГУ, 2009. – 82 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/44224>

Дополнительная литература

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : [12+] / 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. Фомина, Е. В. Физическая антропология: дыхание, кровообращение, иммунитет : учебное пособие / Е. В. Фомина, А. Д. Ноздрачев ; Московский педагогический государственный университет. – 2-е изд. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 188 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472085>
3. Дуров, А. М. Основы возрастной и спортивной морфологии : учебно-методическое пособие / А. М. Дуров. – Тюмень : ТюмГУ, 2016. – 52 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/109773>

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

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

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

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

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

Сценарий изучения курса:

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

Алгоритм работы над каждой темой:

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

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет

при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;

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

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

12. Перечень информационных технологий

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

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

12.1 Перечень программного обеспечения

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

12.2 Перечень информационных справочных систем

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

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

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

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной

работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

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

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

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

Лаборатория анатомии, физиологии и гигиены человека.

№ 3

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, клавиатура, сетевой фильтр, проектор, крепление); интерактивная доска Elite.

Лабораторное оборудование: весы медицинские напольные РП-150МГ; прибор механический для измерения артериального давления МТ 10; прибор механический для измерения артериального давления МТ 20 3; спирометр.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

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

Научно-практический центр физической культуры и здорового образа жизни.

№ 103

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (персональный компьютер, включая системный блок, монитор, клавиатура, мышь, гарнитура, web-камера, акустическая система (колонки, микрофон); многофункциональное устройство.

Лабораторное оборудование: аппаратно-программный комплекс «Здоровье-экспресс»; программный модуль СКУС (система управления

уровнем стресса); аппаратный комплекс «ПсихоТест»; аппарат для комплексной оценки функций дыхательной системы (спирометр компьютеризированный); приборы для антропометрических и физиометрических исследований (весы медицинские, тонометры, секундомеры, ростомер, спирометры, динамометры).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.