


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:
Декан факультета физической
культуры и спорта
 С.Б. Петрыгин
« 30 » августа 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы возрастной морфологии»

Уровень основной профессиональной образовательной программы:

бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки: Физическая культура

Форма обучения – очная

Срок освоения ОПОП – нормативный 4 года

**Кафедра – Медико-биологических и психологических основ физического
воспитания**

Рязань 2018

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. Целью освоения дисциплины является формирование общекультурных общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих студентам овладеть систематизированными знаниями анатомии и топографии органов и тканей человеческого тела, общей и частной возрастной морфологии, а также изучить особенности строения тела человека, взаимосвязь их с функциональными возможностями и развитием физических качеств в различные возрастные периоды, а также научить их использовать полученные знания при изучении других фундаментальных дисциплин, использовать их в будущей практической деятельности, спортивной и оздоровительной работе.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВУЗА:

2.1. Учебная дисциплина Б.1.В.ОД. 3 «Основы возрастной морфологии» относится к вариативной части обязательных дисциплин Блока 1.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

Базовые знания школьной программы по биологии,
«Анатомия»

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной учебной дисциплиной:

«Физиология человека»,
«Предмет и метод биомеханики»,
«Основы методики лечебной физической культуры»,
«Медико-биологический контроль»,
«Массаж».

2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

| № | Индекс компетенции | Содержание компетенции | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны: | | |
|---|--------------------|---|---|---|--|
| | | | знать | уметь | владеть |
| 1 | ОК-3 | способность использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве | <p>1. основные положения и терминологию морфологии и анатомии человека;</p> <p>2. возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи, лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья</p> <p>3. влияние физических нагрузок на морфологические показатели</p> | <p>1. правильно оценивать морфофункциональные изменения в организме спортсмена,</p> <p>2. определять и оценивать телосложение и физическое развитие спортсмена по морфологическим признакам и использовать морфологические данные для целей отбора и спортивной ориентации</p> <p>3. определять степень функционального состояния, физического развития и уровень подготовленности занимающегося в различные периоды возрастного развития</p> | <p>1. методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, способен формулировать и представлять обобщения и выводы</p> <p>2. методикой научно обоснованного проведения тренировочного процесса с учетом морфологических особенностей строения тела спортсмена,</p> <p>3. методами и навыками антропометрических измерений морфологических параметров;</p> |
| 2 | ОПК-1 | готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности | <p>1. морфологическую перестройку суставно-связочного аппарата под влиянием различных физических нагрузок.</p> <p>2. морфологические изменения под влиянием физических нагрузок различной интенсивности и направленности</p> <p>3. методы исследования физического развития человека</p> | <p>1. оценивать функциональные возможности организма при физических нагрузках в зависимости от возрастных физиологических особенностей.</p> <p>2. определять анатомо-морфологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста</p> <p>3. основными анатомическими терминами, анатомическим анализом положений и движений тела, основами возрастной периодизации; способами</p> | <p>1. научным анализом результатов исследований и использовать их в практической деятельности</p> <p>2. анатомическим анализом положений и движений тела, используемых в практической деятельности</p> <p>3. навыками проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания и спортивной тренировки</p> |

| | | | | | |
|---|-------|--|---|---|--|
| | | | | определения типа телосложения и компонентов массы тела. | |
| 3 | ОПК-2 | способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся | <p>1. общие закономерности и частные проявления процессов роста и развития организма в связи с особенностями влияния наследственности и внешней среды</p> <p>2. анатомо-морфологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста, состояния здоровья занимающихся</p> <p>3. Понятие конституции человека. Оценочные индексы: весо-ростовые и ростовые индексы</p> | <p>1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела</p> <p>2. организовать врачебно-педагогическое наблюдение, специальные группы, для занятий с детьми и взрослыми различных возрастных периодов;</p> <p>3. дать полную оценку положений и движений тела спортсмена с учетом работы исполнительных органов, органов обеспечения и контроля;</p> | <p>1. знаниями анатомо-физиологических особенностей, характерных для отдельных этапов развития детей и подростков,</p> <p>2. знаниями теоретических и практических основ проявления жизнедеятельности организма человека</p> <p>3. знаниями механизмов регуляции функций в условиях действия разнообразных внешних факторов и при выполнении физической деятельности различного вида, продолжительности.</p> |

2.5. Карта компетенций дисциплины

| Основы возрастной морфологии | | | | | |
|---|--|--|---------------------------------------|---|---|
| Цель | | формирование общекультурных общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих студентам овладеть систематизированными знаниями анатомии и топографии органов и тканей человеческого тела, общей и частной возрастной морфологии, а также изучить особенности строения тела человека, взаимосвязь их с функциональными возможностями и развитием физических качеств в различные возрастные периоды, а также научить их использовать полученные знания при изучении других фундаментальных дисциплин, использовать их в будущей практической деятельности, спортивной и оздоровительной работе. | | | |
| В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие | | | | | |
| Общекультурные компетенции | | | | | |
| Компетенции | | Перечень компонентов | Технологии формирования | Форма оценочного средства | Уровни освоения компетенции |
| Индекс | Формулировка | | | | |
| ОК-3 | способность использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве | Знать 1. основные положения и терминологию морфологии и анатомии человека; 2. возрастную морфологию, анатомио-физиологические особенности детей, подростков и молодежи, лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья 3. влияние физических нагрузок на морфологические показатели Уметь 1. правильно оценивать морфофункциональные изменения в организме спортсмена, 2. определять и оценивать телосложение и физическое развитие спортсмена по морфологическим признакам и использовать морфологические | Лекции Лабораторные занятия СРС | Индивидуальное собеседование, контрольная работа, тестирование, экзамен | Пороговый: владеет теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для профессиональной деятельности Повышенный: эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства личностного и профессионального роста. |

| | | | | | |
|----------------------------------|---|---|--|--|---|
| | | <p>данные для целей отбора и спортивной ориентации</p> <p>3. определять степень функционального состояния, физического развития и уровень подготовленности занимающегося в различные периоды возрастного развития</p> <p>Владеть</p> <p>1. методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, способен формулировать и представлять обобщения и выводы</p> <p>2. методикой научно обоснованного проведения тренировочного процесса с учетом морфологических особенностей строения тела спортсмена,</p> <p>3. методами и навыками антропометрических измерений морфологических параметров;</p> | | | |
| Общепрофессиональные компетенции | | | | | |
| ОПК-1 | готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности | <p>Знать</p> <p>1. морфологическую перестройку суставно-связочного аппарата под влиянием различных физических нагрузок.</p> <p>2. морфологические изменения под влиянием физических нагрузок различной</p> | <p>Лекции</p> <p>Лабораторные занятия</p> <p>СРС</p> | <p>Индивидуальное собеседование, контрольная работа, тестирование, экзамен</p> | <p>Пороговый: Знает основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук, основные принципы и закономерности, движущие силы функционирования современного общества</p> <p>Повышенный: эффективно</p> |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|
| | | <p>интенсивности и направленности</p> <p>3. методы исследования физического развития человека</p> <p>Уметь</p> <p>1. оценивать функциональные возможности организма при физических нагрузках в зависимости от возрастных физиологических особенностей.</p> <p>2. определять анатомо-морфологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста</p> <p>3. основными анатомическими терминами, анатомическим анализом положений и движений тела, основами возрастной периодизации; способами определения типа телосложения и компонентов массы тела.</p> <p>Владеть</p> <p>1. научным анализом результатов исследований и использовать их в практической деятельности</p> <p>2. анатомическим анализом положений и движений тела, используемых в практической деятельности</p> <p>3. навыками проведения научно-исследовательской работы по проблемам</p> | | | <p>владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства профессионального роста</p> |
|--|--|---|--|--|---|

| | | | | | |
|-------|--|---|---------------------------------------|---|--|
| | | физического воспитания и спортивной тренировки | | | |
| ОПК-2 | способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся | <p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. общие закономерности и частные проявления процессов роста и развития организма в связи с особенностями влияния наследственности и внешней среды 2. анатомо-морфологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста, состояния здоровья занимающихся 3. Понятие конституции человека. Оценочные индексы: весо-ростовые и ростовые индексы <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела 2. организовать врачебно-педагогическое наблюдение, специальные группы, для занятий с детьми и взрослыми различных возрастных периодов; 3. дать полную оценку положений и движений тела спортсмена с учетом работы исполнительных органов, органов обеспечения и контроля; | Лекции Лабораторные занятия СРС | Индивидуальное собеседование, контрольная работа, тестирование, экзамен | <p>Пороговый: Знает основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук, основные принципы и закономерности, движущие силы функционирования современного общества</p> <p>Повышенный: эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства профессионального роста</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none">1. знаниями анатомо-физиологических особенностей, характерных для отдельных этапов развития детей и подростков,2. знаниями теоретических и практических основ проявления жизнедеятельности организма человека3. знаниями механизмов регуляции функций в условиях действия разнообразных внешних факторов и при выполнении физической деятельности различного вида, продолжительности. | | | |
|--|--|--|--|--|--|

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестр № 2 часов |
|--|-------------|-------------------|
| 1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего) | 72 | 72 |
| В том числе: | | - |
| Лекции (Л) | 18 | 18 |
| Практические занятия (ПЗ), семинары (С) | | |
| Лабораторные работы (ЛР) | 54 | 54 |
| Самостоятельная работа студента (всего) | 108 | 108 |
| В том числе | | |
| СРС в семестре | 72 | 72 |
| Курсовой проект (работа) | КП | - |
| | КР | - |
| Другие виды СРС | 72 | 72 |
| Подготовка к письменной контрольной работе | 12 | 12 |
| Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям | 10 | 10 |
| Работа со справочными материалами | 10 | 10 |
| Изучение и конспектирование литературы | 10 | 10 |
| Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам | 10 | 10 |
| Подготовка к экзамену | 20 | 20 |
| СРС в период сессии | 36 | 36 |
| Вид промежуточной аттестации | зачет (З) | - |
| | экзамен (Э) | Э- |
| ИТОГО: общая трудоемкость | часов | 180 |
| | зач. ед. | 5 |

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

| № семестра | № раздела | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела в дидактических единицах |
|------------|-----------|---|--|
| 2 | 1 | Основные закономерности роста и развития организма. Возрастная периодизация. Понятие о биологическом возрасте. Критерии биологического возраста: оценочные шкалы и нормативные таблицы критериев биологического возраста. Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела. Половое созревание и его морфофункциональная характеристика. Акселерация развития и факторы онтогенеза, факторы роста и развития организма. | Содержание дисциплины. Методология и содержание спортивной морфологии. Связь спортивной морфологии с предметами медико-биологического цикла. Этапы развития организма. Критерии биологического возраста. Возрастная морфология и ее значение для обоснования средств и методов физического воспитания. |
| 2 | 2 | Возрастно-половые особенности опорно-двигательного аппарата: закономерности роста и развития костей и мышц. Основы спортивной морфологии опорно-двигательного аппарата. Основные методы исследования, морфофункциональных особенностей спортсменов. | Основы спортивной морфологии опорно-двигательного аппарата: Возрастные особенности мышечной системы. Приспособительная деятельность опорно-двигательного аппарата к специфическим спортивным нагрузкам. Анатомический анализ положений и движений тела. |
| 2 | 3 | Спланхнология – учение о органах, преимущественно расположенных в полостях тела: лица, шеи, грудной, брюшной и тазовой. Возрастные особенности строения органов и систем человека. Анатомо-физиологические особенности людей пожилого и старческого возраста. Основные механизмы старения. Двигательная активность при старении | Спланхнология. Возрастные особенности строения органов и систем человека. Анатомо-физиологические особенности людей пожилого и старческого возраста. Двигательная активность при старении |

2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

| № семестра | № раздела | Наименование раздела учебной дисциплины | Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах) | | | | | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) |
|------------|-----------|---|---|----|------|-----|-------|--|
| | | | Л | ЛР | ПЗ/С | СРС | всего | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 2 | 1 | Основные закономерности роста и развития организма. Возрастная периодизация. Понятие о биологическом возрасте. Возрастные изменения размеров тела. Половое созревание и его морфофункциональная характеристика. Акселерация развития. | 4 | 12 | | 24 | 40 | 1-3 неделя Устное индивидуальное собеседование, Выполнение заданий для самостоятельной работы. Контрольная работа |
| 1 | 2 | Возрастно-половые особенности опорно-двигательного аппарата: закономерности роста и развития костей и мышц. Основы спортивной морфологии опорно-двигательного аппарата. Основные методы исследования, морфофункциональных особенностей спортсменов. | 6 | 18 | | 24 | 48 | 4-9 неделя Устное индивидуальное собеседование, Выполнение заданий для самостоятельной работы. Контрольная работа |
| 1 | 3 | Спланхнология. Возрастные особенности строения органов и систем человека. Анатомо-физиологические особенности людей пожилого и старческого возраста. Основные механизмы старения. Двигательная активность при старении | 8 | 24 | | 24 | 56 | 10-18 неделя Устное индивидуальное собеседование, Выполнение заданий для самостоятельной работы. Контрольная работа |
| | | Всего по разделам 1-3 | 18 | 54 | | 72 | 144 | |
| | | Разделы дисциплины 1-3 | | | | 36 | 36 | Экзамен |
| | | ИТОГО за семестр | 18 | 54 | | 108 | 180 | ПрАт экзамен |

2.2. Лабораторный практикум

| | | |
|-------------|---|-----------|
| 2. | <i>Примерный перечень лабораторных занятий</i> | 54 |
| 2.1 | Занятие 1. Метод антропометрии. соматрометрия, краометрия, остеометрия. Метод антропоскопии (описательный метод). Метод микроскопии. Метод гониометрии (измерение подвижности в суставах) – оценка возрастной динамики подвижности в суставах. Метод динамометрии (измерение силы мышечных групп) | 4 |
| 2.2 | Занятие 2. Измерения продольных размеров тела. Измерение поперечных размеров тела. Измерение обхватов размера тела. Измерение костно-жировых отложений. Составление карты антропометрических показателей. | 4 |
| 2.3 | Занятие 3. Основные закономерности роста и развития организма. Антропометрические признаки полового созревания у девочек и у мальчиков. Определение биологического возраста по степени скелетной и половой зрелости | 4 |
| 2.4 | Занятие 4. Осанка тела и ее анатомические основы. Определение осанки тела. Методы исследования. | 4 |
| 2.5 | Занятие 5. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Строение сердца и сосудов | 4 |
| 2.6 | Занятие 6. Функциональная анатомия дыхательной системы. Возрастные особенности органов дыхательной системы. | 4 |
| 2.7 | Занятие 7 Обзор центральной и периферической нервной системы. Возрастные особенности нервной системы. | 4 |
| 2.8 | Занятие 8. Функциональная анатомия пищеварительной системы. Возрастные особенности пищеварительной системы. Особенности питания. | 4 |
| 2.9 | Занятие 9. Морфофункциональная характеристика органов чувств. Возрастные особенности сенсорных систем. Сенсорная коррекция. | 4 |
| 2.10 | Занятие 10. Возрастные особенности желез внутренней секреции. Функции желез внутренней секреции и их нарушения, Гормональная регуляция | 4 |
| 2.11 | Занятие 11. Развитие движений и двигательных качеств у детей. | 2 |
| 2.12 | Занятие 12. Частная морфология. Влияние двигательной активности на строение тела спортсмена. | 4 |
| 2.13 | Занятие 13. Методика использования морфологических данных для целей отбора и спортивной ориентации. Возрастные границы начала занятий спортом | 4 |
| 2.14 | Занятие 14. Методы определения биологического возраста в периоды зрелости и старения. Метод Дамона, Диркена, Моргана, Вебстера, Института геронтологии РАН | 4 |

2.4. Примерная тематика курсовых работ
Курсовые работы не предусмотрены.

3. Самостоятельная работа студента.

3.1. Виды СРС.

| № семестра | № раздела | Наименование раздела учебной дисциплины | Виды СРС | Всего часов |
|--------------------------|-----------|--|--|-------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | 1 | Истоки развития возрастной и спортивной морфологии. Возрастные особенности детей дошкольного и школьного возраста. Индивидуальное физическое развитие. Динамика ростовых процессов. | 1.Подготовка к письменной контрольной работе | 4 |
| | | | 2.Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям | 4 |
| | | | 3.Работа со справочными материалами | 4 |
| | | | 4.Изучение и конспектирование литературы | 4 |
| | | | 5.Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам | 4 |
| | | | 6. Подготовка к экзамену | 4 |
| 2 | 2 | Характеристика внешних форм тела.Возрастно-половые особенности опорно-двигательного аппарата: закономерности роста и развития костей и мышц. Основы спортивной морфологии опорно-двигательного аппарата. | 1.Подготовка к письменной контрольной работе | 4 |
| | | | 2.Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям | 4 |
| | | | 3.Работа со справочными материалами | 4 |
| | | | 4.Изучение и конспектирование литературы | 4 |
| | | | 5.Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам | 4 |
| | | | 6. Подготовка к экзамену | 4 |
| 2 | 3 | Основные методы исследования, морфофункциональных особенностей спортсменов. Возрастные особенности строения органов и систем человека. Спланхнология. Анатомо-физиологические особенности людей пожилого и старческого возраста. | 1.Подготовка к письменной контрольной работе | 4 |
| | | | 2.Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям | 4 |
| | | | 3.Работа со справочными материалами | 4 |
| | | | 4.Изучение и конспектирование литературы | 4 |
| | | | 5.Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам | 4 |
| | | | 6. Подготовка к экзамену | 4 |
| ИТОГО в семестре: | | | 72 | |

3.2. График работы студента Семестр № 2

| Форма оценочного средства | Условное обозначение | Номер недели | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|----------------------|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| Коллоквиум | Кл | | | | | | | | | + | | | | | | | | + | |
| Контрольная работа | К/р | + | | + | | | | + | | | | + | | | | + | | | |
| Собеседование | Сб | | | | + | | | | + | | | | + | | | | + | | |
| Тестирование письменное, компьютерное | ТСп, ТСк | | | | | + | | | | | + | | | | + | | | | |
| Реферат | Реф | | | | | | | | | | | + | | | | | | | |
| Защита практических работ | ЗПР | | + | | | | | + | | | | | | | | + | | | + |

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, законодательства РФ, выполнении индивидуальных домашних заданий, обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия библиотеки университета, имеющиеся на кафедре медико-биологических и психологических основ физического воспитания

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»

- Информационно-справочные и поисковые системы.

Рекомендации по организации самостоятельной работы

К современному бакалавру-педагогу, специалисту по физической культуре общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у обучающихся студентов определенных способностей и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретным возникающим ситуациям.

Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие студентов в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов, написание курсовых и выпускных квалификационных работ.

При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса. Для того, чтобы знания студентов приобрели необходимую систематичность, рекомендуется начинать самостоятельное изучение темы с литературных источников обобщающего характера – учебников, учебных пособий, а затем переходить к специальным статьям, а также использовать информационно-поисковые системы "Консультант-плюс", "Гарант", глобальной сети "Интернет"; рассматривающих частные проблемы.

Цели осуществления СРС должна совпадать с целью обучения студента – подготовкой специалиста и бакалавра с высшим образованием, т.е. формирование общекультурных (универсальных): социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, а также приобретение фундаментальных знаний, профессиональных умений и навыков деятельности по профилю, опыта творческой, исследовательской деятельности. Задачами СРС являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических и лабораторных занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговым зачетам и экзаменам.

В образовательном процессе ВУЗа выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, выполняемая на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию, и внеаудиторная.

Внеаудиторная самостоятельная работа включает:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и лабораторным работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- выполнение микроисследований;
- подготовка практических разработок;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Проверка знаний студентов проводится в течение всего периода изучения предмета. Оценка успеваемости определяется на основании данных текущей успеваемости и сдачи зачета.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

1. Понятие, значение и основные направления развития возрастной морфологии. Задачи и методы возрастной морфологии.
2. Понятие физического развития. Метод антропометрии и его использование в практической деятельности. Оценка физического развития.
3. Понятие «рост», «развитие». Понятие о факторах роста и развития, их классификация и характеристика. Основные закономерности роста и развития человека.
4. Понятие «сенситивный период», концепция о сенситивных периодах, ее использование в практике физической подготовки детей и подростков.
5. Понятия «биологический возраст», «паспортный возраст», критерии биологического возраста. Определение биологического возраста по некоторым морфологическим показателям.
6. Понятия «акселерация», «ретардация», их виды. Акселерация развития организма и спорт.
7. Понятие «конституция», ее виды. Основные характеристики конституции, конституционально-зависимые признаки человека. Критерии темпов развития.
8. Значение изучения конституциональных особенностей детей и подростков.
9. Характеристика детей грудного возраста.
10. Особенности развития детей от 1 года до 3 лет.
11. Оценка физического развития детей.
12. Особенности организаций занятий физическими упражнениями с детьми.
13. Старение организма.
14. Двигательная активность при старении.
15. Морфологические изменения в организме, как структурный след адаптации всех органов и систем организма человека.
16. Общие принципы адаптации организма к спортивной деятельности.
- 17.5. Морфологические критерии оценки биологического возраста юных спортсменов по рентгенограммам скелета кисти; значение этих сведений для отбора в различные виды спорта и прогнозирования спортивных результатов.
18. Особенности адаптивных изменений суставов и скелетных мышц у спортсменов различных специализаций.
20. Определение термина "осанка". Особенности осанки спортсменов отдельных специализаций. Методы исследования осанки. Патологические изменения позвоночника.
21. Адаптация системы внешнего дыхания к физическим нагрузкам. Форма и подвижность грудной клетки.
22. Адаптация сердечно-сосудистой системы спортсменов к физическим нагрузкам различно распределенных по времени и интенсивности.
23. Гипертрофия миокарда. Морфологические изменения миокарда в условиях его перетренированности.
24. Изменения органов иммунной системы в процессе адаптации организма к физическим нагрузкам. Причины снижения иммунитета у спортсменов.

25. Участие эндокринных органов в процессе адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам.

26. Соматотип спортсмена. Определение понятия. Антропометрические методики, их цели. Антропометрические инструменты.

27. Методы определения компонентов массы тела как показателя особенностей обменных процессов у спортсменов различных специализаций. Пропорции тела спортсменов.

Примерные тесты для проверки знаний по «Возрастной морфологии»

Вариант 1

Указание: В каждом задании выберите правильные ответы. Номера выбранных ответов обведите кружочком в специальном листе для ответов.

1. Физическое развитие обусловлено

а) наследственностью; б) условиями жизни; в) наследственностью, условиями жизни и воспитания; г) воспитанием.

2. Жизненная ёмкость лёгких определяется при помощи:

а) динамометра; б) сантиметровой ленты; в) спирометра; г) динамометра.

3. При оценке физического развития наиболее важным показателем является определение коррелятивной связи между:

а) окружностью грудной клетки и весом; б) ростом и весом; в) осанкой и формой грудной клетки; г) ростом и окружностью грудной клетки.

4. Сутулость – это

а) увеличение грудного кифоза и отсутствие поясничного лордоза; б) сглаженность всех физиологических изгибов; в) увеличение грудного кифоза и сглаженность поясничного лордоза; г) усиление грудного кифоза и поясничного лордоза.

5. При О - образной форме ног

а) оси голени и бедра не совпадают, ноги соприкасаются внутренними лодыжками; б) оси голени и бедра совпадают, а ноги соприкасаются внутренними лодыжками и внутренними мышцелками бедра; в) оси голени и бедра не совпадают, ноги соприкасаются внутренними мышцелками бедра.

6. Для мышечносоматотипа характерен эпигастральный угол

а) острый; б) прямой; в) тупой.

7. Критерии для определения биологического возраста в постдефинитивный период: а) зубной возраст; б) костная зрелость; в) половая зрелость;

г) изменчивость структуры, минерального содержания в костях кисти

8. Назовите первичные половые признаки у девочек:

а) рост волос в подмышечных впадинах; б) рост волос на лобке; в) матка; г) рост молочных желез.

9 Понятие акселерации:

а) ускорение соматического развития и физиологического созревания детей и подростков; б) замедление соматического развития и физиологического созревания детей и подростков; в) соответствующее паспортному возрасту соматическое развитие и физиологическое созревание детей и подростков.

10 Пренатальный период это: а) от 0 до рождения; б) от рождения до 14 лет; в) от рождения до смерти; г) от 14 до 25 лет.

11 Постдефенитивный период это: а) от рождения до смерти; б) от 0 до рождения; в) от 0 до 25 лет; г) от 25 лет и старше.

12 Грудной возраст это: а) от рождения до 1 года; б) от 10 дней до 1 года; в) от 0 до 3 лет; г) от 10 дней до 3 лет.

13 В костях у детей дошкольного и младшего школьного возраста много: а) органических веществ и воды; б) минеральных веществ; в) воды.

14 Частота сердечных сокращений у дошкольников: а) 120-150 уд/мин; б) 100 уд/мин; в) 70 уд/мин; г) 50 уд/мин.

15 Особенностью обменных процессов в дошкольном и младшем школьном возрасте является: а) преобладание анаболических процессов; б) преобладание катаболических процессов; в) уравновешенность обменных процессов.

16 В подростковом возрасте в сердечно-сосудистой системе происходят следующие изменения: а) урежение ЧСС, увеличение УОК, повышение АД, замедление кровотока; б) увеличение ЧСС, уменьшение УОК, снижение АД, ускорение кровотока; в) урежение ЧСС, увеличение УОК, снижение АД; г) снижение АД, ускорение кровотока.

17 Окончательно процесс роста и окостенения скелета завершается: а) в 10 лет; б) в 20 лет; в) в 25 лет; г) в 30 лет.

18 Для юношеского возраста характерен: а) положительный азотистый баланс; б) отрицательный азотистый баланс; в) азотистое равновесие.

19 В пожилом возрасте повышается следующий показатель: а) сократительная способность миокарда; б) острота зрения; в) острота слуха; г) уровень холестерина

20 Гиперадаптоз – это: а) прекращение репродуктивной функции; б) избыточность стрессовой реакции; в) ожирение; г) повышение артериального давления.

21 В пожилом возрасте в сердечно-сосудистой системе происходит:

а) увеличение ЧСС, снижение УОК, уменьшение сократительной способности миокарда; б) снижение УОК; в) уменьшение ЧСС, увеличение УОК, увеличение сократительной способности миокарда; г) увеличение ЧСС.

Вариант 2. Указание: В каждом задании выберите правильные ответы. Номера выбранных ответов обведите кружочком в специальном листе для ответов.

1 Для оценки физического развития проводятся: а) соматометрия (антропометрия); б) соматоскопия (наружный осмотр); в) соматометрия и соматоскопия.

2 Сила кисти определяется при помощи а) спирометра; б) динамометра; в) ростомера; г) весов.

3. Точность измерения ЖЕЛ составляет: а) 50 мл; б) 100 мл; в) 500мл;

4 Плоская спина – это а) увеличение грудного кифоза и отсутствие поясничного лордоза; б) сглаженность всех физиологических изгибов; в) увеличение грудного кифоза и сглаженность поясничного лордоза; г) усиление грудного кифоза и поясничного лордоза.

5 При Х - образной форме ног а) оси голени и бедра не совпадают, ноги соприкасаются внутренними лодыжками; б) оси голени и бедра совпадают, а ноги соприкасаются внутренними лодыжками и внутренними мышцелками бедра; в) оси голени и бедра не совпадают, ноги соприкасаются внутренними мышцелками бедра.

6 Для астеноидного соматотипа характерен эпигастральный угол а) острый; б) прямой; в) тупой.

7 Назовите критерий, не участвующий в определении биологического возраста в предефинитивный период: а) зубной возраст; б) костная зрелость; в) половая зрелость; г) изменчивость структуры, минерального содержания

8 Назовите первичный половой признак у мальчиков: а) рост волос в подмышечных впадинах; б) рост волос на лобке; в) половой член;

9 Понятие ретардации: а) ускорение соматического развития и физиологического созревания детей и подростков; б) замедление соматического развития и физиологического созревания детей и подростков; в) соответствующее паспортному возрасту соматическое развитие и физиологическое созревание детей и подростков.

10 Постнатальный период это: а) от 0 до рождения; б) от рождения до 14 лет; в) от рождения до смерти; г) от 14 до 25 лет.

11 Предефинитивный период это: а) от рождения до смерти; б) от 0 до рождения; в) от 0 до 25 лет; г) от 25 лет и старше.

12 Пожилой возраст: а) женщины 56- 74 лет ,мужчины 61-74 лет; б) 75-90 лет; в) 90 лет и выше; г) женщины 36-55 лет, мужчины 36-60 лет.

13. В дошкольном возрасте мышцы у детей: а) медленные; б) быстрые; в) смешанные.

14 Частота дыхания в дошкольном возрасте: а) 40-60 в минуту; б) 25-30 в минуту; в) 20 в минуту; г) 15 в минуту.

15 Для детей дошкольного и младшего школьного возраста характерен: а) положительный азотистый баланс; б) отрицательный азотистый баланс; в) азотистое равновесие.

16 В подростковом возрасте в дыхательной системе происходят следующие изменения: а) снижается частота дыхания, растет ДО, увеличивается скорость вдоха, удлиняется выдох; б) увеличивается ЧД, уменьшается ДО, уменьшается скорость вдоха, укорачивается выдох; в) увеличивается ЧД, уменьшается ДО; г) частота дыхания не меняется, уменьшается скорость вдоха, укорачивается выдох.

17 Развитие быстрых мышечных волокон в скелетных мышцах происходит: а) после 7 лет; б) после 14 лет; в) после 20 лет; г) после 25 лет.

18 В период полового созревания юношеская гипертония, обусловлена тем, что: а) рост сердца опережает рост кровеносных сосудов; б) рост массы сердца отстает от роста массы тела; в) быстро растет масса тела; г) быстро растет масса и объем сердца.

19 Назовите показатель, который не снижается в пожилом возрасте:

а) сократительная способность миокарда; б) острота зрения; в) острота слуха; г) уровень холестерина

20 Климакс – это: а) прекращение репродуктивной функции; б) избыточность стрессовой реакции; в) ожирение; г) повышение артериального давления.

21 В пожилом возрасте в пищеварительной системе происходит:

а) снижение секреторной, кислотообразующей и моторной функций;
б) снижение кислотообразующей функции и повышение моторной функции;
в) снижение моторной функции и повышение кислотообразующей функции;
г) повышение секреторной функции.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине

Рейтинговая система в Университете не используется.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

| Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы | Семестр | Используется при изучении разделов | Количество экземпляров | |
|--|---------|------------------------------------|------------------------|------------|
| | | | В библиотеке | На кафедре |
| 1 | 2 | 3 | 4 | |
| Список литературы. Дополнительная | 2 | 1.2,3, | 22 | 2 |
| 1.Анатомия человека. Иваницкий М.Ф.2003г., 5-е изд-е. Изд-во «Терра-спорт», М.- 623 с. | 2 | 1.2,3, | 9 | 2 |
| 2.Анатомия (пособие для вузов).Курепина М.М. 2007г., М. Владос, .239 с. | 2 | 1.2,3, | | 1 |
| 3.Тесты по изучению основных разделов анатомии человека. Учебное пособие. Измалкова Г.Г.2004 г., Ряз.гос.ун-т им.С.А.Есенина, Рязань, 29 с. | 2 | 1.2,3, | | 1 |
| 1. Вайнек Ю. Спортивная анатомия: [учебное пособие]. - М.: Академия, 2008. - 304 с. | | 1.2,3, | | 1 |
| Назарова Е.Н. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник. - М.: Академия, 2013. - 256 с. | 2 | 1.2,3, | | 1 |
| 1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник для институтов физической культуры / М.Ф. Иваницкий. - Изд. 12-е. - М. : Спорт, 2016. - 624 с. : ил. - ISBN 978-5-9907240-5-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430427 (05.05.2016). | 2 | 1.2,3, | ЭБС | |
| 2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека: (с основами динамической и спортивной морфологии) : Учебник для высших учебных заведений физической культуры / М.Ф. Иваницкий ; под ред. Б.А. Никитюк, А.А. Гладышева, В.Ф. Судзиловский. - Изд. 9-е. - М. : Человек, 2014. - 624 с. : ил. - ISBN 978-5-906131-19-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298194 (05.05.2016). | 2 | 1.2,3, | ЭБС | |

| | | | | |
|--|---|--------|-----|--|
| <p>Варич, Л.А. Возрастная анатомия и физиология / Л.А. Варич, Н.Г. Блинова. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. - 168 с. - ISBN 978-5-8353-1283-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232821 (04.05.2016).</p> | 2 | 1.2,3, | ЭБС | |
| <p>Любошенко, Т.М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебное пособие : в 2-х ч. / Т.М. Любошенко, Н.И. Ложкина ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - Ч. 1. - 200 с. : табл., схем., ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274683 (04.05.2016).</p> | 2 | 1.2,3, | ЭБС | |

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.04. 2018).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.04. 2018).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 15.04.2018).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?> свободный (дата обращения: 15.04.2018).

3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacya.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp, свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения лекций (видеопроектор, экран настенный по необходимости). Компьютерный класс (для выполнения компьютерных тестов).

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: отсутствует.

6.4. Требования к программному обеспечению учебного процесса: отсутствуют.

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

| Вид учебных занятий | Организация деятельности студента |
|------------------------|---|
| Лекция | Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. |
| Лабораторные занятия | Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.) и др. |
| Индивидуальные задания | Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др. |
| Реферат | <i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата. |
| Подготовка к экзамену | При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др. |

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- чтение лекций с использованием слайд-презентаций
- компьютерное тестирование

**10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ,
ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ
ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ
СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ**

**Перечень информационных технологий (лицензионное программное
обеспечение, информационно-справочные системы)**

| Название ПО | № лицензии |
|-----------------------------|---|
| MS Windows Professional 7 | 60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г. |
| Kaspersky Endpoint Security | договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г. |
| LibreOffice | свободно распространяемая |
| 7-zip | свободно распространяемая |
| Fast Stone ImageViewer | свободно распространяемая |
| PDF ридер FoxitReader | свободно распространяемая |
| VLC media player | свободно распространяемая |
| ImageBurn | свободно распространяемая |
| DjVu Browser Plug-in | свободно распространяемая |

Приложение 1.

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине
*Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине
для промежуточного контроля успеваемости***

| № п/п | Контролируемые разделы дисциплины | Код контролируемой компетенции | Наименование оценочных средств |
|-------|---|--------------------------------|--------------------------------|
| . | Анатомо-физиологические особенности, характерные для отдельных этапов развития детей и подростков, а также конституции и соматотипах во взаимосвязи с темпами развития человека. | ОК-3, ОПК -1,ОПК-2 | Экзамен |
| . | Возрастно-половые особенности опорно-двигательного аппарата: закономерности роста и развития костей и мышц. Основы спортивной морфологии опорно-двигательного аппарата. Основные методы исследования, морфофункциональных особенностей спортсменов. | | |
| . | Спланхнология. Возрастные особенности строения органов и систем человека. Анатомо-физиологические особенности людей пожилого и старческого возраста. Основные механизмы старения. Двигательная активность при старении | | |

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Индекс компетенции | Содержание компетенции | Элементы компетенции | Индекс элемента |
|--------------------|---|--|------------------|
| ОК-3 | способность использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве | Знать | |
| | | 1. основные положения и терминологию морфологии и анатомии человека; 2. возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи, лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья 3. влияние физических нагрузок на морфологические показатели | ОК-3 З 1,2,3 |
| | | Уметь | |
| | | 1. правильно оценивать морфофункциональные изменения в организме спортсмена, 2. определять и оценивать телосложение и физическое развитие спортсмена по морфологическим признакам и использовать морфологические данные для целей отбора и спортивной ориентации 3. определять степень функционального состояния, физического развития и уровень подготовленности занимающегося в различные периоды возрастного развития | ОК-3 У 1,2,3 |
| | | Владеть | |
| | | 1. методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, способен формулировать и представлять обобщения и выводы 2. методикой научно обоснованного проведения тренировочного процесса с учетом морфологических особенностей строения тела спортсмена, 3. методами и навыками антропометрических измерений морфологических параметров; | ОК-3 В 1,2,3 |
| ОПК-1 | готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности | Знать | |
| | | 1. морфологическую перестройку суставно-связочного аппарата под влиянием различных физических нагрузок. 2. морфологические изменения под влиянием физических нагрузок различной интенсивности и направленности 3. методы исследования физического | ОПК-1 З 1,2,3 |

| | | | |
|-------|--|---|------------------|
| | | развития человека | |
| | | Уметь | |
| | | 1.оценивать функциональные возможности организма при физических нагрузках в зависимости от возрастных физиологических особенностей. 2. определять анатомо-морфологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста 3. основными анатомическими терминами, анатомическим анализом положений и движений тела, основами возрастной периодизации; способами определения типа телосложения и компонентов массы тела. | ОПК-1 У 1,2,3 |
| | | Владеть | |
| | | 1. научным анализом результатов исследований и использовать их в практической деятельности 2. анатомическим анализом положений и движений тела, используемых в практической деятельности 3. навыками проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания и спортивной тренировки | ОПК-1 В 1,2,3 |
| ОПК-2 | способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся | Знать | |
| | | 1.общие закономерности и частные проявления процессов роста и развития организма в связи с особенностями влияния наследственности и внешней среды 2. анатомо-морфологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста, состояния здоровья занимающихся 3. Понятие конституции человека. Оценочные индексы: весо-ростовые и ростовые индексы | ОПК-2 З 1,2,3 |
| | | Уметь | |
| | | 1.определять топографическое расположение и строение органов и частей тела 2 организовать врачебно-педагогическое наблюдение, специальные группы, для занятий с детьми и взрослыми различных возрастных периодов; 3.дать полную оценку положений и движений тела спортсмена с учетом работы исполнительных органов, органов обеспечения и контроля; | ОПК-2 У 1,2,3 |
| | | Владеть | |
| | | 1.знаниями анатомо-физиологических | ОПК-2 |

| | | | |
|--|--|---|---------|
| | | особенностей, характерных для отдельных этапов развития детей и подростков, 2. знаниями теоретических и практических основ проявления жизнедеятельности организма человека 3. знаниями механизмов регуляции функций в условиях действия разнообразных внешних факторов и при выполнении физической деятельности различного вида, продолжительности. | В 1,2,3 |
|--|--|---|---------|

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (Экзамен)

| № п/п | Содержание оценочного средства | Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов |
|-------|---|---|
| 1 | Методы изучения строения тела человека. Уровни структурной организации. Части, области, поверхности тела. Условные оси, плоскости, линии, ориентиры, анатомические термины. | ОК-3 31, В1, ОПК-2 У1, В1 |
| 2 | Этапы развития организма. Возрастная морфология и ее значение для обоснования средств и методов физического воспитания. | ОК-3 31, В1, ОПК-2 У1, В1 |
| 3 | Возрастная периодизация. Понятие о биологическом возрасте. Критерии биологического возраста: оценочные шкалы и нормативные таблицы критериев биологического возраста. | ОК-3 3 31, В1, ОПК-1 У1, В1 |
| 4 | Возрастно-половые особенности опорно-двигательного аппарата: закономерности роста и развития костей и мышц | ОПК-2 31, У 1 |
| 5 | Анатомический анализ положений и движений тела. Основы спортивной морфологии опорно-двигательного аппарата | ОК-3 31,У 1 |
| 6 | Спланхнология. Общая характеристика внутренних органов: общие сведения о системах жизнеобеспечения. | ОК-3 31,У 1 |
| 7 | Мышечная система. мышечные ткани. Скелетные мышцы. | ОК-3 31,У 1 |
| 8 | Обзор центральной и периферической нервной системы. | ОК-3 31, В1, ОПК-1 У1, В1 |
| 9 | Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. | ОК-3 31,У 1 ОПК-1 У1, В1 |
| 10 | Функциональная анатомия дыхательной системы. | ОК-3 31, В1, ОПК-2 У1, В1 |
| 11 | Функциональная анатомия пищеварительной системы. | ОК-3 31, В 1 |
| 12 | Морфофункциональная характеристика органов чувств | ОК-3 3 31, В1, ОПК-1 У1, В1 |
| 13 | Возрастные особенности желез внутренней секреции. | ОК-3 3 31, В1, ОПК-1 31, У 1 |
| 14 | Методология и содержание спортивной морфологии. Связь спортивной морфологии с предметами медико-биологического цикла. | ОК-3 31, В1 ОПК-1 31, |
| 15 | Антропометрические признаки полового созревания у девочек и у мальчиков. | ОК-3 31, В1, ОПК-2 31, В 1 |

| | | |
|----|---|---------------------------------|
| 16 | Частная морфология. Влияние двигательной активности на строение тела спортсмена | ОК-3 31, В 1 ОПК-2 3 1, В1, |
| 17 | Развитие движений и двигательных качеств у детей | ОК-3 31, В 1 ОПК-1 3 1, В1, |
| 18 | Основные методы исследования, морфофункциональных особенностей спортсменов. | ОК-3 31, В 1 ОПК-2 3 1, В1, |
| 19 | Анатомо-физиологические особенности людей пожилого и старческого возраста. | ОК-3 31, В 1 ОПК-1 3 1, В1, |
| 20 | Анализаторы. Общая схема строения анализаторов. | ОК-3 31, В 1 ОПК-2 3 1, В1, |
| 21 | Возрастные особенности строения органов и систем человека | ОК-3 31, У 1 |
| 22 | Виды работы мышц. Законы рычага в работе мышц. | ОК-3 31, У 1 |
| 23 | Возрастные особенности нервной системы | ОК-3 31, В1, ОПК-1 У1, В1 |
| 24 | Строение сердца и сосудов | ОК-3 31, У 1 ОПК-1 У1, В1 |
| 25 | Возрастные особенности органов дыхательной системы | ОК-3 31, В1, ОПК-2 У1, В1 |
| 26 | Возрастные особенности пищеварительной системы. Особенности питания. | ОК-3 31, В 1 |
| 27 | Возрастные особенности сенсорных систем. Сенсорная коррекция | ОК-3 31, В 1 |
| 28 | Функции желез внутренней секреции и их нарушения. Гормональная регуляция | ОК-3 3 31, В1, ОПК-1 31, У 1 |
| 29 | Определение биологического возраста по степени скелетной и половой зрелости | ОК-3 31, В1, ОПК-2 31, В 1 |
| 30 | Двигательная активность при старении | ОК-3 31, В 1 ОПК-1 3 1, В1 |
| 31 | Морфологические изменения в подростковом и юношеском. | ОК-3 31, В 1 ОПК-1 3 1, В1, |
| 32 | Понятие конституции человека. Типы конституций | ОК-3 31, В 1 ОПК-2 3 1, В1, |
| 33 | Тотальные размерные признаки, их возрастные и половые особенности | ОК-3 31, В 1 ОПК-1 3 1, В1, |
| 34 | Смещаемость внутренних органов у спортсменов | ОК-3 31, В 1 ОПК-2 3 1, В1, |
| 35 | Общая периодизация онтогенеза | ОК-3 31, У 1 |
| 36 | Адаптация, её механизм и морфологические проявления в организме спортсменов | ОК-3 31, У 1 |
| 37 | Видовая продолжительность жизни и факторы, влияющие на неё. | ОК-3 31, В1, ОПК-1 У1, В1 |
| 38 | Онтогенез человеческого организма. Закономерности роста и развития | ОК-3 31, У 1 ОПК-1 У1, В1 |
| 39 | Осанка. Определение типа осанки по антропометрическим точкам | ОК-3 31, В1, ОПК-2 У1, В1 |
| 40 | Описание формы грудной клетки; скелета верхней и нижней конечностей | ОК-3 31, В 1 |
| 41 | Перестройка скелета и суставно-связочного аппарата под влиянием различных физических нагрузок | ОК-3 31, В 1 ОПК-2 3 1, В1, |
| 42 | Измерения обхватных размеров, веса тела и кожно-жировых складок. | ОК-3 31, В 1 ОПК-1 3 1, В1, |
| 43 | Классификация фигур людей по типу телосложения | ОК-3 31, В 1 |

| | | |
|----|---|--------------------------------|
| | | ОПК-2 З 1, В1, ОК-3 З1, У 1 |
| 44 | Патологические изменения в опорно-двигательном аппарате спортсменов | |
| 45 | Измерения продольных размеров и диаметров частей тела. | ОК-3 З1, У 1 |
| 46 | Изменения в мышечной системе при нагрузках высокой интенсивности, статических и динамических. | ОК-3 З1, В1, ОПК-1 У1, В1 |
| 47 | Характеристика типов телосложения по показателям длины тела, метрическому индексу и корреляции роста частей тела | ОК-3 З1, У 1 ОПК-1 У1, В1 |
| 48 | Морфологические изменения у людей зрелого и старческого возраста | ОК-3 З1, В1, ОПК-2 У1, В1 |
| 49 | Методы исследования сводов стопы. Причины развития плоскостопия, его влияние на функцию всего организма. | ОК-3 З1, В 1 |
| 50 | Участие эндокринных органов в процессе адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам. Общий адаптационный синдром | ОК-3 З1, В 1 |

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ (Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на экзамене оцениваются по пятибалльной шкале.

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

«Отлично» (5) – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Хорошо» (4) - оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

«Удовлетворительно» (3) - оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Неудовлетворительно» (2) - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.