Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Салимов Марат Ильдусович
cn=Салимов Марат Ильдусович,
o=Екатеринбургский институт
физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО "УралГУФК",
ou=Зам.директора по УР,
email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
2025.09.18 14:49:47 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной работе
_____М.И.Салимов

«30» января 2025 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **«МОРФОЛОГИЯ»**

Направление подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Форма обучения – очная, с применением дистанционных образовательных технологий

Объем программы- 6 часов

Екатеринбург 2025 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Морфология»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры естественнонаучных дисциплин протокол № 5 от « 9» января 2025 г.
Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 5 от «30» января 2025 г

Заведующий кафедрой О.С. Рогов

Согласовано:
Декан ФПК и ППК М.В. Светлакова

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

код компетенции	Наименование компетенции	Степень реализации компетенции (полностью или частично)	Индикаторы достижения компетенции	Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников
1	2	3	**4**	5
ОПК-4	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития занимающихся	**ОПК-4.1.** **Знает** **Пороговый уровень** - методы измерения и оценки физического развития человека **Высокий уровень** - методы измерения и оценки физического развития человека, оценки двигательных качеств **Повышенный уровень** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека **ОПК-4.2.** **Умеет** **Пороговый уровень** - использовать методы измерения и оценки физического развития человека - пользоваться контрольно-измерительными приборами; **Высокий уровень** - использовать методы измерения и оценки физического развития человека и показатели физического развития, анализа положений и движений, - пользоваться контрольно-измерительными приборами **Повышенный уровень** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя	**Код 05.004** Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 г. № 526н "Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре». A/02.4 Проведение занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп по утвержденным программам D/01.6 Руководство методическим обеспечением организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп **Трудовые действия** Разработка стратегии активного отдыха,

			степень соответствия их контрольным нормативам; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; **ОПК-4.3.** **Имеет опыт:** - проведения антропометрических измерений;	физкультурного и спортивного процессов в образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организациях, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Трудоемкость
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	4
Лекции (Лек)	4
Практические занятия (Пр)	-
Самостоятельная работа, в том числе	2

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1 Общая морфология				
	1.1 Задачи спортивной морфологии. История развития данной науки. Истоки возрастной спортивной морфологии.	*Лекции* Динамика ростовых процессов. Возрастная периодизация. Изменение базовых показателей в онтогенезе. Характеристика внешних форм тела. Характеристика туловища. Характеристика шеи. Характеристика конечностей.	2	
Модуль №2 Частная морфология				
	2.1 Изменение мышечной массы у лиц различных соматических типов и вариантов развития. Адаптация.	*Лекции* Вода в организме. Развитие и формирование звеньев тела. Развитие грудной клетки. Развитие живота. Развитие костей пояса верхней конечности. Кости свободной верхней конечности. Строение скелета нижней конечности. Некоторые проблемы адаптации. Закономерность адаптации к физическим нагрузкам. *Самостоятельная работа студентов* Развитие учения о конституции человека. Краткий обзор школ конституциологии. Соматотипирование лиц женского пола. Соматотипирование лиц подросткового возраста.	2	2

3.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема практических занятий	Интерактивные формы проведения занятий
Измерение параметров тела	Кейс-задание
Исследование нарушений развития тела	Кейс-задание
Исследование пропорций тела	Кейс-задание
Соматотипирование	Кейс-задание

4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СЛУШАТЕЛЕЙ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

4.1. Рекомендуемая тематика самостоятельной работы студентов

Модуль №1 Общая морфология
Тема **Задачи спортивной морфологии. История развития данной науки. Истоки возрастной спортивной морфологии** *Самостоятельная работа студентов* Возрастные особенности детей дошкольного и школьного возраста. *Форма отчетности – конспект в тетради*
Тема **Компоненты тела и их строение** *Самостоятельная работа студентов* Изменение мышечной массы в онтогенезе. *Форма отчетности – конспект в тетради*
Тема **Частная телесная конституциология** *Самостоятельная работа студентов* Развитие учения о конституции человека. Краткий обзор школ конституциологии. Соматотипирование лиц женского пола. Соматотипирование лиц подросткового возраста. *Форма отчетности – конспект в тетради*
Модуль №2 Частная морфология
Тема **Изменение мышечной массы у лиц различных соматических типов и вариантов развития** *Самостоятельная работа студентов* Изменение мышечной массы под влиянием тренировок. Изменение костной массы под влиянием тренировок. *Форма отчетности – конспект в тетради*

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Текущий контроль сформированности компетенций проводится в виде обсуждения результатов выполнения контрольных работ, тестирования, а также самостоятельно подготовленных студентами заданий.

Примерный проверочный тест

Морфология человека - это…

1)наука о форме и строении тела человека на разных уровнях организации составляющих его структур в связи с их функциями и историей развития;

2)система наук, объектами изучения которой являются живые существа и их взаимодействие с окружающей средой;

3)область науки, изучающую организм человек а, его нормальное и патологическое строение и функционирование, заболевания, патологические состояния, методы их диагностики, коррекции и лечения с теоретических позиций;

4)это наука о жизнедеятельности организма и его отдельных частей – клеток, органов, функциональных систем.

Сложные явления, результаты метаболических процессов и размножения клеток, увеличение их размеров, процессов дифференцировки, формообразования, называется ….

1) рост
2) старение
3) развитие
4) размножение

Длина тела, вес и обхват груди, называются ….

1) общие размеры тела
2) полные размеры тела
3) тотальные размеры тела
4) не полные размеры тела

Более генетически зависим показатель, такой как …

1) вес тела
2) рост тела
3) обхват талии
4) обхват груди

Онтогенез - это…

1) историческое развитие организмов
2) индивидуальное развитие организма
3) популяционное развитие организма
4) эволюционное происхождение

Весь период индивидуального развития делят на:

1) постнатальный
2) корпоральнй
3) пренатальный
4) перестальный

Нанизм и гигантизм наступает в следствии …

1) нарушения деятельности желез внутренней секреции
2) нарушения деятельности желез внешней секреции
3) нарушения опорно-двигательного аппарата
4) снижения эффективности гормонов

Особые органеллы клетки, основной функцией которых является синтез АТФ - …

1)рибосомы
2) митохондрии
3) лизосомы 4) ядро

Основные механизмы приспособления организма - …

1) искусственный отбор

2) естественный отбор и мутационный процесс

3) популяционно-видовой отбор

4) действие изоляции

Биологический возраст – это …

1) понятие, отражающее степень морфологического и физиологического развития организма

2) понятие, отражающее степень хронологического развития организма

3) понятие, отражающее степень физического развития организма

4) понятие, отражающее степень интеллектуального развития организма

Морфология человека взаимосвязана с такими науками, как…

1) анатомия и физиология

2) математика и лингвистика

3) физика и химия

4) биология

ВОПРОСЫ К САМОПОДГОТОВКЕ:

1. морфологические изменения в организме, как структурный след адаптации всех органов и систем организма человека.

2. Общие принципы адаптации организма к спортивной деятельности.

3. Факторы, способствующие развитию стресса у спортсменов.

4. Особенности адаптации костной системы у спортсменов различных специализаций.

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.

6. Методы исследования подвижности суставов.

7. Особенности адаптивных изменений суставов у спортсменов различных специализаций.

8. Варианты адаптации скелетных мышц спортсменов различных специализаций.

9. Определение термина "осанка". Особенности осанки спортсменов отдельных специализаций.

10. Методы исследования осанки. Патологические изменения позвоночника.

11.Методы исследования сводов стопы.

12.Адаптация системы внешнего дыхания к физическим нагрузкам. Форма и подвижность грудной клетки.

13. Воздействие физических нагрузок на структуру и функцию органов пищеварения и мочеполовые органы. Возможности их патологических изменений.

14. Адаптация сердечно-сосудистой системы спортсменов к физическим нагрузкам различно распределенных по времени и интенсивности.

15. Гипертрофия миокарда. Морфологические изменения миокарда в условиях его перетренированности.

16. Изменения органов иммунной системы в процессе адаптации организма к физическим нагрузкам. Причины снижения иммунитета у спортсменов.

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

18.Соматотип спортсмена. Определение понятия.

19. Антропометрические методики, их цели.

20. Антропометрические инструменты.

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

22. Пропорции тела спортсменов. Особенности классификации пропорций по методике Шевкуненко-Гесселевича и Бунака.

23. Соматотип спортсмена, методы его оценки.
24. Критерии, заложенные в оценку соматотипов по Черноруцкому и по Сиго.
25. Классификация соматотипов по Бунаку.
26. Классификация соматотипов по Штефко и Островскому.
27. Критерии, заложенные в оценку соматотипов по Шелдону.
28. Классификация соматотипов по методике Хит-Картера.
29.Значение оценки соматотипа для спортивного отбора и спортивной ориентации.

6. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Курсовые работы (рефераты) не предусмотрены.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Основная литература

1. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для академического бакалавриата / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 416 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-8588-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E511C6F2-C5CB-4B7E-A018-B4155FC63F3D.
2. Гаркави Л.Х., Квакина Е.Б., Уколова М.А. Адаптационные реакции и резистентность организма. Ростов-на Дону, 2011.
3. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. М., "ФиС", 2012.
4. Козлов В.И., Гладышева А.А. Основы спортивной морфологии М., "ФиС", 2012.
5. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. М, "Ф и С", 2010.
6. Никитюк Б.А., Гладышева АА. Анатомия и спортивная морфология (практикум). М., "ФиС", 2013.
7. Сапин М.Р., Никитюк Д.Б. Иммунная система, стресс и иммунодефицит. М, 2010.
8. Сологуб Е.Б., Таймазов В.А Спортивная генетика, М., 2010
9. Туманян Г.С., Мартиросов Э.Г. Телосложение и спорт. М., "ФиС", 2011.

7.2. Дополнительная литература

1. Гаркави Л.Х., Квакина Е.Б., Уколова М.А. Адаптационные реакции и резистентность организма. Ростов-на Дону, 2011.

2. Сапин М.Р., Никитюк Д.Б. Иммунная система, стресс и иммунодефицит. М, 2010.

3. Саркисов Д.С. Структурные основы адаптации и компенсации нарушенных функций. М., Медицина, 2013.

4.Сологуб Е.Б., Таймазов В.А Спортивная генетика, М., 2010

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Программное обеспечение

При изучении данной дисциплины используется:

GNU GPL: Операционная система Linux + Офисный пакет LibreOffice + Браузер Chromium, Mozilla Firefox.

8.2. Материально-техническое обеспечение

Комплект инструментов для морфометрического исследования в составе физиологической лаборатории

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В соответствии с требованиями реализация компетентностного подхода предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (тренингов, «case-study»). Практические занятия ориентированы на современные образовательные технологии (программированное обучение, модульное обучение). Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 50% аудиторных занятий.