

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



А.А. Панфилов

08 2018 г.

ФК-18

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СПОРТИВНАЯ МОРФОЛОГИЯ

Направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль подготовки «Физическая культура»

Уровень высшего образования Бакалавриат

Форма обучения: Очная

Семестр	Трудоемкость зач. ед, час.	Лек- ции, час.	Практические занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
3	4 ЗЕТ/144	18	18	-	63	Экзамен 45
Итого	4 ЗЕТ/144	18	18	-	63	Экзамен 45

Владимир 2018

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины формирование теоретических фундаментальных знаний по основным закономерностям морфологических изменений в организме и его адаптации его к мышечной деятельности в зависимости от величины нагрузок, возрастных, половых особенностей, занятий массовой физической культурой или различными видами спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Учебная дисциплина относится к базовой части Блока 1. Для освоения дисциплины используются знания, умения и навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия», «Биомеханика». Настоящая дисциплина обеспечивает эффективное изучение таких последующих дисциплин, как: «Физиология», «Методика обучения и воспитания», а также грамотно реализовать полученные знания в педагогической практике в образовательной или спортивной школе.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

знать:

- особенности реализации образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);
- закономерности физиологического и психического развития, психофизические и индивидуальные особенности человека, особенности их проявления в образовательном процессе в разные возрастные периоды (ПК-9);
- современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);

уметь: - пользоваться в экспериментах основными морфологическими и физиологическими методами (пульсометрия, электрокардиография, спирометрия, запись кардиограммы, миограммы, пневмограммы) (ПК-9);

- анализировать результаты экспериментальной работы, составлять протоколы опытов, делать теоретические и практические выводы (ПК-2);
- использовать приобретенные знания, умения и навыки в проведении научно-исследовательской работы.

владеть:

- методами и формами проведения спортивного отбора;
- методами построения модели спортсмена в зависимости от спортивной специализации;
- техникой постановки лабораторного эксперимента.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС	КП / КР		
1	Структурная адаптация организма к физическим нагрузкам	3	1	1	1				6		
2	Общебиологические закономерности адаптации	3	2-3	1	1				6		
3	Адаптация систем исполнения движений спортсменов	3	4	2	2				6		
4	Адаптация систем обеспечения движений спортсменов	3	5-6	2	2				6	2/50	Рейтинг-контроль №1
5	Методы антропометрических исследований. Техника антропометрии	3	7-8	2	2				6		
6	Методы исследования подвижности суставов (гониометрия), динамометрия, исследование осанки тела, плантография.	3	9-10	2	2				6	2/50	
7	Основы дерматоглифики.	3	11-12	1	1				6		Рейтинг-контроль №2
8	Оценка физического развития.	3	13-14	2	2				6	2/50	
9	Конституциональные особенности организма. Понятие о конституции и соматотипе.	3	15-16	2	2				6	2/50	
10	Классификации конституциональных типов. Значение соматотипа для спортивного отбора.	3	17	2	2				6	1/25	
11	Генетические маркеры	3	18	1	1				3		Рейтинг-

конституции.								контроль №3
Всего		18	18		63	9/25		Экзамен 45

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Учебный процесс по дисциплине «Спортивная морфология» осуществляется с использованием мультимедийной техники, активных и интерактивных форм проведения занятий (ролевые игры, разбор конкретных ситуаций и др.) с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Критериями успешности освоения учебного материала студентом являются: регулярность посещения учебных занятий, а также экспертная оценка преподавателем степени освоения учебного материала при текущем опросе, по результатам контрольных работ, тестов, по итогам самостоятельной работы в виде рефератов, докладов. Ниже прилагается перечень примерных вопросов к тестам и темы контрольных работ.

ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ:

Рейтинг-контроль № 1

Контрольная работа № 1

Вариант 1

- 1 Методы изучения спортивной морфологии. Классификация спортивной морфологии.
- 2 Основные этапы онтогенеза: эволюционный, стабильный, инволюционный.
- 3 Основные закономерности роста и развития: эндогенность, цикличность, постепенность, непрерывность и неравномерность, гетерохронность. Биологический возраст ребенка.
- 4 Биологический возраст взрослого человека.

Вариант 2

- 1 Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела.
- 2 Половое созревание: половое созревание девочек, половое созревание мальчиков. Прогнозирование сроков полового созревания, дефинитивных размеров тела и развития двигательных качеств.
- 3 Акселерация развития. Факторы роста и развития организма: взаимодействия наследственного и приобретенного. Близнецовый метод исследования.
- 4 Взаимосвязь биологического, двигательного возраста и двигательных качеств.

Рейтинг-контроль № 2

Контрольная работа № 2

Вариант 1

- 1 Размеры тела: тотальные размеры тела, парциальные размеры тела.
- 2 Пропорции тела. Состав массы тела. Соматотипы. Симметрия и асимметрия в строении тела.
- 3 Половой диморфизм: проявления пола; морфологические отличия мужчин и женщин; морфологические отличия в онтогенезе.
- 4 Осанка и ее анатомические основы в зависимости от пола, возраста и спортивной специализации.

Вариант 2

- 1 Мышечная система. Возрастные и функциональные особенности роста различных групп мышц по расположению и выполняемой работе.
- 2 Механизм мышечного сокращения. Энергетическое обеспечение мышечного сокращения.

3 Функциональные особенности роста кости. Строение кости и ее состав. Строение черепа. Строение скелета туловища. Строение скелета верхней конечности. Строение скелета нижней конечности.

4 Типы соединения костей.

Рейтинг-контроль № 3

ТЕСТ 1

1. Спортивная морфология человека - это...

1) специальный курс функциональной анатомии, в котором подробно изучаются адаптационные и компенсаторные изменения в организме спортсмена на разных уровнях его строения: клеточном, тканевом, органном и системном;

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

3) область науки, изучающую организм человека, 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.

2. Общий адаптационный синдром не проходит фазу

1) тревоги

2) истощения

3) устойчивости

4) сопротивления

3. При рациональной форме адаптации трубчатой кости остеобласты активно строят кость

1) изнутри и снаружи

2) со стороны костномозговой полости

3) на наружной поверхности кости

4. Основы теоретической анатомии заложил...

1) М.В. Ломоносов

2) П.Ф. Лесгафт

3) Г. Морг

4) М.Ф. Иваницкий

5. Основные механизмы приспособления организма - ...

1) искусственный отбор

2) естественный отбор и мутационный процесс

3) популяционно-видовой отбор

4) действие изоляции

6. Какие морфологические признаки используются при спортивном отборе

1) совокупность внешних и внутренних признаков организма, приобретённых в результате онтогенеза

2) совокупность генов данного организма

3) тотальные размеры тела, пропорции тела, состав массы тела, возраст, пол

7. Морфология человека взаимосвязана с такими науками, как...

1) анатомия и физиология

2) математика и лингвистика

3) физика и химия

4) биология

8. АДАПТАЦИЯ – это

1) использование резерва внутриклеточной регенерации

2) смещаемость внутренних органов, сердца и сосудов при выполнении физических упражнений

3) ухудшение иммунологической защиты организма

4) приспособление организма к изменяющимся условиям существования

9. Фактор, разграничивающий рациональную и нерациональную формы адаптации

1) рост

- 2) старение
- 3) фактор времени
- 4) размножение

10. Ответная реакция на различную интенсивность или дозу действующего фактора

подчиняется правилу

- 1) Матье-Коллена
- 2) Арндта-Шульце
- 3) Хит-Картера

11. Исправьте ошибки во времени формирования суставов:

Коленный и голеностопный суставы формируются -11-15 лет,

локтевой сустав – до 30-40 лет.

плечевой и тазобедренный суставы – - 7 лет,

соединения позвоночного столба – 15 лет,

а лучезапястный сустав –11-12 лет,

ТЕСТ 2

1. При адаптации химический состав костей сдвигается в сторону

- 1) не изменяется
- 2) увеличения содержания неорганических веществ (кальция, фосфора),
- 3) увеличения содержания органических веществ
- 4) уменьшения содержания неорганических веществ (кальция, фосфора),

2. Функциональный, эволюционный, онтогенетический и экологический подход в исследованиях использует...

- 1) морфология
- 2) биология
- 3) генетика
- 4) медицина

3. Какие стадии адаптации вы знаете:

- 1) Функциональная и морфофункциональная
- 2) Спонтанная и последовательная
- 3) Мышечная и соединительнотканная
- 4) психологическая и физическая

4. Не относится к задачам спортивной морфологии

- 1) определение морфофункциональных признаков, которые могут быть использованы в качестве критериев спортивного отбора и спортивной ориентации;
- 2) знать причины здоровья и болезни человека
- 3) установление информативности морфофункциональных признаков как критериев контроля за состоянием тренированности спортсмена;
- 4) изучение морфофункциональных проявлений адаптации организма к действию физических нагрузок в соответствии с возрастно-половой, этно-территориальной, конституциональной и профессиональной принадлежностью, а также с учетом средств и методов физической культуры.

5. Существует ... и ... вид морфологических исследований роста у человека.

- 1) продольный
- 2) вертикальный
- 3) поперечный
- 4) горизонтальный

6. Не относится к основным типам пропорций тела:

- 1) долихоморфный
- 2) брахиморфный
- 3) мезоморфный
- 4) индоморфный

7. Норма реакции - это

- 1) благоприятное сочетание наследственных факторов

- 2) восприимчивость организма к физическим нагрузкам
- 3) сопряженность роста и развития с наследственно устойчивыми признаками
- 4) индивидуальные особенности восприимчивости организма к действию конкретного фактора среды

8. Что входит в понятие общей спортивной морфологии:

- 1) отбор и наблюдение
- 2) адаптация и отбор
- 3) изучает особенности строения тела спортсменов определенной специализации
- 4) морфологический контроль за состоянием мышечной системы спортсменов

9. Рациональная форма адаптации сердечной мышцы характеризуется:

- 1) постепенным развитием, с использованием механизмов внутриклеточной (молекулярной, внутриорганойдной, органойдной) регенерации
- 2) внутриклеточное обновление органелл не используется
- 3) гипертрофией кардиомиоцитов и миокарда в целом

10. У женщин обхват груди измеряется ...

- 1) на уровне 8го ребра
- 2) на уровне 4го ребра
- 3) по нижнему краю грудной железы
- 4) по верхнему краю грудной железы

11. Количество повторений упражнений и время, необходимое для достижения нужной подвижности в отдельных суставах (исправьте ошибку):

- для развития подвижности в тазобедренном суставе - 20-25дней.
- позвоночного столба – 30-60дней,
- голеностопного, коленного, локтевого и плечевого суставов – 25-30дней,
- лучезапястного сустава – 60-120 дней.

ТЕСТ 3

1. Функциональный подход в спортивной морфологии заложил...

- 1) М.В. Ломоносов
- 2) П.Ф. Лесгафт
- 3) Т. Морг
- 4) М.Ф. Иваницкий

2. Методы спортивной морфологии

- 1) Антропометрии и антропоскопии, рентгенологический, ультразвуковой, препарирования, микроскопия, педагогического эксперимента, эксперименты на животных
- 2) рентгенологический, объективный, физический, химический
- 3) физический, химический, бактериологический, органолептический

3. Что не входит в задачи адаптации:

- 1) поддержание гомеостаза организма
- 2) на обеспечение максимальной продолжительности жизни и репродуктивности в неадекватный условиях среды
- 3) на обеспечение работоспособности,
- 4) морфологический контроль за состоянием мышечной системы спортсменов

1. Адаптация соединений костей идет в направлении

- 1) уменьшения амплитуды движений
- 2) увеличения амплитуды движений
- 3) не изменяется

5. Факторы, обуславливающие эффект адаптации

- 1) фактор гипоксии и гипергемации
- 2) Доза и норма реакции
- 3) температурный режим, изменение состава воздуха
- 4) питание и режим

6. У мужчин обхват груди измеряется ...

- 1) спереди, на уровне 1го ребра
- 2) спереди, на уровне 12го ребра
- 3) на уровне сосков
- 4) спереди, на уровне 10го ребра

7. Соотношение размеров отдельных частей тела, называется ...

- 1) длина тела
- 2) рост
- 3) пропорции тела
- 4) телосложение

8. Главная цель исследований структурно-адаптационных механизмов действия

механических нагрузок

- 1) подготовке спортсменов к участию в ответственных соревнованиях
- 2) исключение лиц, недостаточно биологически приспособленных к воздействию экстремальных механических воздействий
- 3) привить знания, умения и навыки, необходимые для научно-обоснованного проведения тренировочного процесса
- 4) определить тип телосложения

9. Длинные ноги, короткое и узкое туловище – характеристика ... типа телосложения.

- 1) мезоморфного
- 2) брахиморфного
- 3) долихоморфного

10. Длина тела, вес и обхват груди, называются

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

11. Не относится к функции спортивной морфологии

- 1) профилактика неблагоприятного воздействия высоких нагрузок
- 2) изучает морфологическую норму
- 3) изучает строение и функции органов и систем человеческого организма
- 4) изучает предпатологические и патологические состояния структур тела

12. Исправьте ошибки во времени формирования суставов:

Коленный и голеностопный суставы формируются -11-15 лет,
локтевой сустав – до 30-40 лет.

плечевой и тазобедренный суставы – - 7 лет,

соединения позвоночного столба – 15 лет,

а лучезапястный сустав –11-12 лет,

Коленный и голеностопный суставы формируются - 7 лет,

локтевой сустав –11-12 лет,

плечевой и тазобедренный суставы – 11-15 лет,

соединения позвоночного столба – 15 лет,

а лучезапястный сустав – до 30-40 лет.

13. Количество повторений упражнений и время, необходимое для достижения нужной подвижности в отдельных суставах (зависит от развития мышечной системы и связочно-суставного аппарата):

для развития подвижности в тазобедренном суставе - 60-120 дней,

позвоночного столба –30-60дней,

голеностопного, коленного, локтевого и плечевого суставов –25-30дней,

лучезапястного сустава –20-25дней.

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ ПО СПОРТИВНОЙ МОРФОЛОГИИ

1. Спортивная морфология как наука и предмет изучения. Задачи и содержание; связь с

другими предметами медико-биологического и спортивно-педагогического циклов.

2. Методы изучения. Классификация спортивной морфологии. Основные этапы онтогенеза: эволюционный этап, стабильный этап, инволюционный этап.
3. Основные закономерности роста и развития: эндогенность, цикличность, постепенность, необратимость, синхронность.
4. Биологический возраст ребенка. Биологический возраст взрослого человека
5. Интегральные показатели биологического возраста
6. Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела.
7. Половое созревание: половое созревание девочек, половое созревание мальчиков.
8. Прогнозирование сроков полового созревания, дефинитивных размеров тела и развития двигательных качеств.
9. Акселерация развития. Факторы роста и развития организма: взаимодействия наследственного и приобретенного. Близнецовый метод исследования
10. Биологический возраст, двигательный возраст и двигательные качества
11. Конституциональная морфология
12. Размеры тела: тотальные размеры тела, парциальные размеры тела.
13. Пропорции тела. Состав массы тела. Соматотипы.
14. Модель здорового человека. Осанка и ее анатомические основы.
15. Симметрия и асимметрия в строении тела.
16. Половой диморфизм: проявления пола; морфологические отличия мужчин и женщин; морфологические отличия в онтогенезе.
17. Адаптация к физическим нагрузкам систем исполнения движений.
18. Костная система: функциональные особенности роста кости.
19. Функциональные особенности строения кости.
20. Череп: скелет туловища, верхняя конечность; нижняя конечность.
21. Мышечная система.
22. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений: нервная система
23. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений: пищеварительная система
24. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений: дыхательная и мочеполовая системы.
25. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений: сердечно-сосудистая система.
26. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений: система крови.
27. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений: эндокринная система
28. Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе.
29. Отбор в спорте: методы проведения отбора; модель спортсмена.
30. Формы спортивного отбора: констатирующая, прогностическая.
31. Формы адаптации организма к физическим нагрузкам: рациональная, нерациональная.
32. Управление адаптацией организма к физическим нагрузкам. Учет факторов возраста и пола. Учет фактора конституции.
33. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: баскетбол и волейбол.
34. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: гандбол и футбол.
35. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: борьба и бокс.
36. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: лыжный спорт.
37. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: велосипедный спорт.
38. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: плавание.
39. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: легкая атлетика.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов заключается в изучении и анализе специальной и научно-популярной литературы, интернет-ресурсов. Контроль самостоятельной работы осуществляется на семинарах и коллоквиумах. Изученный материал представлен в виде устного или письменного доклада. Детальная проработка какой-либо темы оформляется в виде реферата.

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы студентов

1. Определение понятия и задачи курса ОСМ.
2. Аппарат внешнего дыхания. ЖЕЛ у спортсменов разной специализации.
3. Методы исследования в ОСМ.
4. Морфо – функции, адаптация сердечно-сосудистой системы спортсменов.
5. Адаптация. Примеры адаптации организма к внешним и внутренним воздействиям.
6. Изменения работы сердечно-сосудистой системы под влиянием физических упражнений.
7. Система организма, осуществляющая процесс адаптации.
8. Физиологическая (рабочая) гипертрофия сердца (характер изменения миокарда, мягкого скелета сердца, его сосудов и иннервации).
9. Функциональные системы саморегуляции, принципы их работы.
10. Морфология и причины перенапряжения гипертрофированного миокарда.
11. Методы исследования костной системы.
12. Определение термина "конституция человека" и факторы, ее обуславливающие.
13. Общие и локальные изменения в костях скелета.
14. Признаки конституции типов по В.В. Бунаку.
15. Влияние физических нагрузок на рост и развитие костей.
16. Конституционные особенности спортсменов разных специализаций и значение изучения конституционных признаков для практики спорта.
17. Методы исследования соединения костей.
18. Определения понятия "пропорции тела человека" и факторы, ее обуславливающие.
19. Определение понятия "гибкость".
20. Методы исследования пропорции тела.
21. Морфологические факторы, обеспечивающие увеличение подвижности.
22. Классификация пропорций тела по В.В. Бунаку.
23. Факторы, тормозящие движение в суставах и способы их определения.
24. Пропорции тела спортсменов разных специализаций.
25. От чего зависит сила мышц? Методы ее определения.
26. Определение понятия "физическое развитие" и факторы, его обуславливающие.
27. Определение понятия "топография мышечной силы" и значение оценки топографии мышечной силы различных мышечных групп.
28. Методы оценки физического развития человека.
29. Изменение скелета мышц при работе динамического и статического характера. Физиологический поперечник скелета мышц.
30. Метод индексов для оценки физического развития спортсменов и его недостатки.
31. Осанка и факторы ее определяющие. Методы определения осанки.
32. Метод стандартов и антропометрических профилей по Мартину.
33. Морфо – функциональные особенности верхних конечностей спортсменов разных специальностей.
34. Метод корреляции и шкал регрессии.
35. Морфо – функциональные особенности нижних конечностей спортсменов разных специальностей.
36. Значение изучения методов оценки физического развития для тренеров и спортсменов.

37. Морфо – функциональные особенности стопы спортсменов. Методы определения индексов стопы по О. Фридлянду и М. Чижину.
38. Методы определения длиннотных размеров.
39. Определение площади поверхности тела, удельного веса тела.
40. Методы определения поперечных размеров.
41. Компоненты веса тела, их роль и значение для спортсменов.
42. Методы определения периметров.
43. Определение по методу Матейки абсолютных и относительных масс мышечной и костной ткани. Их значение для оценки физического развития.
44. Методы определения жировых складок.
45. Изменение функции внешнего дыхания под влиянием мышечной работы.
46. Антропометрический инструментарий.

Темы рефератов

1. Модель здорового человека. Осанка и ее анатомические основы в зависимости от пола, возраста и спортивной специализации.
2. Механизм мышечного сокращения. Энергетическое обеспечение мышечного сокращения и его возрастные особенности.
3. Отбор в спорте: методы проведения отбора; модель спортсмена. Формы спортивного отбора: констатирующая, прогностическая.
4. Морфофункциональный статус при спортивном отборе. Формы адаптации организма к физическим нагрузкам: рациональная, нерациональная.
5. Управление адаптацией организма к физическим нагрузкам. Учет факторов возраста и пола. Учет фактора конституции.
6. Особенности спортивной специализации и морфологического статуса спортсменов в зависимости от специализаций: баскетбол и волейбол, гандбол и футбол, борьба и бокс, лыжный спорт, велосипедный спорт, плавание и легкая атлетика.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

- 1 Рожков, М.С., Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии [Электронный ресурс]: учебное пособие / Рожков М. С. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2015. - 132 с. - ISBN -- - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/sibgufk_043.html
- 2 Иваницкий, М.Ф., Анатомия человека [Электронный ресурс]: Учебник для институтов физической культуры / М.Ф. Иваницкий; Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского - М. : Спорт, 2018. - 624 с. - ISBN 978-5-9500179-2-6 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950017926.html>
- 3 Этинген, Л.Е., Тело человека: знакомое и незнакомое [Электронный ресурс] / Л.Е. Этинген - М. : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 407 с. - ISBN 978-5-94193-914-5 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785941939145.html>

Дополнительная литература

- 1 Иваницкий, М.Ф., Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Электронный ресурс] : Учебник для институтов физической культуры / Иваницкий М.Ф., Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского. - Изд. 9-е. - М. : Человек, 2014. - 624 с. - ISBN 978-5-906131-19-5 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131195.html>
- 2 Возрастная анатомия и физиология. Основы профилактики и коррекции нарушений в развитии детей: Учебник для вузов / Гуровец Г.В., Под ред. В.И. Селиверстова. - М.: ВЛАДОС, 2013. - (Учебное пособие для вузов и сузов). - ISBN9785691019319 <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785691019319.html>

3 Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков): учеб. пособие для студентов пед. вузов / Ю.И. Савченков, О.Г. Солдатова, С.Н. Шилов. - М.: ВЛАДОС, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785691018961.html>

4. Здоровый образ жизни: учебное пособие / В.А. Пискунов, М.Р. Максинаева, Л.П. Тупицына и др. - М: Прометей, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223559.html>

Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры, научно-практический журнал /под. ред. Л.И. Лубышевой.- М: Теория и практика физической культуры и спорта, 2014 – 2015.- ISBN 0040-3601. Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул.Университетская, д.1 http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097
2. Научно-методический журнал «Физическое воспитание и детско-юношеский спорт», Юность России, 2014 - 2015.- ISBN2227-6181. Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул.Университетская, д.1. http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097
3. Научно-практическое и информационное издание «Спорт. Экономика. Право, Управление»/- М:Издательская группа "Юрист"2014 - 2015.- ISBN2070-2175 Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул.Университетская, д.1 http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097
4. Информационно-спортивный бюллетень «Спортивный Владимир» Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул.Университетская, д.1
5. Гигиена и санитария, научно-практический журнал / под. ред. Г.И. Румянцева. - М.: Медицина, 2011 – 2019
<http://www.studentlibrary.ru/book/0016-9900-2011-06.html>
<http://www.studentlibrary.ru/book/0016-9900-2012-01.html>
<http://www.studentlibrary.ru/book/0016-99005.html>
6. Журнал Лечебная физическая культура и спортивная медицина. 2015 г. №1 (127)-№6 (132)
7. Журнал Адаптивная физическая культура.

Основные интернет-ресурсы

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» <http://www.infosport.ru>
2. Справочно-информационные источники <http://www.schooi.edu.ru>
3. Теория и практика физической культуры (информационный портал) <http://www.teoriya.ru>

Библиотеки:

4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
5. Библиотека Ихтика» (полнотекстовая) <http://ihtik.lib.ru>
6. Журналы:
 1. «Теория и практика физической культуры» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
 2. «Спорт для всех(архив)» <http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
 3. «Физическая культура; воспитание, образование, тренировка»(архив) <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>
7. Российский гуманитарный Интернет- университет <http://www.vusnet.ru/biblio>
8. Российский государственный университет физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики – (РГУФК; ГЦОЛИФК) <http://www.sportedu.ru>
9. Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма <http://www.akademsport.smolensk.ru>

7. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины используются:

Лекционная аудитория 109 спортивного корпуса 3 по адресу г. Владимир, ул. Университетская, дом 1. Оборудование аудитории: экран, доска, мел, стационарный мультимедийный комплекс с выходом в «Интернет».

Кабинет биохимии и гигиены (ауд. 103) спортивного корпуса 3 по адресу г. Владимир, ул. Университетская, дом 1.- для проведения лабораторных работ с оборудованием: переносной

мультимедийный комплекс, компьютер с выходом в «Интернет», экран, доска, мел, плакаты, таблицы стандартов физического развития, 2 велоэргометра, ступеньки для стэп-тестов, ширмы, секундомеры, тонометры, спирометры, пневмотахометры, кистевые и становые динамометры, ростомер, весы, толстотные циркули, сантиметровые ленты, калькуляторы, методические пособия сантиметровые ленты, калькуляторы, линейки, материал для самоподготовки: раздаточный материал с методическими сопровождением, полихроматические таблицы Рабкина.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки – «Физическая культура»

Рабочую программу составила кандидат биологических наук, доцент кафедры ТМБОФК _____ Косцова Е.В.

Рецензент(ы):

главный специалист-эксперт Управления Роспотребнадзора по Владимирской области, доктор медицинских наук _____ В.Н.Буренков

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

протокол № 1 от 31.08.18 года.

Заведующий кафедрой _____ Т.Е.Батоцыренова

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 44.03.01

протокол № 1 от 31.08.2018 года.

Председатель комиссии _____

Власов Т.В.