

Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра физической реабилитации и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета ФКиС
профессор, Гуцу В.Ф.
« ____ » _____ 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине
«Возрастная морфология»
на 2022-2023 учебный год

направление
7.49.03.01 Физическая культура

Профиль
Спортивная тренировка

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная, заочная

2022 ГОД НАБОРА

Тирасполь, 2022

Рабочая программа дисциплины «Возрастная морфология» разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО по направлению подготовки 7.49.03.01 «Физическая культура» и основной профессиональной образовательной программы и учебного плана по профилю «Спортивная тренировка».

Составитель рабочей программы

доцент, к.п.н.



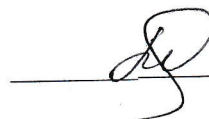
Михнева А.Г.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физической реабилитации и оздоровительных технологий

« 26 » 08 2022 г. протокол № 1

Зав. кафедры-разработчика

« 26 » 08 2022 г.



Михнева А.Г.

Зав. выпускающей кафедрой теории и методики физического воспитания и спорта

« 14 » 09 2022 г.



Ковалева Р.Е.

1. Цель освоения дисциплины – сформировать у студентов современные сведения о возрастных особенностях строения человеческого организма и о влиянии на них наследственности и факторов окружающей среды; дополнить полученные по анатомии человека знания, чтобы будущие специалисты на научной основе могли организовать процесс физического воспитания людей разных возрастных групп.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Возрастная морфология» находится в разделе Б.1.В.ДВ.06.02

Для освоения указанной дисциплины студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: анатомия человека, гигиенические основы физкультурной деятельности, физиология человека, возрастная анатомия. Именно они формируют представления о морфофункциональных свойствах и механизмах развивающегося организма. Обучающиеся, освоившие данную дисциплину, должны уметь применять знания по возрастной морфологии для решения своих профессиональных задач. Курс изучается в 2 семестре.

Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. По курсу «Возрастная морфология» предусмотрены лекционные занятия (18 часов), практические занятия (18 часов), самостоятельная работа студентов (36 часов) и зачет. Общая трудоемкость дисциплины «Возрастная морфология» составляет 2 зачетных единицы – 72 часа.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Категория компетенций	Код и наименование	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения		
Контроль и анализ	ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ИД-1ОПК-9, Знает: особенности контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся
		ИД-2ОПК-9, Умеет: осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся
		ИД-3ОПК-9, Владеет: способами контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Распределение трудоемкости в ЗЕТ/часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам:

Дневная форма обучения

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост. работы	
		Всего	Лекций	Лаб. .	Практич.		

V	2 з.е/ 72 часа	36	18	-	18	36	зачет
<i>Итого</i>	2 з.е/ 72 часа	36	-	-	-	36	
Заочная форма обучения							
VIII	2 з.е/ 72 часа	8	4	-	4	60	зачет
<i>Итого</i>	2 з.е/ 72 часа	8	-	-	-	60	4

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			СР
			Л	ПЗ	ЛЗ	
1	Общая возрастная морфология	14	6/2	8/2		18
2	Частная возрастная морфология	22	12 /2	10/ 2		18
ИТОГО:		36	18 /4	18/ 4		36

4.3. Тематический план по видам учебной деятельности

Лекции

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
Общая возрастная морфология				
1	1	2	1.Возрастная морфология как учебная дисциплина	Схемы
2	1	2/2	2. Факторы и основные закономерности роста и развития	Схемы, рабочие таблицы
3	1	2	3. Биологический возраст	Схемы, рабочие таблицы
Итого по разделу часов:		6/2		
Частная возрастная морфология				
1	2	2	Конституция человека	Схемы, рабочие таблицы
2	2	2/2	Возрастная периодизация	Схемы, рабочие таблицы
3	2	2	Возрастные преобразования структуры клеток	Схемы, рабочие таблицы
4	2	2	Старение организма и продолжительность жизни	
5	2	2	Возрастные изменения нервной системы	Схемы, рабочие таблицы
6	2	2	Возрастные изменения сердечно – сосудистой и дыхательной систем	
Итого по разделу часов:		12/2		

ИТОГО:	18/4		
--------	------	--	--

Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема практических (семинарских) занятий	Учебно-наглядные пособия
Общая возрастная морфология				
1	1	2	Соматометрия. Соматоскопия	раздаточный материал,
2	1	2/2	Определение обезжиренной массы тела	раздаточный материал,
3	1	2	Определение компонентов веса тела	раздаточный материал,
4	1	2	Оценка биологического возраста по Войтенко	раздаточный материал,
Итого по разделу часов:		8/2		
Частная возрастная морфология				
1	2	2	Оценка физического развития студента. Динамометрия	раздаточный материал,
2	2	2	Определение соматотипа по методу Хит - Картера	раздаточный материал,
4	2	2	Возрастные особенности опорно – двигательного аппарата	раздаточный материал,
5	2	2/2	Выявление нарушений осанки	раздаточный материал,
6	2	2	Характеристика стопы человека	раздаточный материал,
Итого по разделу часов:		10/2		
ИТОГО:		18/4		

Самостоятельная работа обучающегося

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид самостоятельной работы обучающегося	Трудоемкость (в часах)
Общая возрастная морфология			

Раздел 1	1.	История возникновения возрастной морфологии. Связь с другими науками.	2/5
	2.	Биологический возраст и его критерии.	4/5
	3	Классификация народов мира. Морфологическая характеристика рас.	4/5
	4	Морфологические особенности человека под влиянием высоких и низких температур, коротковолнового излучения (ультрафиолет, радиация), высокогорья.	4/5
Итого по разделу часов			14/20
Частная возрастная морфология			
Раздел 2	1.	Общая характеристика дошкольного возраста.	4/5
	2.	Общая характеристика младшего школьного возраста.	4/5
	3	Акселерация	4/5
	4	Развитие двигательной функции в онтогенезе.	2/5
	5	Возрастные преобразования и развитие выделительной системы.	4/5
	6	Обоснования границ возрастных периодов (по Бунаку В.В.; Ушакову Г.К.; Эльконину Д.Б.; Пиаже Ж. - на выбор).	4/5
Итого по разделу часов			22/30
ИТОГО:			36/60

5. Примерная тематика курсовых проектов (работ) (отсутствуют)
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

6.1. Обеспеченность обучающихся учебниками, учебными пособиями

№ п/п	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Ко-во экземпляров	Электронная версия	Место размещения электронной версии
	Основная литература					
	Возрастная морфология	Капилевич Л.В., Кабачкова	2009	3	+	Электронный вариант на кафедре

		А.В				
	Возрастная морфология	Михнева А.Г., Димитренко Е.В., Чебан И.Б.	2018	5	+	Электронный вариант на кафедре
	Возрастная морфология	Ермоленко Е.К.	2006	3	+	Электронный вариант на кафедре
	Дополнительная литература					
	Возрастная физиология	Безруких М.М.	2008	3	+	Электронный вариант на кафедре
Итого по дисциплине: % печатных изданий _70% ; 100 % электронных_____						

6.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Возрастная антропология [Электронный ресурс]: - Режим доступа:
<http://www.lomonosov-fund.ru/enc/ru/enclopedia:0132725:article/> -2012

6.3. Методические указания и материалы по видам занятий

1. Обязательным условием является посещение всех лекций и конспектирование излагаемого материала. 2. Усвоение и закрепление материалов лекции необходимо проводить в первые дни после ее прослушивания, так как это потребует наименьших затрат времени на изучение данной темы. 3. Вначале необходимо изучить конспект лекции, схемы и рисунки, приведенные в нём. При необходимости следует обратиться к рекомендованной литературе и дополнить лекционные сведения. 4. В заключение мысленно проработать ответы на вопросы плана лекции. 5. В случае пропуска лекции изучение материала и подготовку реферата по теме лекции проводить по рекомендованной литературе. При этом значительно увеличивается время самоподготовки. 6. Повторно возвратиться к материалам лекции необходимо: - при подготовке к итоговому занятию; - при подготовке к итоговому контролю (при этом необходимо обратить внимание на объем контрольных вопросов).

Закрепление материала практических занятий

1. Самостоятельная работа для закрепления знаний материала практического занятия наиболее эффективна при условии обязательного их посещения. Во время практического занятия студенты знакомятся с темой и учебными элементами занятия. Пользуясь учебником и учебными пособиями, получая консультацию преподавателя, знакомятся с терминологией по физиологии спорта. 2. Закрепление знаний материала практических занятий проводится самостоятельно в промежутках между практическими занятиями. Наиболее эффективными и приемлемыми являются такие формы подготовки к занятиям: - самоподготовка после занятий с использованием учебной литературы, а также с возможным получением консультации преподавателя при возникновении вопросов (эта форма рекомендуется всем студентам; необходима тем, кто на семинарском занятии недостаточно усвоил учебный материал): - работа в библиотеке или в домашних условиях с обязательным использованием учебника, учебных пособий (эта форма достаточно эффективна как закрепляющая, если ей предшествовала интенсивная

работа на практическом занятии или самоподготовка на кафедре); 3. Необходимо составление практической работы изучаемой темы в тетрадях. При этом важно, чтобы студент кратко ответил на все вопросы плана изучения данной темы. Даже незначительное ослабление внимания студентов на практическом занятии будет увеличивать длительность подготовки во время самостоятельной работы. 4. Важным этапом самостоятельной подготовки студентов является четкое представление о данной теме занятия с изученным раньше материалом. 5. Заключительным этапом подготовки и усвоения практического занятия является умение конструировать и давать полные ответы на контрольные вопросы и тестовые задания; а также видеть взаимосвязь учебных элементов между собой ранее изученным материалом.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля):

В процессе освоения дисциплины используются специальное оборудование для проведения практических работ.

Инструментальное и лабораторное оборудование: гониометр, сантиметровая лента, динамометры, медицинские весы, ростомер, стопомер и др.

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ВО по направлению 7.49.03.01. «Физическая культура» и профилю подготовки «Спортивная тренировка».

Текущий контроль осуществляется в форме устного опроса и позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и коммуникативные навыки. При устном опросе преподаватель задает обучающимся вопросы по содержанию практических занятий.

Промежуточный контроль осуществляется на основе использования контрольных работ, докладов и тестов.

Рубежный контроль осуществляется на основе использования зачета.

9. Технологическая карта дисциплины

Кур 1 группа ФК22ДР62ФС 2_семестр

Преподаватель - лектор_Михнева А.Г.

Преподаватели, ведущие практические занятия Михнева А.Г.

Кафедра физической реабилитации и оздоровительных технологий