

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна
Должность: Директор
Дата подписания: 28.08.2026 09:59:09
Уникальный программный ключ:
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.ДВ.02.02 СПОРТИВНАЯ МОРФОЛОГИЯ**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Профиль	Физическая культура и спорт
Форма обучения	Заочная

Автор(ы): канд. биол.наук, доцент, Федюнин В.А.
кафедры БЖФК

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры. Протокол от 16.02.2025 № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ. Протокол от 16.02.2025 № 6.

Актуализирована на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры. Протокол от 30 июня 2026 г. № 10.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Формирование у студентов компетенций, позволяющих проводить научно-обоснованный тренировочный процесс с учетом морфологических особенностей строения тела спортсменов.

Задачи:

1. - сформировать у студентов знания об особенностях строения тела и функции органов и систем жизнеобеспечения спортсмена, в следствии, влияния специфических физических нагрузок на организм;
2. - сформировать у студентов знания и практические умения об оценке соматотипов занимающихся, для планирования учебно-тренировочного процесса, а также отбора и спортивной ориентации детей;
3. - сформировать у студентов знания и практические умения о методах медико-биологического контроля для оценки влияния физических нагрузок на организм занимающихся и вносить соответствующие коррективы в тренировочный процесс.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Спортивная морфология» относится Дисциплинам (модулям) по выбору 2 (ДВ.2) тесно связана с другими учебными дисциплинами, такими как «Теория и методика обучения физической культуре», «Спортивная медицина», которые изучаются в течение всего периода обучения по образовательной программе. Изучение данного курса позволит студентам более эффективно овладеть навыками оценивания физических качеств спортсменов, а также обучающихся.

Кроме того, дисциплина «Спортивная морфология» поможет освоить методы оценивания уровня физического развития обучающихся общеобразовательных школ, а также спортсменов.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм.	Знает необходимые для осуществления профессиональной деятельности правовые нормы, основы действующего законодательства Российской Федерации.
	УК-2.2. Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.	Умеет определять круг задач в рамках избранных видов профессиональной деятельности с учетом жизненного цикла продукта планировать собственную деятельность исходя из имеющихся ресурсов.
	УК-2.3. Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных	Владеет опытом применения нормативной базы и решения задач в области избранных

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
	процессов.	видов профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 108 ч., 3 зач. ед.

Вид работы	Форма обучения
	заочная
	6 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108
Контактная работа, в том числе:	16
Лекции	4
Практические занятия	6
Самостоятельная работа	94
Зачёт с оценкой	4

4.2. Тематический план дисциплины для заочной формы обучения

	Название раздела, темы	Распределение часов					Оценочны е средства для текущего контроля	Оценочны е средства для промежут очной аттестаци и
		Трудоёмк ость				Самост. работа		
				Лекции	Практи ч. заняти я			
1	Основы спортивной морфологии	27		1	1	25	Собеседов ание на практич. занятии	Зачёт. Вопросы зачёта
2	Морфологические основы двигательной активности. Структурная адаптация к физическим нагрузкам	27		1	1	25	Собеседов ание, опрос	
3	Методы исследования спортивной морфологии	27		1	2	26	Собеседов ание по теме	
4	Общая и частная конституция	27		1	2	18	Игровое моделиров ание. Тест- опрос	
	Зачёт с оценкой:	4				4		
	ИТОГО:	108	1 0	4	6	98		

Типовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, критерии и шкалы оценивания, а также методические рекомендации для обучающихся представлены в приложении к рабочей программе дисциплины.

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1: Основы спортивной морфологии.

Предмет спортивной морфологии. Основные понятия. Цели и задачи, теоретические основы спортивной морфологии. Объект исследования. Спорт и физическая культура как влияющие на биологическую, социальную природу человека факторы.

Тема 2: Морфологические основы двигательной активности. Структурная адаптация к физическим нагрузкам.

Информация и жизнедеятельность организма. Понятие о реактивности. Раздражители в физической культуре и спорте. Изменение структур в ответ на тренировочные воздействия. Виды адаптации (срочная, кратковременная, долговременная). Адаптационные изменения костной и мышечной системы у спортсменов разной специализации и квалификации. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения движений. Адаптация к физическим нагрузкам систем регуляции движений.

Тема 3: Методы исследования спортивной морфологии

Методы антропометрии. Антропометрические точки. Антропометрические приборы. Измерение продольных размеров тела. Измерение обхватных размеров тела и кожно-жировых складок. Измерение поперечных размеров тела. Методы антропоскопии. Определение осанки. Гониометрия и динамометрия. Плантаграфия. Гемеллологический (близнецовый) метод. Генеалогический метод. Рентгенологический метод. Метод ультразвуковой эхографии. Метод педагогического эксперимента.

Тема 4. Общая и частная конституция

Развитие учения о конституции человека. Понятие конституции, ее характеристики. Общая и частные конституции. Генетические и фенотипические маркеры. Краткий обзор школ о конституциологии. Морфологический подход к типологии. Типирование лиц женского пола. Соматотипирование лиц подросткового возраста. Соматодиагностика по Дорохову Р.Н. Требования к схеме соматотипирования. Определение соматического типа. Оценка конституциональных типов у детей. Соматотипирование по Хит-Картеру. Влияние наследственности и внешней среды на формирование соматотипа. Значение соматотипа при спортивном отборе.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М. Ф. Иваницкий ; под редакцией Б. А. Никитюка [и др.]. — 16-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-77-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/200048>.

2. Ткачук, М. Г. Спортивная морфология / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-507-45830-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/319373>.

Дополнительная литература:

1. Мартиросов, Э.Г. Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе : учеб. пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Э.Г. Мартиросов, С.Г. Руднев, Д.В. Николаев. — Электрон. дан. — Москва : Физическая культура, 2009. — 144 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9144>.

2. Капилевич, Л.В. Возрастная и спортивная морфология: Практикум [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л.В. Капилевич, А.В. Кабачкова. — Электрон. дан. — Томск : ТГУ, 2009. — 82 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/44224>.

3. Пономарев, В.В. Физкультурно-спортивная деятельность студентов в вузе: теоретические и практические основы [Электронный ресурс] : монография / В.В. Пономарев, А.А. Мельничук. — Электрон. дан. — Красноярск : СибГТУ, 2013. — 173 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/60821>.

4. Муравьев, В. А. Гармония физического развития и здоровья детей и подростков [Текст] : метод. пособие / В. А. Муравьев, Н. Н. Назарова. - Москва : Дрофа, 2009. - 125, [2] с.

5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/	Электронные базы данных НТГСПИ
https://www.ntspi.ru/library/periodika/	Периодика НТГСПИ
https://iprmedia.ru	ЭБС «Ай Пи Эр Медиа»
https://ibooks.ru	ЭБС «Айбукс»
https://urait.ru	ЭБС Юрайт
http://e.lanbook.com	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
http://elibrary.ru	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
http://www.consultant.ru	«КонсультантПлюс»
http://cyberleninka.ru	НЭБ «КиберЛенинка»
https://polpred.ru	ООО «Полпред-Справочники» (база данных)
https://eivis.ru	ООО «ИВИС»
www.delpress.ru	«Деловая пресса»

5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда РГППУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).
5. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».
6. Microsoft Office.
7. Kaspersky Endpoint Security.
8. Adobe Reader.
9. Free PDF Creator.
10. 7-zip (<http://www.7-zip.org/>).

11. LibreOffice.
12. Браузеры Firefox, Яндекс.Браузер.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Помещения

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

6.2. Оборудование и технические средства обучения

6.2.1. Оборудование, в т.ч. специализированное

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки. Спортивное оборудование: бинты, шины, муляжи.

6.2.2. Технические средства обучения

Презентации лекций, видео-презентации, видео-лекции, учебные кинофильмы, аудиозаписи, онлайн-платформы.

6.2.3. Учебные и наглядные пособия

Печатные и электронные учебные пособия и наглядный материал: графические изображения, схемы, таблицы, раздаточный материал.