ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева"

ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ТУРИЗМА

УТВЕРЖДАЮ

И. о. проректора по УР

М. Х. Чанкаев

«29» апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

Спортивная морфология

(Наименование дисциплины (модуля)

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
Очная/заочная

Год начала подготовки – 2022
(по учебному плану)

Карачаевск, 2026

Программу составил(а): доц., к.п.н. Семенова А.О.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профиль «Физическая культура, безопасность жизнедеятельности» № 125 от 22.02.2018 г., образовательной программой высшего образования, локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа обновлена и утверждена на заседании кафедры: ТОФК и туризма на 2026-2027 учебный год

Протокол №7 от 28.04.2026 г.

Зав. кафедрой Джирикова Ф.Д.

Содержание

1. Название дисциплины……...4

1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы 4

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 4

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся 6

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....6

5.1.Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) 7

5.2.Содержание дисциплины, структурированное по темам 10

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине 11

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) 13

7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций 13

7.2.Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы 16

7.3. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров 18

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) 19

9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) 20

9.1. Общесистемные требования 20

9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины 20

9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения 21

9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы ...21

10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья.....21

11. Лист регистрации изменений..... **Ошибка! Закладка не определена.**

1. Наименование дисциплины (модуля)

СПОРТИВНАЯ МОРФОЛОГИЯ

Целью изучения дисциплины «Спортивная морфология» является создание целостного представления об организме человека, раскрытие механизма адаптации его к физическим нагрузкам и тем самым способствовать медико-биологическому обеспечению современного спорта.

Для достижения цели ставятся задачи:

- дать представление об уровнях структурной организации организма ; научить определять типы телосложения, оценивать морфологические показатели физического развития;
- обеспечить усвоение навыков анатомического анализа положений и движений тела и его частей с позиции взаимодействия внешних и внутренних сил, воздействующих на тело;
- объяснить специфику строения, топографии и функций органов и систем жизнеобеспечения;
- познакомить с позитивным и негативным влиянием специфических спортивных нагрузок на анатомические структуры тела;
- научить оценивать морфологические и функциональные изменения в организме спортсмена на клеточном, тканевом и системном уровнях;
- сформировать знания к обоснованному проведению тренировочного процесса;
- научить распознавать патоморфологические изменениями органов и систем, возникающими при нерациональном режиме тренировок и физических перегрузках.

1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Спортивная морфология является дисциплиной по выбору.

Дисциплина (модуль) изучается на 3 курсе(очно), 5 курсе(заочно).

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО	
Индекс	Б1.В.ДВ.08.01
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: естественнонаучные основы физической культуры и спорта: анатомия человека, биохимия человека, физиология, гигиенические основы физкультурно- спортивной деятельности, теории и методики физической культуры, теории и методики избранного вида спорта.	

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОП ВО бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Коды компетенции	Результаты освоения ОП ВО	Индикаторы компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-1:	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК.Б-1.1 анализирует задачу и еѐ базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями УК.Б-1.2 осуществляет поиск информации, интерпретирует и ранжирует еѐ для решения поставленной задачи по различным типам запросов УК.Б-1.3 при обработке информации отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения УК.Б-1.4 выбирает методы и средства решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи УК.Б-1.5 рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки	**Знать:** возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки **Уметь:** анализировать решаемые задачи и ее базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями **Владеть:** методикой решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи
ПК-3	Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов	**ПК-3.1**. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.) **ПК-3.2**. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в	**Знать:** психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения. **Уметь**: использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в

		учебной и во внеурочной деятельности. **ПК-3.3**. Знает психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения.	учебной и во внеурочной деятельности **Владеть** способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 ЗЕТ, 72 академических часов.

Объём дисциплины	Всего часов для очной формы	Всего часов для заочной формы
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)*		
Аудиторная работа (всего):	36	6
в том числе:		
лекции	12	2
семинары, практические занятия	24	4
практикумы		
лабораторные работы		
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	36	62
Контроль		4
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	Зачет	Зачет

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1.Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

ДЛЯ ОЧНОЙ ФОРМЫ

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				
		всего	Аудиторные уч. занятия			Планируемые результаты	Формы текущего контроля
			Л	Прак.	СР		
Раздел 1. Морфофункциональная адаптация опорно-двигательного аппарат висцеральных систем организма под воздействием физических нагрузок							
1	Влияние систематических занятий спортом на строение и функцию суставов (общие и локальные изменения в зависимости от занятий тем или иным видом спорта	4	2		2	УК-1 ПК-3	Устный опрос
2	Спорт и физическая культура как влияющие на биологическую социальную природу человека факторы	2				УК-1 ПК-6	Доклад с презентацией
3	Методы изучения морфологических особенностей организма спортсменов	2			2	УК-1 ПК-3	Тестирование
4	Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов.	4	2		2	УК-1 ПК-3	Контрольная работа
5	Антропометрические точки, наиболее часто используемые в антропометрии	2		2		УК-1 ПК-3	Тест
6	Изменения в скелетных мышцах при субмаксимальных нагрузках	4		2	2	УК-1 ПК-3	Реферат
7	Определение продольных, поперечных, обхватных размеров тела. Определение толщины кожно-жировых складок	4	2		2	УК-1 ПК-3	Фронтальный опрос
8	Изменения в скелетных мышцах на макроскопическом и микроскопическом уровнях	4		2	2	УК-1 ПК-6	Доклад с презентацией
9	Морфофункциональная адаптация костной системы спортсмена	2			2	УК-1 ПК-3	Тестирование
10	Морфофункциональная адаптация сердечно-сосудистой системы спортсмена	4	2		2	УК-1 ПК-3	Блиц-опрос

11	Морфофункциональная адаптация дыхательной системы спортсмена	4		2	2	УК-1 ПК-3	Тест
12	Механизм развития гипертрофии	4	2		2	УК-1 ПК-3	Реферат
13	Возрастные особенности развития организма человека под воздействием физических нагрузок	4		2	2	УК-1 ПК-3	Фронтальный опрос
	Раздел 2. Учение о физическом развитии						
14	Морфологические особенности физического развития и их значение для отбора в спорте	4		2	2	УК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
15	Пропорции тела у спортсменов. Определение понятия «пропорции тела».	4		2	2	УК-1 ПК-3	Тестирование
16	Признаки, лежащие в основе определения физического развития	4	2	2	2	УК-1 ПК-3	Блиц-опрос
17	Признаки, лежащие в основе определения физического развития	2		2		УК-1 ПК-6	Тест
18	Факторы, обуславливающие физическое развитие человека	2			2	УК-1 ПК-3	Реферат
19	Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе	4		2	2	УК-1 ПК-3	Фронтальный опрос
20	Соматометрические характеристики спортсменов	4		2	2	УК-1 ПК-3	Контрольная работа
21	Построение антропометрического профиля.	4		2	2	УК-1 ПК-3	Тестирование
	Всего	72	12	24	36		

ДЛЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				
		всего	Аудиторные уч. занятия			Планируемые результаты	Формы текущего контроля
			Лк.	Прак	СР		
Раздел 1. Морфофункциональная адаптация опорно-двигательного аппарат висцеральных систем организма под воздействием физических нагрузок							
1	Влияние систематических занятий спортом на строение и функцию суставов (общие и локальные	4			4	УК-1 ПК-3	Задания

	изменения в зависимости от занятий тем или иным видом спорта						
2	Спорт и физическая культура как влияющие на биологическую социальную природу человека факторы	2	2			УК-1 ПК-6	Задания
3	Методы изучения морфологических особенностей организма спортсменов	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
4	Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов.	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
5	Антропометрические точки, наиболее часто используемые в антропометрии	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
6	Изменения в скелетных мышцах при субмаксимальных нагрузках	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
7	Определение продольных, поперечных, обхватных размеров тела. Определение толщины кожно-жировых складок	2		2		УК-1 ПК-6	Задания
8	Изменения в скелетных мышцах на макроскопическом и микроскопическом уровнях	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
9	Морфофункциональная адаптация костной системы спортсмена	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
10	Морфофункциональная адаптация сердечно-сосудистой системы спортсмена	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
11	Морфофункциональная адаптация дыхательной системы спортсмена	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
12	Механизм развития гипертрофии	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
13	Возрастные особенности развития организма человека под воздействием физических нагрузок	4			4	УК-1 ПК-6	Задания
	Раздел 2. Учение о физическом развитии						Задания
14	Морфологические особенности физического развития и их значение для отбора в спорте	4			4	УК-1 ПК-3	Задания
15	Пропорции тела у спортсменов. Определение понятия «пропорции тела».	2			2	УК-1 ПК-6	Задания
16	Признаки, лежащие в основе определения физического развития	2			2	УК-1 ПК-3	Задания
17	Признаки, лежащие в основе определения физического развития	2			2	УК-1 ПК-3	Задания

18	Факторы, обуславливающие физическое развитие человека	2			2	УК-1 ПК-3	Задания
19	Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе	2		2		УК-1 ПК-3	Задания
20	Соматометрические характеристики спортсменов	2			2	УК-1 ПК-3	Задания
21	Построение антропометрического профиля.	4			4	УК-1 ПК-6	Задания
	Всего	72	2	4	62+4 контроль		

5.2.Содержание дисциплины, структурированное по темам

Семестр	Раздел дисциплины	**Темы занятий**	Формы текущего контроля успеваемости
6	1	**Лекционное занятие №1.** Влияние систематических занятий спортом на строение и функцию суставов (общие и локальные изменения в зависимости от занятий тем или иным видом спорта	Коллоквиум Доклад
6	1	**Практическое занятие № 1** Спорт и физическая культура как влияющие на биологическую социальную природу человека факторы	Сообщение
6	1	**Лекционное занятие № 2** Методы изучения морфологических особенностей организма спортсменов	Собеседование
6	1	**Лекционное занятие № 3** Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов. Изменения в скелетных мышцах на макроскопическом и микроскопическом уровнях	Собеседование
6	1	**Практическое занятие №2** Антропометрические точки, наиболее часто используемые в антропометрии	Сообщение
6	1	**Практическое занятие № 3** Изменения в скелетных мышцах при субмаксимальных нагрузках	Контрольная работа
6	1	**Лекционное занятие № 4** Определение продольных, поперечных, обхватных размеров тела.	Собеседование

		Определение толщины кожно-жировых складок	
6	1	**Практическое занятие №4** Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов	Доклад
6	1	**Лекционное занятие № 5** Морфофункциональная адаптация костной системы спортсмена	Собеседование
6	1	**Лекционное занятие № 6** Морфофункциональная адаптация сердечно-сосудистой системы спортсмена	Собеседование
6	1	**Практическое занятие №5** Морфофункциональная адаптация дыхательной системы спортсмена	Коллоквиум
6	1	**Лекционное занятие № 7** Механизм развития гипертрофии	Собеседование
6	1	**Практическое занятие №6** Возрастные особенности развития организма человека под воздействием физических нагрузок	Сообщение
6	2	**Лекционное занятие №8** Морфологические особенности физического развития и их значение для отбора в спорте	Собеседование
6	2	**Практическое занятие №7** Пропорции тела у спортсменов. Определение понятия «пропорции тела».	Сообщение
6	2	**Лекционное занятие №9** Признаки, лежащие в основе определения физического развития	Собеседование
6	2	**Лекционное занятие №10** Признаки, лежащие в основе определения физического развития	Сообщение
6	2	**Лекционное занятие № 11** Факторы, обуславливающие физическое развитие человека	Собеседование
6	2	**Практическое занятие №8** Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе	Сообщение
6	2	**Лекционное занятие №12** Соматометрические характеристики спортсменов	Собеседование
6	2	**Практическое занятие № 9** Построение антропометрического профиля.	Сообщение

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

1. Методы исследования костной системы.
2. Рентгенологический и антропометрический методы исследования костной системы.
3. Изменения в костной системе при занятиях спортом на тканевом уровне.
4. Общие и локальные изменения в костях скелета при занятиях спортом.
5. Через какое время после начала систематических тренировок появляются изменения в костной системе.
6. Локальные изменения в костной системе при систематических занятиях: плаванием, гимнастикой и акробатикой, легкой атлетикой (бег, прыжки, метание).
7. Изменение химического состава костей при систематических занятиях спортом.
8. Изменение формы костей скелета при занятиях спортом.
9. Изменение строения костей - надкостницы, компактного и губчатого вещества, костно-мозговой полости, при систематических занятиях спортом.
10. Изменение развития и роста костей при систематических занятиях спортом.
11. Какое значение имеет оптимальная подвижность в суставах при занятиях спортом.
12. Понятия: гибкость, подвижность. Активная подвижность, пассивная подвижность.
13. Влияние систематических занятий спортом на строение и функцию суставов (общие и локальные изменения в зависимости от занятий тем или иным видом спорта).
14. Влияние на величину подвижности в суставах состояния нервной системы, времени дня, температуры окружающей среды, возраста, пола.
15. В каком возрасте наблюдается наибольшая подвижность в суставах у неспортсменов и каким образом её можно сохранить в более старших возрастах.
16. Взаимосвязь между величиной подвижности в суставах и степенью развития мышц.

Морфофункциональная адаптация мышечной системы к физическим нагрузкам разного характера и разной интенсивности

17. Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов.
18. Изменения в скелетных мышцах на макроскопическом и микроскопическом уровнях.
19. Влияние гиподинамии на строение скелетных мышц: мышечных волокон, сосудистого и нервного аппарата.
20. Влияние умеренных физических нагрузок на строение скелетных мышц: мышечных волокон, сосудистого и нервного аппарата.
21. Изменения в скелетных мышцах при субмаксимальных нагрузках, под влиянием которых развивается состояние оптимальной тренированности (на макроскопическом уровне - в мышце, как целом органе, на микроскопическом уровне - в мышечных волокнах, сосудистом и нервном аппарате мышц).
22. Изменения в скелетных мышцах при нагрузках приводящих к состоянию хронического переутомления. Обратимые и необратимые процессы. Влияние их на функцию мышц.
23. Какой двигательный режим необходимо рекомендовать после усиленных физических нагрузок - гиподинамию или постепенное снижение нагрузок.

Адаптационные изменения в сердечно-сосудистой системе спортсменов

24. Методы исследования сердечно-сосудистой системы.
25. Рентгенокимография, её возможности.
2 6. Электрокардиография.
27. Гипертрофия сердца, ее фазы.
28. Механизм развития гипертрофии.
29. Факторы, обуславливающие гипертрофию сердца: характер физических нагрузок, частота использования максимальных нагрузок, спортивный стаж, нарушения режима.
30. Проводящая система сердца. Изменения автоматизма, возбудимости и проводимости сердца.

Учение о физическом развитии

42. Определение понятия "физическое развитие человека".
43. Факторы, обуславливающие физическое развитие человека.

44. Признаки, лежащие в основе определения физического развития.
45. Методы оценки физического развития.
46. Методы индексов в оценке физического развития человека и его недостатки.
47. Метод стандартов и антропометрического профиля по Р. Мартину.
48. Метод корреляции.
49. Физическое развитие спортсменов различных специализаций.
50. Значение изучения физического развития для тренеров и спортсменов.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. *Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций*

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-1					
Базовый	**Знать:**	информацию о сущности, содержании и структуре процессов обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта.			продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе
	Уметь:	уметь сделать выводы по излагаемому материалу	формулировать, развивать и отстаивать научные положения, делать выводы	демонстрировать умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой;	последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал;
	Владеть:	искусством устного и письменного изложения материала	применять инновационных технологий в сфере физической культуры и спорта;		правильно формулировать определения;
Повышенный	**Знать:**	возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки			сущность целостного педагогического процесса, акцентируя внимание на особенностях воспитания в области

					физической культуры и спорта.
	Уметь:	диагностировать свой уровень педагогической компетентности, использовать полученные знания, проектировать собственные педагогические действия на практике.	анализировать решаемые задачи и ее базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями	формулировать, развивать и отстаивать научные положения, делать выводы.	обобщать и оценивать научные данные и опыт учителей школы, тренеров и соотносить их с реальной действительностью
	Владеть:			методикой решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи	теорией планирования, управления и контроля процессов исследования процессов исследования в своей профессиональной деятельности искусством устного и письменного изложения материала

ПК-3					
Базовый	**Знать:**	**Не знает**	**В целом знает**	**Знает**	
	психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения.	психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов	психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения.	психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения.	

		обучения.			
	Уметь:	**Не умеет**	**В целом умеет**	**Умеет**	
	использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности	использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности	использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности	использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности	
	Владеть:	**Не владеет**	**В целом владеет**	**Владеет**	
	способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)	способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)	способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)	способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)	
Повышенный	**Знать:** психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов				В полном объеме знает психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных

	обучения.				результатов обучения.
	Уметь: использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности				В полном объеме умеет потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности
	Владеть способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)				В полном объеме владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)

7.2.Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Типовые задачи

по дисциплине «Спортивная морфология»

1. Совпадают ли физическое и физиологическое понятия работы мышц.

2. Почему быстрые мышцы при сокращении потребляют в единицу времени больше энергии АТФ, чем медленные?
3. В интактной мышце содержится 2,9 мкмоль/г АТФ. После одиночного изотонического сокращения количество АТФ уменьшилось до 2,6 мкмоль/г. Какое количество АДФ и фосфата образовалось в результате расщепления АТФ? Что обеспечивает расщепление данного количества АТФ?
4. Почему для «изометрической работы» организм использует преимущественно медленные «красные», а не «белые» мышцы?
5. У одного испытуемого сгибатель кисти даёт гладкий тетанус при раздражении мышцы в ритме 40 импульсов в секунду, а у другого для формирования гладкого тетануса достаточно 23 импульса в секунду. У кого из испытуемых мышца находится в лучшем физиологическом состоянии?
6. Весь мозжечок работает по существу как аппарат торможения. Клетки Пуркинье тормозят вестибулярные ядра и некоторые другие нейронные структуры. Звёздчатые и корзинчатые клетки тормозят клетки Пуркинье. Каким образом, в таком случае, мозжечок может управлять тонусом скелетной мускулатуры, который усиливается и ослабляется?
7. Почему невозможна координация двигательной деятельности без участия процесса торможения?
8. В динамометрических исследованиях обнаружено, что сила скелетных мышц оказывается более всего выраженной при задержке дыхания, менее – в фазу выдоха и ещё меньше – во время вдоха. Почему?
9. Мы знаем, что вестибулярные ядра влияют на перераспределение мышечного тонуса. В тоже время, при различных формах движения у человека может развиться укачивание («морская болезнь»), которая имеет другие проявления (тошнота, головокружение и т.п.). Чем это объясняется?
10. Ребёнок, который овладевает техникой игры в теннис, первое время играет не только руками, но и «помогает» себе головой, ногами и даже языком. Каков механизм этого явления?

Вопросы на зачет

1. Задачи и цели спортивной морфологии.
2. Возрастные особенности детей дошкольного и школьного возраста.
3. Динамика ростовых процессов.
4. Возрастная периодизация организма.
5. Изменение длины тела в онтогенезе.
6. Изменение массы тела в онтогенезе.
7. Конституциология.
8. Физическое развитие и конституциональная диагностика.
9. Основные школы конституциологии.
10. Морфологический подход к соматотипированию.
11. Соматотипирование лиц женского пола.
12. Соматотипирование детей и подростков.
13. Характеристика туловища у спортсменов занимающихся различными видами спорта.

14. Характеристика конечностей у спортсменов занимающихся различными видами спорта.

15. Характеристика внутренних компонентов тела, их строение и значение в спортивной деятельности.

16. Строение отдельных тканей организма.

17. Характеристика жировой массы, и их развитие в онтогенезе.

18. Характеристика мышечной массы, и их развитие в онтогенезе.

19. Изменение мышечной массы под влиянием тренировок.

20. Изменение костной массы под влиянием тренировок.

21. Развитие и формирование грудной клетки и живота под влиянием тренировок.

22. Развитие и формирование костей верхней конечности под влиянием тренировок.

23. Развитие и формирование костей нижней конечности под влиянием тренировок.

24. Основные суставы и их характеристика.

25. Определение термина “осанка”. Особенности осанки спортсменов отдельных специализаций.

26. Современные проблемы адаптации.

27. Закономерность адаптации к физическим нагрузкам.

28. Морфологические основы двигательной активности.

29. Понятие о реактивности.

30. Раздражители в физической культуре и спорте.

7.3. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

А)Основная литература

1. 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. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Федоров, В. П. Спортивная морфология : учебно-методическое пособие / В. П. Федоров, И. Е. Попова, Н. Н. Попова. — Воронеж : ВГИФК, 2018. — 63 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/140387. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Спортивная морфология : учебное пособие / составители М. А. Попова [и др.]. — Сургут : СурГПУ, 2016. — 132 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/151932. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Б)Дополнительная литература

1. Адельшина, Г. А. Спортивная морфология: лекционный курс / Г. А. Адельшина, Е. В. Зубарева. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 77 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/158045. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

9.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: http://kchgu.ru.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: https://do.kchgu.ru.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 332 эбс от 02.06.2026 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 12.05.2026 г. до 11.05.2027 г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025 г. до 11.02.2026 г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1.	Бессрочный

	Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22.02.2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащенности аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащенности образовательного процесса по адресу: https://kchgu.ru/sveden/objects/

9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- MicrosoftWindows (Лицензия № 60290784), бессрочная
- MicrosoftOffice (Лицензия № 60127446), бессрочная
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная
- CalculateLinux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.

9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование»- https://edu.ru/documents/
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru/
3. Базы данных Scopus издательства Elsevirhttp://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - http://fgosvo.ru.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – http://edu.ru.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – http://window/edu.ru.

10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ *в КЧГУ*», размещенным на сайте Университета по адресу: http://kchgu.ru.

11. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО
Обновлен договор №332 эбс 000 «Знаниум» от 02.06.2026г. Действует с 02.06.2026 по 11.06.2027г.		03.06.2026г., протокол № 8