

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 30.10.2023 14:43:10  
Уникальный программный ключ:  
b683afe664d7e9f64175886cf9626a198149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет Кафедра физвоспитания  
Кафедра Физической культуры и здоровьесберегающих технологий

**Оценочные материалы по дисциплине (модулю)**

дисциплина **Спортивная морфология**

**Блок Б1, часть, формируемая участниками образовательных отношений,  
Б1.В.ДВ.01.01**

цикл дисциплины и его часть (обязательная часть или часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Направление

**49.03.01**

**Физическая культура**

код

наименование направления

Программа

**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

Форма обучения

**Заочная**

Для поступивших на обучение в  
**2023 г.**

Разработчик (составитель)  
**кандидат пед. наук, доцент**  
**Крылова С. В.**  
ученая степень, должность, ФИО

<b>1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)</b> .....	<b>3</b>
<b>2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)</b> .....	<b>8</b>
<b>3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания</b> .....	<b>14</b>

**1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)**

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	Показатели и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)				Вид оценочного средства
			1	2	3	4	
			неуд.	удовл.	хорошо	отлично	
ПК-4. Способен отбирать занимающихся и оценивать их перспективность в достижении спортивных результатов	ПК-4.1. Интерпретирует аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности занимающихся для выявления перспективных занимающихся	Обучающийся должен: знать Прогнозы развития общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся	Не знает Прогнозы развития общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся	Частично знает Прогнозы развития общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся	В полной мере знает Прогнозы развития общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся	В совершенстве овладел знаниями Прогнозов развития общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся	Дневник самоконтроля
	ПК-4.2.	Обучающийся	Не умеет	Не достаточно	В полной мере	В совершенстве	Анализ

<p>Оценивает уровень спортивного результата занимающегося, способность показывать наивысшие результаты в экстремальных условиях, соревновательный опыт, умение приспособляться к условиям конкретных соревнований</p>	<p>должен: уметь Вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>Вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>умеет Вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>умеет Вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>умеет Вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>движений/положений</p>
<p>ПК-4.3. Использует морфологические критерии спортивного отбора</p>	<p>Обучающийся должен: владеть навыками оценки уровня спортивно-технического и</p>	<p>Не владеет навыками оценки уровня спортивно-технического и тактического мастерства,</p>	<p>Не достаточно владеет навыками оценки уровня спортивно-технического и тактического</p>	<p>В полной мере владеет навыками оценки уровня спортивно-технического и тактического</p>	<p>В совершенстве владеет навыками оценки уровня спортивно-технического и тактического</p>	<p>Письменная контрольная работа Тестирование</p>

		<p>тактического мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности занимающегося сбивающим факторам</p>	<p>степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности занимающегося сбивающим факторам</p>	<p>мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности занимающегося сбивающим факторам</p>	<p>мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности занимающегося сбивающим факторам</p>	<p>мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности занимающегося сбивающим факторам</p>	
<p>ПК-5. Способен планировать результаты спортивной подготовки занимающихся</p>	<p>ПК-5.3. составляет программу тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста</p>	<p>Обучающийся должен: Знать - виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта; - оптимальное соотношение</p>	<p>Не владеет \ методикой планирования нагрузок при построении микроциклов, мезоциклов и макроциклов занимающихся в ИВС;</p>	<p>Не достаточно владеет методикой планирования нагрузок при построении микроциклов, мезоциклов и макроциклов занимающихся</p>	<p>В полной мере владеет методикой планирования нагрузок при построении микроциклов, мезоциклов и макроциклов занимающихся</p>	<p>В совершенстве владеет методикой планирования нагрузок при построении микроциклов, мезоциклов и макроциклов занимающихся</p>	<p>Письменная контрольная работа Тестирование</p>

	технического и тактического мастерства,	тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов		в ИВС;	в ИВС;	в ИВС;	
ПК-5.1.	планирует содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом уровня подготовленности занимающихся	Обучающийся должен: уметь использовать тесты для контроля и оценки уровня физической, технической, тактической подготовленности занимающихся;	Не знает - виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта; - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся	Частично знает - виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта; - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся	В полной мере знает - виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта; - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся	В совершенстве овладел знаниями - видов, содержания и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта; - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной	Дневник самоконтроля

	, их функционального состояния;		на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов	на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов	на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов	ой нагрузки занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов	
	ПК-5.2. анализирует индивидуальные результаты занимающегося на этапах спортивной подготовки по виду спорта;	Обучающийся должен: владеть методикой планирования тренировочных нагрузок при построении микроциклов, мезоциклов и макроциклов занимающихся в ИВС;	Не умеет использовать тесты для контроля и оценки уровня физической, технической, тактической подготовленности занимающихся;	Не достаточно умеет использовать тесты для контроля и оценки уровня физической, технической, тактической подготовленности занимающихся;	В полной мере умеет использовать тесты для контроля и оценки уровня физической, технической, тактической подготовленности занимающихся;	В совершенстве умеет использовать тесты для контроля и оценки уровня физической, технической, тактической подготовленности занимающихся;	Анализ движений/положений

## 2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

### Составление дневника самоконтроля для оценки уровня сформированности компетенции ПК 4, ПК 5

Разработать и заполнить дневник самоконтроля по следующей форме

№	Показатель	Дата наблюдения / результат							
1									
2									
3									

### Анализ движений/положений для оценки уровня сформированности компетенции ПК 4, ПК 5

Выполнить и оформить в электронном варианте:

1. Анализ положения стоя. Виды положения стоя.
2. Анализ вися на прямых и согнутых руках.
3. Анализ ходьбы.
4. Анализ бега.
5. Анализ прыжка в длину с места.

Анализ должен быть выполнен по следующей схеме:

- Описание морфологии положения или движения тела. Описывается на основе зрительного представления. Обращается внимание на симметричность, наличие и вид опоры (нижняя, верхняя, смешанная), взаимное расположение частей тела.
- Характеристика положения или движения тела с позиции законов механики.
- Характеристика работы двигательного аппарата. Её характеризуют: положение или движение отдельных звеньев тела в суставах; основные мышечные группы, обеспечивающие данное положение или движение. Необходимо перечислить основные работающие мышцы и охарактеризовать их работу (удерживающая, преодолевающая, тормозящая).
- Оценка механизма внешнего дыхания и состояния связанных с опорно-двигательным аппаратом систем. Определяется форма грудной клетки, степень фиксации межреберных мышц, положение диафрагмы, состояние мышц живота. По движению грудной клетки определяются тип дыхания. Учитывается смещаемость внутренних органов.



- Определение степени и характера влияния на организм данного положения или движения тела.

### **Письменная контрольная работа для оценки уровня сформированности компетенции ПК 4, ПК 5**

Контрольная работа выполняется по вариантам.

#### **Вариант 1**

1. Основные закономерности роста и развития человека: эндогенность, цикличность, постепенность, необратимость, синхронность.
2. Биологический возраст ребенка. Биологический возраст взрослого человека
3. Интегральные показатели биологического возраста

#### **Вариант 2**

1. Прогнозирование сроков полового созревания, дефинитивных размеров тела и развития двигательных качеств.
2. Акселерация развития. Факторы роста и развития организма: взаимодействия наследственного и приобретенного. Близнецовый метод исследования.
3. Частные показатели биологического возраста.

#### **Вариант 3**

1. Конституциональная морфология.
2. Размеры тела: тотальные размеры тела, парциальные размеры тела.
3. Пропорции тела. Состав массы тела. Соматотипы.

#### **Вариант 4**

1. Модель здорового человека. Осанка и ее анатомические основы.
2. Симметрия и асимметрия в строении тела.
3. Половой диморфизм: проявления пола; морфологические отличия мужчин и женщин; морфологические отличия в онтогенезе.

### **Тестирование для оценки уровня сформированности компетенции ПК 4, ПК 5**

#### **Тестовые задания (модуль 1)**

1. Морфология человека - это...

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

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

3) область науки, изучающую организм 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. Особые органеллы клетки, основной функцией которых является синтез АТФ -

...

1) рибосомы

2) митохондрии

3) лизосомы

4) ядро

3. Место синтеза белковых веществ - ...

1) митохондрии

2) аппарат Гольджи

3) рибосомы

4) эндоплазматическая сеть

4. Совокупность клеток и межклеточного вещества, объединенная единством происхождения и функции, называется...

1) материя

2) ткань

3) клетка

4) волокно

5. Выделяют ... группы тканей.

1) 2

2) 3

3) 4

4) 5

6. Слизистую рта и носа выстилает... группа тканей.

1) соединительная

2) эпителиальная

3) нервная

4) мышечная

7. К органоидам клетки не относится...

1) ядро

2) хромосомы

3) лизосомы

4) межклеточная мембрана

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

1) морфология

2) биология

3) генетика

4) медицина

9. Основы теоретической анатомии заложил...

1) М.В. Ломоносов

2) П.Ф. Лесгафт

3) Т. Морг

4) М.Ф. Иваницкий

10. Функциональный подход в спортивной морфологии заложил...

1) М.В. Ломоносов

2) П.Ф. Лесгафт

3) Т. Морг

4) М.Ф. Иваницкий

### **Тестовые задания (модуль 2)**

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

1) рост

2) старение

3) развитие

4) размножение

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

1) продольный

2) вертикальный

3) поперечный

4) горизонтальный

3. При поперечных исследованиях обследования проводятся ... промежутки времени.

1) длинный

2) короткий

3) средний

4) постоянно

4. При продольных исследованиях обследования проводятся ... промежутки времени.

1) длинный

2) короткий

3) средний

4) постоянно

5. Первые продольные наблюдения были проведены в 1759-1777 гг. графом...

1) А.Ф. Тур

2) Г. Гримм

3) Ф. Монбейяр

4) Э. Мартин-Заллер

6. В России первые измерения продольным методом были проведены

Н.Н. Виллямовским в ... году.

1) 1800

2) 1923

3) 1858

4) 1836

7. Онтогенез - это...

1) историческое развитие организмов

2) индивидуальное развитие организма

3) популяционное развитие организма

4) эволюционное происхождение

8. Филогенез – это...

- 1) популяционное развитие организма
- 2) эволюционное происхождение
- 3) историческое развитие организмов
- 4) индивидуальное развитие организма
9. Ввел понятие «онтогенез» в биологию...

- 1) Геккель
- 2) Рогинский
- 3) Жедер
- 4) Быстров

10. Н.П. Гундобин в 1906 г. представил труд, где на основе ... приводится схема периодизации онтогенеза.

- 1) биолого-антропометрических данных
- 2) морфо-генетических данных
- 3) анатомио-физиологических данных
- 4) интенсивности роста тела

### *Перечень вопросов для зачета:*

1. Спортивная морфология как наука и предмет преподавания. 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. Частные показатели биологического возраста.
11. Возрастные особенности костной системы. Возрастные особенности соединения костей.
12. Возрастные особенности мышечной системы.

13. Возрастные особенности внутренних органов. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы.
14. Возрастные особенности нервной системы.
15. Возрастные особенности органов внутренней секреции.
16. Биологический возраст, двигательный возраст и двигательные качества
17. Конституциональная морфология
18. Размеры тела: тотальные размеры тела, парциальные размеры тела.
19. Пропорции тела. Состав массы тела. Соматотипы.
20. Модель здорового человека. Осанка и ее анатомические основы.
21. Симметрия и асимметрия в строении тела.
22. Половой диморфизм: проявления пола; морфологические отличия мужчин и женщин; морфологические отличия в онтогенезе.
23. Адаптация к физическим нагрузкам систем исполнения движений.
24. Костная система: функциональные особенности роста кости;
25. Функциональные особенности строения кости;
26. Череп; скелет туловища, верхняя конечность; нижняя конечность.
27. Соединения костей. Мышечная система.
28. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений.
29. Нервная система
30. Пищеварительная система
31. Дыхательная и мочеполовая системы.
32. Сердечнососудистая система.
33. Система крови.
34. Эндокринная система
35. Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе.
36. Отбор в спорте: методы проведения отбора; модель спортсмена.
37. Формы спортивного отбора: констатирующая, прогностическая.
38. Формы адаптации организма к физическим нагрузкам: рациональная, нерациональная.
39. Управление адаптацией организма к физическим нагрузкам. Учет факторов возраста и пола. Учет фактора конституции.
40. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций: (Баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, борьба, бокс, лыжный спорт, легкая атлетика, велосипедный спорт, плавание).

### 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания

#### Рейтинг-план дисциплины

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
<b>Модуль 1</b>				

<b>Текущий контроль</b>				
1. Устный опрос	5	2	0	10
2. Самостоятельная контрольная работа	10	1	0	10
<b>Рубежный контроль</b>				
1. Тестирование	20	1	0	20
<b>Модуль 2</b>				
<b>Текущий контроль</b>				
1. Устный опрос	10	1	0	10
2. Выполнение письменных/контрольных заданий	10	1	0	10
<b>Рубежный контроль</b>				
1. Тестирование	20	1	0	20
<b>Поощрительные баллы</b>				
1. Публикация статей	10	1	0	<b>10</b>
<b>Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)</b>				
1. Посещение лекционных занятий			<b>0</b>	<b>-6</b>
<b>Итоговый контроль</b>			<b>10</b>	<b>100</b>

### Рейтинг-план дисциплины

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
<b>Модуль 1</b>				
<b>Текущий контроль</b>				
1. Заполнение дневника самоконтроля	10	1	0	10
2. Проведение анализа движения/положения	5	1	0	5
3. Письменная контрольная работа	5			5
<b>Рубежный контроль</b>	10	1	0	10
1. Тестирование	10	1	0	10
<b>Модуль 2</b>				
<b>Текущий контроль</b>				
1. Заполнение дневника самоконтроля	10	1	0	10
2. Проведение анализа движения/	5	1	0	5

положения				
3. Письменная контрольная работа	5			5
<b>Рубежный контроль</b>	10	1	0	10
1. Тестирование	10	1	0	10
<b>Поощрительные баллы</b>				
2. Публикация статей	10	1	0	<b>10</b>
<b>Итоговый контроль</b>			<b>0</b>	<b>60(+10)</b>
1. Зачет				40

Результаты обучения по дисциплине (модулю) у обучающихся оцениваются по итогам текущего контроля количественной оценкой, выраженной в рейтинговых баллах. Оценке подлежит каждое контрольное мероприятие.

При оценивании сформированности компетенций применяется четырехуровневая шкала «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Максимальный балл по каждому виду оценочного средства определяется в рейтинг-плане и выражает полное (100%) освоение компетенции.

Уровень сформированности компетенции «хорошо» устанавливается в случае, когда объем выполненных заданий соответствующего оценочного средства составляет 80-100%; «удовлетворительно» – выполнено 40-80%; «неудовлетворительно» – выполнено 0-40%

Рейтинговый балл за выполнение части или полного объема заданий соответствующего оценочного средства выставляется по формуле:

Рейтинговый балл =  $k \times$  Максимальный балл,

где  $k = 0,2$  при уровне освоения «неудовлетворительно»,  $k = 0,4$  при уровне освоения «удовлетворительно»,  $k = 0,8$  при уровне освоения «хорошо» и  $k = 1$  при уровне освоения «отлично».

Оценка на этапе промежуточной аттестации выставляется согласно Положению о модульно-рейтинговой системе обучения и оценки успеваемости студентов УУНиТ:

На зачете выставляется оценка:

- зачтено - при накоплении от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
- не зачтено - при накоплении от 0 до 59 рейтинговых баллов.

При получении на экзамене оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», на зачёте оценки «зачтено» считается, что результаты обучения по дисциплине (модулю) достигнуты и компетенции на этапе изучения дисциплины (модуля) сформированы.