

УТВЕРЖДЕНО

протокол заседания

Ученого совета от 24.04.2017 г., №10

## Рабочая программа дисциплины Мониторинг физического состояния

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Преподавание физической культуры

Квалификация: бакалавр

Факультет физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Общая трудоемкость 3 ЗЕТ

Виды контроля в семестрах:

зачет(ы) 6

### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	Недель			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Семинарские	30	30	30	30
Итого ауд.	44	44	44	44
Контактная работа	44	44	44	44
Сам. работа	64	64	64	64
Итого	108	108	108	108

Рабочая программа дисциплины Мониторинг физического состояния / сост. к.м.н., доц. Клявс Ю.П.; Курск. гос. ун-т. - Курск, 2017. - с.

Рабочая программа составлена в соответствии со стандартом, утвержденным приказом Минобрнауки России от 04 декабря 2015 г. № 1426 "Об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата)" (Зарегистрировано в Минюсте России 11 января 2016 г. № 40536)

Рабочая программа дисциплины "Мониторинг физического состояния" предназначена для методического обеспечения дисциплины основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование профиль Преподавание физической культуры

Составитель(и):

к.м.н., доц. Клявс Ю.П.

© Курский государственный университет, 2017

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

- 1.1 изучение современных методов оценки физического развития, закономерностей роста и развития организма в различные периоды онтогенеза и коррекции нарушений развития для совершенствования профессиональной и общекультурной компетентности обучающихся в области физической культуры.

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП: Б1.В.ДВ.2

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ДПК-1: готовность использовать анатомо-физиологические знания в области соответствующего профиля (физкультурное образование) в пределах основной образовательной программы**

**Знать:**

Анатомо-физиологические особенности человека

Основы анатомо-физиологической терминологии

**Уметь:**

Ориентироваться в топографии и деталях строения органов

проводить комплексную оценку физиологических показателей

**Владеть:**

Владеть современными методами оценки физического развития человеческого организма в различных периодах онтогенеза

Владеть методами коррекции нарушений физического развития

**ДПК-2: способность-применять медико-биологические знания и практические навыки в формировании предметных образовательных результатов обучения**

**Знать:**

основные функции органов в различные возрастные периоды

современные функциональные пробы

**Уметь:**

формулировать задачи, подбирать средства, методы, необходимые для оценки физического развития

Определять костные и мышечные ориентиры

**Владеть:**

комплексной оценкой анатомо-морфологических параметров организма в профессиональной деятельности

**ОПК-6: готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся**

**Знать:**

основные опасности и их характеристики

**Уметь:**

Выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере профессиональной деятельности

**Владеть:**

навыками профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты

**ПК-6: готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса**

<b>Знать:</b>
<b>Уметь:</b>
<b>Владеть:</b>

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

<b>Код занятия</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Вид занятий</b>	<b>Семестр / Курс</b>	<b>Часов</b>	<b>Интеракт.</b>
	<b>Раздел 1.</b>	Раздел			
1.1	Закономерности роста и развития организма человека в онтогенезе	Лек	6	2	0
1.2	Основные аспекты диагностики и коррекции физического развития	Лек	6	2	0
1.3	Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом. Здоровье и качество жизни.	Лек	6	2	0
1.4	Оценка объективного статуса организма.	Лек	6	2	0
1.5	Оценка физической подготовленности.	Лек	6	2	0
1.6	Мануальная терапия.	Лек	6	2	0
1.7	Понятие биологического и паспортного возраста. Характеристика периодов онтогенеза человека.	Лек	6	2	0
1.8	Методы диагностики и коррекции физического развития	Сем зан	6	2	0
1.9	Методы определения физического развития	Сем зан	6	2	0
1.10	Общие закономерности роста и развития детей. Неодновременность роста и развития отдельных органов и систем	Сем зан	6	2	0
1.11	Биологическая надежность функциональных систем и организма в целом	Сем зан	6	2	0
1.12	Объективная оценка опорно-двигательного аппарата и возрастные особенности.	Сем зан	6	2	0
1.13	Объективная оценка телосложения человека, подкожно-жировой клетчатки	Сем зан	6	2	0
1.14	Объективная оценка дыхательной системы, возрастные особенности	Сем зан	6	2	0
1.15	Объективная оценка сердечно-сосудистой системы.	Сем зан	6	2	0
1.16	Исследование и оценка функционального состояния нервной системы у детей и у людей различного возраста в процессе занятий физической культурой и спортом.	Сем зан	6	4	0
1.17	Оценка физической подготовленности.	Сем зан	6	2	0
1.18	Объективная оценка состояния позвоночника. Коррекция осанки	Сем зан	6	2	0

1.19	Объективная оценка состояния стопы. Коррекция плоскостопия.	Сем зан	6	2	0
1.20	Физиологические основы физической работоспособности и методы определения	Сем зан	6	2	0
1.21	Объективная оценка телосложения человека.	Сем зан	6	2	0
1.22	Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом	Ср	6	2	0
1.23	Определения типа телосложения по Чернорудскому, Клоду Сиго, Крегмеру, Кнуссману, Шелдону-Картеру.	Ср	6	4	0
1.24	Компоненты тела и их строение. Характеристика внешних форм тела Характеристики туловища, шеи, конечностей. Границы, размеры, формы. Влияние физических нагрузок на внешние формы тела.	Ср	6	4	0
1.25	Объективная оценка опорно-двигательного аппарата, возрастные особенности. Опорно-трофические ткани, сухожилия, связки, фасции, апоневрозы, хрящи, костная ткань. Возрастные особенности. Жировая масса.	Ср	6	4	0
1.26	Оценка развития мускулатуры Мышечная масса. Влияние тренировки на развитие мышц. Динамика приростов мышечной массы у лиц занимающихся различными видами спорта.	Ср	6	4	0
1.27	Объективные критерии оценки суставов (форма суставов, определение температуры, объема активных и пассивных движений в суставах).	Ср	6	4	0
1.28	Объективная оценка дыхательной системы и возрастные особенности. Современные пробы оценки функции дыхательной системы МОД (легочная вентиляция), резервный объем вдоха (РОВД), резервный объем выдоха (РОВЫД), форсированная ЖЕЛ (ФЖЕЛ или проба Тиффно-Вотчела), максимальная вентиляция легких (МВЛ), дыхательный эквивалент (ДЭ). Объективная оценка сердечно-сосудистой системы и возрастные особенности. Функциональные пробы для оценки сердечно-сосудистой системы. Современные пробы оценки функции дыхательной системы (пикфлюметрия и проба Розенталя, проба Шафранского, гипоксические пробы, проба Генчи, проба Штанге, проба Штанге с гипервентиляцией, проба Штанге с физической нагрузкой	Ср	6	4	0

1.29	Функциональные пробы для исследования сердечно-сосудистой системы. Знания изменения электрокардиограммы во время и после выполнения физических нагрузок холтеровское мониторирование ЭКГ, фонокардиография (ФКГ), метод сфигмографии (СФГ), метод поликардиографии (ПКГ), реография (РГ), баллистокардиография (БКГ).	Ср	6	4	0
1.30	Знания наиболее распространенных нарушений ритма и проводимости : синусовая тахикардия , синусовая брадикардия, синусовая аритмия , экстрасистолия, пароксизмальная, мерцательная аритмия, атрио-вентрикулярные блокады, синдром Вольфа-Паркинсона	Ср	6	4	0
1.31	Дополнительные методы исследования сердечно-сосудистой системы, рентгенологические методы: рентгеноскопия, рентгенокимография (РКМГ), электрокимография, эхокардиография (ЭхоКГ), интервалокардиография (методика Р.М. Баевского), энергообеспечение по ЭКГ (методика С.А. Душанина), оценка энергетического метаболизма.	Ср	6	4	0
1.32	Исследование и оценка функционального состояния нервной системы у детей и у людей различного возраста в процессе занятий физической культурой и спортом. Оценка объективного неврологического статуса, функциональные пробы.	Ср	6	2	0
1.33	Оценка физической подготовленности. Простые и сложные методы, прямые и косвенные методы определения физической подготовленности для разных категорий населения.	Ср	6	4	0
1.34	Виды нарушения осанки (сколиоз, виды сколиоза). Объективные методы определения осанки (осмотр, пальпация), дополнительные методы исследования (рентгенологический метод). Рентгенологические стадии сколиоза.	Ср	6	4	0
1.35	Различные методики коррекции осанки.	Ср	6	4	0
1.36	Объективная оценка состояния стопы. Плантография. Понятие плоскостопия. Виды плоскостопия. Коррекция плоскостопия.	Ср	6	4	0
1.37	Различные методики коррекции плоскостопия.	Ср	6	4	0
1.38	Мануальная терапия. Методики мануальной терапии для коррекции патологических изменений позвоночника .	Ср	6	4	0

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания для текущей аттестации

«Оценочные материалы для текущей аттестации одобрены протоколом заседания кафедры медико-биологических дисциплин от «17 апреля» 2017 года № «10» и являются приложением к рабочей программе дисциплины».

### 5.2. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

«Оценочные материалы для текущей аттестации одобрены протоколом заседания кафедры медико-биологических дисциплин от «17 апреля» 2017 года № «10» и являются приложением к рабочей программе дисциплины».

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л1.1	Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. - Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для вузов - М.: Академия, 2013.		34

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л2.1	Любошенко Т. М., Ложкина Н. И. - Возрастная анатомия, физиология и гигиена - Омск: Издательство СибГУФК, 2012.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274683	1
Л2.2	Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. - Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для вузов - М.: Академия, 2011.		2

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телеkomмуникационной сети "Интернет"

Э1	1. <a href="http://www.knigafund.ru/books/74993">http://www.knigafund.ru/books/74993</a> Пропедевтика внутренних болезней 2. <a href="http://www.studentmedlib.ru">www.studentmedlib.ru</a> Плоскостопие и коррекция 3. <a href="http://bookz.ru/authors/vasil_eva-aleksandra/ploskost_911.html">http://bookz.ru/authors/vasil_eva-aleksandra/ploskost_911.html</a> Осанка и коррекция 4. <a href="http://window.edu.ru/resource/566/65566">http://window.edu.ru/resource/566/65566</a> Осанка, коррекция, плоскостопие 5. <a href="http://www.gitt.ru/ukazatel/lechim_skolioz/">http://www.gitt.ru/ukazatel/lechim_skolioz/</a> 6. <a href="http://www.sportmed.ru">http://www.sportmed.ru</a> ; 7. <a href="http://www.sportlab.ru">http://www.sportlab.ru</a> , 8. <a href="http://www.sportium.org/">http://www.sportium.org/</a> , 9. <a href="http://www.tic-pr.com">http://www.tic-pr.com</a> ;
----	--

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

7.3.1.1	Microsoft Windows 7 Prof
7.3.1.2	Microsoft Office Professional 2003
7.3.1.3	7-Zip
7.3.1.4	Adobe Acrobat Reader DC
7.3.1.5	Google Chrome
7.3.1.6	Gnuplot
7.3.1.7	

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

7.3.2.1	- Электронная библиотечная система «Научная библиотека КГУ» <a href="http://www.lib.kursksu.ru/">http://www.lib.kursksu.ru/</a> ;
7.3.2.2	- Электронно-библиотечная система IPRBooks <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a> ;
7.3.2.3	- Электронная библиотека Юрайт <a href="http://www.biblio-online.ru/">http://www.biblio-online.ru/</a>
7.3.2.4	- Российский образовательный портал <a href="http://www.school.edu.ru/default.asp">http://www.school.edu.ru/default.asp</a> ;
7.3.2.5	- Научная электронная библиотека <a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a> ;
7.3.2.6	- Федеральная университетская компьютерная сеть России <a href="http://www.runnet.ru/">http://www.runnet.ru/</a> ;
7.3.2.7	- Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a> .

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, г. Курск, 305000, ул. Радищева, 33, 163
7.2	Мобильный ПК ASUSX52JB - 1 шт.
7.3	Интерактивная доска SMARTBOSRDSMB480 - 1 шт.
7.4	Плазменная панель LG 50PA4510 - 1 шт.

7.5	Комплекты учебных столов - 18 шт.
7.6	Стулья - 36 шт.
7.7	Трибуна лекторская - 1 шт.
7.8	Доска учебная - 1 шт.
7.9	Шкаф с полками - 2 шт.
7.10	Шкаф со стеклом - 1 шт.
7.11	Шкаф низкий комбинированный - 2 шт.
7.12	Антресоль - 3 шт.
7.13	Шкаф навесной - 2 шт.
7.14	Стол однотумбовый - 1 шт.
7.15	
7.16	Учебная аудитория , 305000, г. Курск, ул. Радищева, 33, 146
7.17	Столов – 61 шт.
7.18	Посадочных мест – 162.
7.19	Компьютеров:
7.20	27 моноблоков MSI - модель MS-A912, 2гб оперативной памяти, Athlon CPU D525 1.80GHz
7.21	13 моноблоков Asus - модель ET2220I, 4гб оперативной памяти, intelCore i3-3220 CPU 3.30 GHz
7.22	

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 1. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками, имеющимся на кафедре.

#### 1.1. Указания по подготовке к занятиям лекционного типа

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, поэтому студентам рекомендуется перед очередной лекцией просмотреть по конспекту материал предыдущей. При затруднениях в восприятии материала следует обращаться к основным литературным источникам, к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на занятиях семинарского типа.

1.2 Студенты должны ознакомиться с темами семинарских занятий, изучить рекомендуемую литературу и источники, сориентироваться в понятийном аппарате, подготовить выступление по теме, принимать участие в обсуждении.

1.3 Зачет проводится в устной форме. Вопросы для подготовки к зачету выдаются заранее.