**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид текущей работы | Количество баллов |
| 1-й рейтинговый блок | |
| Положительный ответ на семинарском, практическом занятии | 5 |
| Выступление с докладом, рецензией, сообщением, подготовка рефератов | 5 |
| Тестовый контроль или письменная контрольная работа по пройденному материалу | 10 |
| **Итого за 1-й блок** | **20** |
| 2-й рейтинговый блок | |
| Положительный ответ на семинарском занятии | 10 |
| Тестовый контроль или письменная контрольная работа по пройденному материалу | 10 |
| Подготовка презентации в рамках изучения дисциплины | 10 |
| **Итого за 2-й блок** | **30** |
| **Итого за семестр** | **50** |

**Контрольные вопросы к устному опросу:**

**Раздел № 1 Возрастная морфология**

**Тема № 1**

1. Возрастная морфология как учебная дисциплина, связь с другими дисциплинами.
2. Задачи возрастной морфологии.
3. Методы возрастной морфологии.
4. Особенности возрастной периодизации
5. Факторы роста и развития.
6. Закономерности роста и развития.

**Тема № 2**

1. Биологический возраст. Морфологические критерии его оценки.
2. Зубная зрелость как критерий оценки биологического возраста.
3. Костная зрелость как критерий оценки биологического возраста.
4. Половая зрелость как критерий оценки биологического возраста.
5. Сосудистый возраст как критерий оценки биологического возраста.
6. Оценка биологического возраста детей раннего детства.
7. Оценка биологического возраста детей 1-го детства.

**Тема № 3**

1. Понятие акселерации и ретардации.
2. Причины возникновения акселерации.
3. Понятие вековой тенденции.
4. Понятие эпохального сдвига.
5. Варианты развития детей.
6. Виды индивидуального развития по И.И. Бахраху и Р.Н. Дорохову.

**Тема № 4**

1. Понятие старения организма.
2. Старение центральной нервной системы.
3. Старение сердечно-сосудистой системы.
4. Старение пищеварительной, дыхательной, мочевыделительной систем.
5. Старение органов чувств.
6. Система иммуногенеза и ее старение.
7. Внешние признаки старения.
8. Двигательная активность при старении.

**Тема № 5**

1. Возрастные особенности скелета туловища.
2. Возрастные особенности скелета головы.
3. Возрастные особенности скелета верхней и нижней конечностей.
4. Возрастные особенности соединения костей.
5. Возрастные особенности мышц.
6. Возрастные изменения костей

**Тема № 6**

1. Возрастные особенности органов пищеварения.
2. Возрастные особенности строения и функций органов мочевыделения.
3. Особенности строения воздухоносных путей от периода новорожденности до периода младшего школьного возраста.
4. Возрастные изменения лёгких.
5. Особенности дыхания у детей.

**Тема № 7**

1. Особенности кровообращения у плода.
2. Развитие камер, клапанов сердца, время закрытия овального отверстия и зарастания Боталлового протока в период новорожденности.
3. Возрастные изменения сердца от периода новорожденности до периода младшего школьного возраста.
4. Возрастные особенности строения сосудов от периода новорожденности до периода младшего школьного возраста.

**Тема № 8**

1. Развитие ЦНС в пренатальный период.
2. Возрастные особенности спинного мозга.
3. Возрастные особенности отделов головного мозга
4. Возрастные особенности органов зрения.
5. Возрастные особенности органов слуха.

**Раздел № 2 Спортивная морфология**

**Тема № 1**

1. Определение понятия «Спортивная морфология».
2. Задачи курса спортивной морфологии.
3. Методы исследования, используемые в спортивной морфологии.
4. Методы исследований костной системы.
5. Рентгенологический и антропометрический методы исследования костной системы.

**Тема № 2**

1. Понятие о функциональных системах.
2. Функциональная система движения.
3. Понятие о норме реакции, факторы ее регулирующие.
4. Морфологическая и функциональная адаптация. Стресс как механизм адаптации.
5. Компенсаторно-приспособительные и деструктивные изменения. Гипертрофия, атрофия, дистрофия, регенерация.

**Тема № 3**

1. Изменения в костной системе при занятиях спортом на тканевом уровне.
2. Общие и локальные изменения в костях скелета при занятиях спортом.
3. Локальные изменения в костной системе при систематических занятиях: плаванием, гимнастикой и акробатикой, легкой атлетикой (бег, прыжки, метание).
4. Изменение химического состава костей при систематических занятиях спортом.
5. Изменение формы костей скелета при занятиях спортом.
6. Изменение строения костей — надкостницы, компактного и губчатого вещества, костно-мозговой полости, при систематических занятиях спортом.
7. Какое значение имеет оптимальная подвижность в суставах при занятиях спортом.
8. Понятия: гибкость, подвижность. Активная подвижность, пассивная подвижность.
9. Влияние систематических занятий спортом на строение и функцию суставов (общие и локальные изменения в зависимости от занятий тем или иным видом спорта).
10. Влияние на величину подвижности в суставах состояния нервной системы, времени дня, температуры окружающей среды, возраста, пола.

**Тема № 3**

1. Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов.
2. Морфологическая перестройка мышц при физических нагрузках.
3. Приспособление мышц спортсменов к физическим нагрузкам.
4. Топография мышечной силы спортсменов.
5. Изменения в скелетных мышцах при нагрузках приводящих к состоянию хронического переутомления. Обратимые и необратимые процессы. Влияние их на функцию мышц.

**Тема № 4**

1. Адаптация нервной системы к физическим нагрузкам.
2. Адаптация эндокринной системы к физическим нагрузкам.
3. Адаптация сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам.
4. Изменение формы, размеров и положения сердца при различных положениях тела у спортсменов.
5. Гипертрофия сердца. Факторы, обуславливающие гипертрофию сердца: характер физических нагрузок, частота использования максимальных нагрузок, спортивный стаж, нарушения режима.
6. Биодинамика внутренних органов при движениях человека.

**Тема № 5**

1. Понятие о конституции человека (по В.В. Бунаку).
2. Факторы, обуславливающие конституцию человека.
3. Признаки, лежащие в основе конституции человека.
4. Конституциональные схемы и их недостатки.
5. Конституциональная схема Сиго.
6. Конституциональная схема Кречмера.
7. Конституциональная схема М.В. Черноруцкого.
8. Конституциональная схема Шелдона.
9. Конституциональная схема В.В. Бунака.
10. Конституциональные особенности спортсменов.
11. Значение изучения конституции человека для преподавателей физической культуры.

**Тема № 6**

1. Местоположение антропометрических точек.
2. Устройство антропометрического инструментария.
3. Техника антропометрических измерений.

**Тема № 7**

1. Техника измерений продольных, поперечных, обхватных размеров тела, толщины кожно-жировых складок.
2. Становая и кистевая динамометрия.
3. Формулы для определения продольных размеров тела.

**Тема № 8**

1. Аналитический метод Матейки. Его использование при определении жирового компонента, костного, мышечного.
2. Определение обезжиренной массы тела.
3. Состав веса тела у лиц, занимающихся разными видами спорта, и у лиц, не занимающихся спортом.

**Тема № 9**

1. Пропорции тела спортсменов и значение их в спортивной практике.
2. Дать характеристику трем основным типам пропорций человека по Башкирову.
3. Антропометрические индексы Кетле, Эрисмана, Ливи, Мануврие.

**Тема № 10**

1. Определение понятия «физическое развитие».
2. Факторы, обуславливающие физическое развитие человека.
3. Признаки, лежащие в основе определения физического развития.
4. Методы оценки физического развития.
5. Методы индексов в оценке физического развития человека и его недостатки.
6. Метод стандартов и антропометрического профиля по Р. Мартину.
7. Метод корреляции.
8. Физическое развитие спортсменов различных специализаций.
9. Значение изучения физического развития для тренеров и спортсменов.

**Тема № 11**

1. Соматотипирование как основа физического воспитания.
2. Дать характеристику компонентов, составляющих соматотип по Хит-Картеру (эндоморфии, мезоморфии, эктоморфии).
3. Определение соматотипа по Хит-Картеру.

**Тема № 12**

1. Дать характеристику трех независимых уровней варьирования по методу Р.Н. Дорохова (габаритный, компонентный, пропорционный).
2. Виды вариантов развития детей и подростков.
3. Охарактеризовать свой морфологический статус на основе полученных данных.

Оценка лабораторных и практических заданий осуществляется по 5-ти бальной шкале в соответствии с выполнением задания в учебно-методическом пособии и ответа на вопросы по данной теме.