

УДК 796.01:611(024) : 796.074.1

ГАСНТИ 47.05

Лысов П.К. Основы спортивной морфологии: Учебно-методическое пособие для студентов заочного факультета. – Москва, МГАФК. – 2007. – 20 с.

учебное пособие

Учебно-методическое пособие разработано для студентов заочного факультета, обучающихся по специальности 022300 – Физическая культура и спорт.

Структура и содержание пособия соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки специалиста по данной специальности, и учебному плану МГАФК.

МГАФК

Рецензенты:

доктор медицинских наук, профессор В.Г. Петрухин;

кандидат медицинских наук, профессор Т.И. Долматова.

## Содержание

<b>ОПИСАНИЕ КУРСА .....</b>	<b>4</b>
ТРЕБОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ .....	4
УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	5
РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА И САЙТЫ В ИНТЕРНЕТ:.....	5
<b>ТРЕТИЙ СЕМЕСТР .....</b>	<b>7</b>
<b>ЛЕКЦИИ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.....</b>	<b>7</b>
Лекция № 1. Введение в курс "Основы спортивной морфологии". .....	7
Лекция № 2. ГЕНЕТИЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ И СПОРТИВНАЯ ОДАРЕННОСТЬ. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ОРИЕНТАЦИИ И ОТБОРА.....	7
ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ № 1. АНТРОПОМЕТРИЯ (ВЗАИМОИССЛЕДОВАНИЕ). ХАРАКТЕРИСТИКА ГАБАРИТНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ. ....	9
ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ № 2. КОМПОНЕНТНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ СОМАТОТИПА. МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА. ПРОПОРЦИИ ТЕЛА СПОРТСМЕНА ИВС. МОРФОЛОГИЧЕСКОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОСТОЯНИЯ ПОЗВОНОЧНОГО СТОЛБА И СТОПЫ.....	10
<b>САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА .....</b>	<b>10</b>
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СОЗДАНИЯ МУЛЬТИМЕДИА-ПРЕЗЕНТАЦИЙ ПО СПОРТИВНОЙ БИОЛОГИИ.....	11
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ЗАДАНИЕ К КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЕ .....	12
<b>ЧЕТВЕРТЫЙ СЕМЕСТР .....</b>	<b>13</b>
<b>ЛЕКЦИИ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.....</b>	<b>13</b>
Лекция № 3. Внешняя среда и здоровье спортсмена. Компенсаторно- приспособительные реакции организма спортсмена. Биологические критерии эффективности тренировочного процесса.....	13
ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ № 3. МОРФОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОФИЛЬ СПОРТСМЕНА. ....	15
<b>ТРЕБОВАНИЯ К ЗАЧЕТУ.....</b>	<b>16</b>
Объемные требования .....	16