

Министерство образования и науки российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



А.А. Панфилов

« 28 » 08 2014 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
АНАТОМИЯ**

для специальности среднего профессионального образования  
естественно-научного профиля  
49.02.01 «Физическая культура»

Владимир 2014

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС)  
по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)

49.02.01 «Физическая культура», утвержденного приказом Министерства  
образования и науки РФ от 11.08.2014 № 976

Кафедра-разработчик: Кафедра теоретических и медико-биологических основ  
физической культуры (далее ТМБОФК) ВлГУ.

Рабочую программу составила: Гурова Е.В., кандидат биологических наук,  
доцент ВлГУ.



Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК ВлГУ  
протокол № 1 от « 28 » августа 20 14 г.

Заведующая кафедрой ТМБОФК, доктор биологических наук, профессор

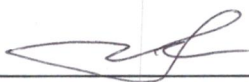


Батоцыренова Т.Е.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании Колледжа инновационных  
технологий и предпринимательства ВлГУ

Протокол № 1 от « 29 » августа 2014 года

Директор КИТП ВлГУ, профессор каф. ЛПиКМ, кандидат технических наук



Корогодов Ю.Д.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Анатомия

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Профессиональный цикл, общепрофессиональные дисциплины.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

**Цель** рабочей программы дисциплины:

– изучение строения и закономерностей формирования тела человека с позиций современной функциональной анатомии и с учетом возрастно-половых особенностей организма как единого целого;

– познание специфики влияния физической культуры и спорта на структуры тела и умение использовать анатомические знания в спортивно-оздоровительной работе с различным контингентом.

**Задачи:**

– дать представление об уровнях структурной организации (клетка — ткань — орган — система органов — организм в целом) и этапах формирования организма (эмбриогенез, филогенез, онтогенез);

– объяснить специфику строения, топографии и функции органов и систем жизнеобеспечения;

– научить определению проекций внутренних органов на внешние структуры живого тела;

– обеспечить усвоение навыков анатомического анализа положений и движений тела и его частей с позиций взаимодействия внешних и внутренних сил, воздействующих на тело;

– познакомить с позитивным и негативным влиянием специфических спортивных нагрузок на анатомические структуры тела человека;

– сформировать теоретическую базу знаний для дальнейшего изучения физиологии человека и других дисциплин биологического цикла.

**В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:**

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;

- определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи (ПК-1.6);

- применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности (ПК-3.3, ПК-3.5);

- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста

- и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений (ПК-2.1);
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой (ПК-1.1, ПК-1.5).

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека, применительно к будущей профессиональной деятельности (ОК-1, ОК-2, ОК-3);
- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;
- основные закономерности роста и развития организма человека (ОК-6);
- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи (ОК-4, ОК-5);
- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам, особенности проведения физкультурных занятий (ПК- 1.2, ПК-1.3, ПК-1.4);
- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения (ОК-8, ОК-11);
- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков (ОК-7, ОК-9, ОК-10).

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **80** часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **48** часов;  
самостоятельной работы обучающегося **32** часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
	<b>4 семестр</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>80</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>48</b>
в том числе:	
лабораторные и практические занятия	<b>32</b>
теоретическое обучение	<b>16</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>32</b>
<i>В том числе: самостоятельная работа Подготовка докладов, сообщений составление и описание схем, ответы на вопросы к семинарам.</i>	
<b>Итоговая аттестация в форме экзамена</b>	

## 2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрено)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Человек, как целостная биологическая система</b>		
<b>Тема 1.1. Введение.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	Предмет и содержание курса. Историческая справка. Значение изучения дисциплины для правильной организации учебно-тренировочного процесса. Основные положения и терминология, гистологии, эмбриологии, морфологии, цитологии, анатомии и физиологии человека.		
	<b>Лабораторные занятия:</b> Определение уровней организации организма, составление схемы. Изучение уровней организации на примерах в видеоролике.	1	
	<b>Контрольные работы</b> <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление и описание схемы по теме: Клетка, ее строение. Подготовка сообщения по теме: Человек как целостная биологическая система. Понятие об организме, уровнях его организации.	- 1	
<b>Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	Определение понятий рост и развитие. Основные закономерности и периоды развития организма человека. Основные положения и терминология эмбриологии и морфологии человека.		
	<b>Лабораторные занятия:</b> Зарисовывание и описание строения животной клетки.	1	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка сообщения по теме: Части, поверхности тела человека. Условные плоскости и оси.	1	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движения.</b>	-	
<b>Тема 2.1. Кости. скелет.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	3
	Химический состав и формы костей. Строение и типы соединения костей, суставов; их классификация. Строение позвонков. Строение грудной клетки. Строение скелета головы. Особенности строения черепа, соединение его костей. Скелет верхних и нижних конечностей. Пояс верхних и нижних конечностей.		
	<b>Лабораторные занятия:</b> Определение возрастных особенностей химического состава костей. Описание получения минерального вещества кости. Описание получения органического вещества кости Зарисовывание и описание строения позвонков и их особенности, связанные с нагрузкой. Определение возрастных особенностей строения и формы костей. Описание соединения костей. Выявление особенностей строения черепа.	6	

	<b>Контрольные работы</b>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка докладов по теме: Вспомогательный аппарат мышц. Типы соединения костей.	10	
<b>Тема 2.2. Мышцы.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	Основные положения и терминология гистологии человека. Мышцы. Строение и классификация мышц. Морфо-функциональное состояние мышц. Функциональные группы мышц.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b> Определение морфо-функционального состояния мышц при различных физических нагрузках.	2	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Составление и описание схемы по теме: Топографическая классификация мышц.	6	
<b>Тема 2.3. Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Анатомо-морфологические механизмы адаптации к статическим нагрузкам.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b>		
	<b>Контрольные работы</b>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка докладов по теме: Анатомо-морфологические механизмы адаптации к динамическим нагрузкам. Определение признаков адаптации к статическим нагрузкам.	2	
<b>Тема 2.4. Коррекция функциональных нарушений у детей и подростков</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Строение и функции опорно-двигательного аппарата. Способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b> Определение гармоничности физического развития по антропометрическим показателям. Оценка их с учетом возраста и пола. Определение наличия плоскостопия. Определение возрастных особенностей строения опорно-двигательного аппарата. Составление рекомендаций, направленных на профилактику плоскостопия.	1	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка ответов на вопросы к семинару по теме: Влияние физической нагрузки на развитие опорно-двигательного аппарата.	1	
<b>Раздел 3.</b>	<b>Учет конструкции тела в практике спортивной ориентации и отбора</b>		
<b>Тема 3.1. Анатомическая характеристика положений и движений спортсменов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Классификация положений тела. Виды действующих сил. Положение тела стоя, Осанка, ее классификация. Вис прогнувшись. Вис на выпрямленных руках. Мост. Упор на параллельных брусьях. Классификация движений тела.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b>		
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка докладов по теме: Ходьба. Бег. Прыжки в длину с места. Вращательные движения. Сальто назад с места. Определение и описание пропорций различных типов телосложения человека.	2	
<b>Тема 3.2. Группы мышц,</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Возрастная морфология. Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам.		3



испытывающих наибольшую нагрузку при основных видах и положениях тела.	<b>Лабораторные занятия:</b>		
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	2	
	Подготовка ответов на вопросы к семинару по теме: Значение положений тела для формирования опорно-двигательного аппарата. Понятие о центре тяжести, площади опоры, видах и условиях равновесия. Группы мышц, испытывающих наибольшую нагрузку при основных видах и положениях тела. Определение возрастных особенностей групп мышц детей, подростков и молодежи. Деловая игра: «Составление плана мероприятий по сохранению правильной осанки в положении сидя и при ходьбе».		
<b>Раздел 4.</b>	<b>Анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи.</b>		
<b>Тема 4.1. Нервная система.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Строение и функции нервной системы здорового человека. Нервная система. Нейрон, его строение. Периферическая нервная система. Черепные и спинномозговые нервы. Возрастные особенности ЦНС. Анализаторы, их строение и значение.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b>	1	
	Анализ и описание строения головного мозга. Анализ схемы- рисунка строения рефлекторной дуги. Анализ схемы- рисунка строения сетчатки глаза. Определение слепого пятна на сетчатке глаза. Определение возрастных особенностей строения и функций нервной системы детей, подростков и молодежи.		
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	1	
	Подготовка сообщения по теме: Вегетативная нервная система, ее отделы. Составление и описание схем по теме: Нервная ткань. Рефлекторная дуга. Подготовка сообщения по теме: Понятие об анализаторах. Подготовка сообщения по теме: Осязательная, температурная и болевая чувствительность кожи.		
<b>Тема 4.2. Кровеносная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Состав и функции крови. Сердечно-сосудистая система. Строение сердечной мышцы. Проводящая система сердца. Строение и особенности кровеносных сосудов малого и большого круга кровообращения. Лимфатическая система. Возрастные особенности строения сердца и сосудов.		2
	<b>Лабораторные занятия:</b>	1	
	Описание строения сердечной мышцы. Измерение АД и подсчет частоты пульса. Определение возрастных особенностей кровеносной системы детей, подростков и молодежи.		
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	1	
	Составление схемы по теме: Круги кровообращения. Подготовка докладов по теме: Влияние различных видов спорта на сердечно-сосудистую систему.		
<b>Тема 4.3. Пищеварительная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Строение и функции пищеварительной системы.		2
	<b>Лабораторные занятия:</b>		
	<b>Контрольные работы</b>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	

	Подготовка докладов по теме: Железы пищеварительной системы. Определение топографического строения зуба. Описание строения ворсинок тонкой кишки. Определение возрастных особенностей пищеварительной системы детей, подростков и молодежи.		
<b>Тема 4.4. Дыхательная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Строение и функции дыхательной системы.		2
	<b>Лабораторные занятия:</b> Определение и описание топографического строения легких и бронхов. Определение возрастных особенностей системы дыхания детей, подростков. Анализ и оценка показателей спирометрии.	1	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
<b>Тема 4.5. Выделительная и половая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Строение и функции выделительной системы.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b> Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул. Оценка гибкости тела. Определение возрастных особенностей выделительной и половой системы детей, подростков.	1	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление и описание схемы по теме: Строение и функции мужских и женских половых органов.	1	
<b>Тема 4.6. Покровная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Покров тела человека. Придатки кожи. Рецепторы, воспринимающие информацию из внешней среды.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b>		
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка сообщения по теме: Осязательная, температурная и болевая чувствительность кожи.	1	
<b>Тема 4.7. Эндокринная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Строение и функции эндокринной системы.		3
	<b>Лабораторные занятия:</b> Определение влияния функционирования эндокринной системы на работоспособность спортсмена. Решение ситуационных задач и тестов. Определение возрастных особенностей эндокринной системы детей и подростков.	1	
	<b>Контрольные работы/дифференцированный зачет</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка ответов на вопросы к семинару по теме: Железы смешанной секреции. Возрастные особенности гипофиза, щитовидной и вилочковой желез, надпочечников.	1	
<b>Всего:</b>		80	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета анатомии и физиологии.

Оборудование учебного кабинета: доска, мел, набор плакатов по темам лекционных и лабораторных работ, таблицы, муляж скелет человека, муляжи костей верхних и нижних конечностей, муляжи набора костей для лабораторных работ по анатомии, глаз упрощенный, голография верх, гортань со щитовидной железой, железы внутренней секреции, кости черепа, костно-вибрационные конечности стопы, локтевой сустав и его мышцы, мышцы туловища, набор препаратов общая гистология, основы вращательных суставов, пищеварительный тракт, пищеварительный тракт электрическая модель, плечевая кость, плечевой сустав, почки человека, связь аппарата локтевого сустава, связь аппарата плечевого сустава, скелет женского таза, строение желудка, сумка коленного сустава, топография нижних конечностей, торс человека внутренние органы, ухо детализированное, фрагмент поясничного позвоночного сустава, хрящевая соединительная прямая, череп с разрозненными костями, ростомер, весы, толстотные циркули, материал для самоподготовки: атласы, практикумы, раздаточный материал, учебники по анатомии автор Саблин А.А., столы, стулья.

Технические средства обучения: Кабинет мульти-медиа на 60 посадочных мест, компьютер с выходом в интернет, мульти-медийный проектор.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы, интернет-ресурсов.

##### Основные источники:

1. Билич Г.Л. Анатомия человека [Электронный ресурс] /Г.Л. Билич, В.А. Крыжановский - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424476.html>

2. Гайворонский И.В. Анатомия человека В 3 т. Т. 1. Опорно-двигательный аппарата [Электронный ресурс] учебник / И. В. Гайворонский, Л. Л. Колесников, Г. И. Ничипорук, В. И. Филимонов, А. Г. Цыбульский, А. В. Чукбар, В. В. Шилкин; под ред. Л. Л. Колесникова" - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970428849.html>

3. Билич Г.Л. Анатомия человека. Атлас. В 3 томах. Том 2. Внутренние органы [Электронный ресурс] : учебное пособие /Г.Л. Билич, В.А. Крыжановский - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970425428.html>

### **Дополнительная литература**

1. Шилкин В.В. Анатомия по Пирогову (Атлас анатомии человека). Том 1. Верхняя конечность. Нижняя конечность. [Электронный ресурс] / Шилкин В.В., Филимонов В.И. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 600 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970419465.html>
2. Курепина М.М. Анатомия человека [Электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов / М.М. Курепина, А.П. Ожигова, А.А. Никитина. - М.: ВЛАДОС, 2010. - (Учебник для вузов) – 383 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785691009051.html>
3. Сапин М.Р. Анатомия человека [Электронный ресурс] / Сапин М.Р., Билич Г.Л. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 560 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970408513.html>

### **Периодические издания**

1. Журнал Лечебная физическая культура и спортивная медицина. 2015 г. №1 (127)-№6 (132)
2. Журнал Адаптивная физическая культура.

### **Основные интернет-ресурсы**

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» <http://www.infosport.ru>
  2. Справочно-информационные источники <http://www.schooi.edu.ru>
  3. Теория и практика физической культуры (информационный портал) <http://www.teoriya.ru>
- Библиотеки:
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
  5. Библиотека Ихтика» (полнотекстовая) <http://ihtik.lib.ru>
- Журналы:
6. «Теория и практика физической культуры» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
  7. «Спорт для всех(архив)» <http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
  8. «Физическая культура; воспитание, образование, тренировка» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>
  9. Российский гуманитарный Интернет- университет <http://www.vusnet.ru/biblio>
  10. Российский государственный университет физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики – (РГУФК; ГЦОЛИФК) <http://www.sportedu.ru>
  11. Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма <http://www.akademsport.smolensk.ru>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>Умения:</b> измерять и оценивать анатомические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на анатомические особенности, функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте; использовать знания анатомии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей.</p> <p><b>Знания:</b> анатомические характеристики организма человека; понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; регулирующие функции нервной и эндокринной систем; роль центральной нервной системы в регуляции движений; особенности анатомии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; закономерности двигательной активности, процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; анатомические основы развития физических качеств; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности анатомического состояния организма.</p>	<p><i>Наблюдение и оценка выполнения заданий на практических занятиях, устных ответах на вопросы.</i></p> <p><i>Оценка выполнения устных заданий, письменных терминологических диктантов результатов тестирования, выполнения самостоятельной работы, устных ответах на уроках, зачетах, экзамене.</i></p>

Резидент (эксперт): к.б.н., доцент кафедры ТМФКСД



Гаврилов В.В.