

ГПОУ «Киселёвский педагогический колледж»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины **ОП.03 Анатомия**
специальность 49.02.01 Физическая культура

Киселёвск
2022

Составитель:

Сынкова Н.А., канд. биол. наук, преподаватель ГПОУ «Киселёвский педагогический колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.03 Анатомия

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалиста среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура, входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании, а именно в программах повышения квалификации и переподготовки по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: общепрофессиональная дисциплина профессионального цикла, направлена на формирование ОК1-10, ОК12, ПК1.1-1.4, ПК2.1-2.2, ПК2.4-2.5, ПК3.2-3.4.

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

Цель: овладение основополагающими знаниями о строении организма с учетом возрастных, половых и индивидуальных особенностей и их изменениях под воздействием физических нагрузок.

В ходе её достижения решаются **задачи:**

- формировать систему знаний о строении тела человека;
- совершенствовать умения в анатомическом анализе положений и движений тела;
- развивать творческий подход к изучению строения организма человека под воздействием физической культуры и спорта;
- создать основу для понимания функций организма человека.

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

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодёжи;
- применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
- определять антропометрические показатели, оценивать их с учётом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой.

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

- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;
- 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;
- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодёжи;
- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;
- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;
- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков.

1.4 Использование часов вариативной части ППСЗ

№	Дополнительные знания, умения	№, наименование темы	Количество часов	Обоснование включения в рабочую программу
1	Знать топографию артерий и вен большого круга кровообращения	Тема 4.1. Общая анатомия сосудистой системы	3	углубление знаний по строению сосудистой системы

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 142 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 95 часа;

самостоятельной работы обучающегося 47 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	142
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	95
в том числе:	
лабораторные занятия	4
практические занятия	66
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	47
в том числе:	
- составление тезаурусного поля	4
- подготовка электронной презентации	3
- заполнение таблиц	14
- подготовка к контрольной работе	5
- составление кроссвордов	3
- подготовка доклада	4
- составление структурно-логических схем	2
- доработка конспекта лекции	2
- подготовка к дифференцированному зачёту	10
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Анатомия»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Организм и составные элементы		25 ч.	
Тема 1.1. Введение. Анатомия как наука. Организм как единое целое	Содержание учебного материала	4	продуктивный
	1. Анатомия как наука. Методы исследования. Историческое развитие науки. Связь анатомии с другими науками		
	2. Уровни организации человеческого организма		
	3. Строение и функции тканей		
	Лабораторные работы	4	
	1. Исследование строения животных клеток по готовым препаратам и таблицам		
	2. Исследование строения тканей по готовым препаратам и таблицам		
	Самостоятельная работа	7	
	1. Составление тезаурусного поля «История развития анатомии как науки» (4 ч.)		
	2. Подготовка электронной презентации «Виды тканей» (3 ч.)		
Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека. Онтогенез и его периодизация	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Понятие об онтогенезе. Возрастная периодизация. Сенситивные и критические периоды развития детей и подростков. Биологический и календарный возраст.		
	2. Понятие о росте и развитии организма. Акселерация и ретардация развития.		
	3. Реализация генетической информации. Наследственные заболевания.		
	Практические занятия	4	
	1. Оценка собственного физического развития с помощью антропометрических методов		
	2. Оценка физического развития и конституционных особенностей у детей и подростков с помощью антропометрических методов		
	Самостоятельная работа	4	
Заполнение таблицы «Возрастная периодизация жизни человека»			
Раздел 2. Общая характеристика опорно-двигательного аппарата		51 ч.	
Тема 2.1. Строение и функции скелета	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	Опорно-двигательный аппарат. Строение, функции и возрастное развитие скелета. Соединения костей. Факторы, влияющие на формирование скелета.		

	Практические занятия	12	
	1. Исследование химического состава костей		
	2. Исследование топографического расположения костей черепа и их соединения по моделям и таблицам		
	3. Исследование топографического расположения костей туловища и их соединения по моделям и таблицам		
	4. Исследование топографического расположения костей верхних конечностей и их соединения по моделям и таблицам		
	5. Исследование топографического расположения костей нижних конечностей и их соединения по моделям и таблицам		
	6. Контрольная работа по теме «Анатомия скелета»		
	Самостоятельная работа	5	
	1. Заполнение таблицы «Соединение костей черепа» (2 ч.)		
	2. Заполнение таблицы «Соединение костей туловища» (2 ч.)		
	3. Подготовка к контрольной работе (1 ч.)		
Тема 2.2. Строение и функции скелетных мышц	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Скелетные мышцы. Кровообращение и иннервация мышц.		
	2. Закономерности распределения мышц в теле человека. Классификация мышц.		
	3. Изменение мышц с возрастом и под влиянием физической нагрузки.		
	Практические занятия	10	
	1. Исследование особенностей строения от функций скелетных мышц		
	2. Топографическая и функциональная характеристика мышц туловища		
	3. Топографическая и функциональная характеристика мышц головы		
	4. Топографическая и функциональная характеристика мышц верхних конечностей		
	5. Топографическая и функциональная характеристика мышц нижних конечностей		
Самостоятельная работа	4		
1. Подготовка кроссворда по теме «Опорно-двигательный аппарат» (3 ч.)			
2. Подготовка к контрольной работе (1 ч.)			
Тема 2.3. Анатомический анализ положений и движений тела	Содержание учебного материала	1	продуктивный
	1. Основные законы механики, используемые при анализе положений и движений тела.		
	2. Анализ работы двигательного аппарата. Влияние положений и движений тела на организм человека		
	3. Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движения		

	4. Способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков		
	5. Влияние образа жизни на анатомическое строение организма человека		
	Практические занятия	10	
	1. Исследование участия скелетных мышц в положении и движении тела		
	2. Анатомическая характеристика положений тела: висов, упоров, гимнастического моста		
	3. Анатомическая характеристика движений тела на примере бега и ходьбы		
	4. Анатомическая характеристика движений тела на примере прыжков в длину с места		
	5. Контрольная работа по теме «Анатомический анализ положений и движений тела»		
	Самостоятельная работа	5	
	1. Подготовка к контрольной работе (1 ч.)		
	2. Подготовка доклада к уроку-конференции «Влияние образа жизни на анатомическое строение организма человека» (4 ч.)		
Раздел 3. Общая анатомия внутренних органов		17 ч.	
Тема 3.1. Топографическое расположение и строение органов пищеварительной системы	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Общая анатомия внутренних органов. Классификация внутренних органов. Общее строение полых органов		
	2. Строение, функциональное значение и возрастные изменения пищеварительной системы.		
	Практические занятия	2	
	Исследование анатомии пищеварительной системы по готовым препаратам и таблицам		
Тема 3.2. Топографическое расположение и строение органов дыхательной системы	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Общая анатомия дыхательной системы		
	2. Возрастные особенности строения органов дыхания		
	3. Влияние образа жизни на анатомическое строение организма человека		
	Практические занятия	2	
	Исследование анатомии дыхательной системы по готовым препаратам и таблицам		
	Самостоятельная работа	4	
	Заполнение таблицы «Возрастные изменения строения внутренних органов человека»		
Тема 3.3. Топографическое расположение и строение органов выделительной и половой систем	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Общая анатомия и функция мочевой системы. Почка.		
	2. Общая анатомия и возрастные особенности женских и мужских половых органов.		
	Практические занятия	2	
	Контрольная работа по теме «Анатомия внутренних органов»		

	Самостоятельная работа	1	
	Подготовка к контрольной работе		
Раздел 4. Сосудистая система		15 ч.	
Тема 4.1. Общая анатомия сосудистой системы	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Общая анатомия сосудистой системы. Кровообращение.		
	2. Топография артерий и вен большого круга кровообращения		
	3. Анатомия сердца. Влияние физических упражнений и спорта на строение сердца.		
	4. Общая анатомия лимфатической системы.		
	Практические занятия	10	
	1. Исследование внешнего и внутреннего строения сердца по готовым препаратам и таблицам		
	2. Изучение топографии артерий большого круга кровообращения		
	3. Изучение топографии вен большого круга кровообращения		
	4. Изучения строения лимфатической системы организма		
5. Контрольная работа по теме «Сердечно-сосудистая система»			
Самостоятельная работа	3		
1. Построение структурно-логической схемы «Большой и малый круги кровообращения» (2 ч.)			
	2. Подготовка к контрольной работе (1 ч.)		
Раздел 5. Нервная система и анализаторы		18 ч.	
Тема 5.1. Общая анатомия нервной системы. Анатомия отделов нервной системы	Содержание учебного материала	2	репродуктивный
	1. Общее строение нервной системы. Развитие нервной системы в онтогенезе.		
	2. Строение и функции нервной ткани.		
	3. Центральная нервная система. Спинной мозг. Головной мозг. Спинномозговая жидкость и ее функциональное значение. Проводящие пути головного и спинного мозга, их значение.		
	4. Периферическая нервная система. Спинномозговые и черепные нервы.		
	5. Общая анатомия и классификация вегетативной нервной системы. Возрастные изменения вегетативной нервной системы и ее значение при занятиях спортом.		
	Практические занятия	8	
	1. Исследование строения спинного мозга по готовым препаратам и таблицам		
	2. Исследование строения головного мозга по готовым препаратам и таблицам		
	3. Изучение принципа сплетений основных ветвей спинномозговых нервов, анатомии черепных нервов		
	4. Изучение строения вегетативной нервной системы		

	Самостоятельная работа	2	
	Заполнение таблицы «Строение отделов головного мозга»		
Тема 5.3. Анализаторы	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	1. Общая анатомия сенсорных систем. Органы чувств.		
	2. Зрительная сенсорная система.		
	3. Слуховая и вестибулярная сенсорные системы.		
	4. Двигательная, тактильная, болевая, температурная, обонятельная, вкусовая сенсорные системы.		
	Практические занятия	2	
	Исследование зрительной, слуховой и вестибулярной сенсорных систем по готовым препаратам и таблицам		
	Самостоятельная работа	2	
	Доработка конспекта лекции «Тактильная, обонятельная и вкусовая сенсорные системы»		
Раздел 6. Железы внутренней секреции		16 ч.	
Тема 6.1. Общая анатомия эндокринных желез	Содержание учебного материала	2	продуктивный
	Общая анатомия эндокринных желез. Топография желез		
	Практические занятия	4	
	1. Исследование внешнего и внутреннего строения эндокринных желез		
	2. Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам		
	Самостоятельная работа	10	
	Подготовка к дифференцированному зачёту		
	ВСЕГО	142 ч.	

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:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебная доска;
- учебно-методический комплекс по дисциплине;
- комплект учебно-наглядных пособий:
 - муляжи органов и систем организма человека
 - приборы для оценки функций организма человека
 - микроскопы с комплектами микропрепаратов
 - таблицы по анатомии человека
 - препараты в консервирующих жидкостях
 - видеофильмы по изучаемым темам
 - электронные издания учебного назначения
 - автоматизированные программы для оценки гармоничности физического развития
- технические средства обучения
 - Интерактивная доска SMART Board
 - Проектор SMART V30
 - Телевизор ЖК DEXP
 - DVD-плеер
 - Видеомагнитофон
 - Компьютер
 - Принтер
 - Сканер
 - Ростомер BSM 170 В/Т 5
 - Планшет Huawei T5
 - Умные весы Xiaomi
 - Фитнес-браслет Fitness
 - Трекер активности Xiaomi Mi Smart Band4
 - Умные браслеты onetkac C 320 puise
 - Тонومتر OMRON M2 Basic
 - Портативный анализатор InBody 270
 - Базовый анализатор состава тела ACCUNIQ BC310

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники (ОИ)

Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека [Текст]: учебник / М.Ф. Иваницкий. - Москва: Спорт, 2020. - 624 с.

Дополнительные источники (ДИ)

Билич, Г.Л. Анатомия человека [Текст]: атлас / Г.Л. Билич, В.А. Крыжановский. - Москва: Эксмо, 2012. - 224 с.

Билич, Г.Л. Атлас: анатомия и физиология человека [Текст]: полное практическое пособие / Г.Л. Билич, Е.Ю. Зигалова. - Москва: Эксмо, 2014. - 320 с.

Билич, Г.Л. Костная система человека [Текст]: атлас / Г.Л. Билич, В.А. Крыжановский, Е.Ю. Зигалова. - Москва: Эксмо, 2013. - 192 с.

Валериус, К.П. Мышцы. Анатомия. Движения. Тестирование [Текст] / К.П. Валериус, К. Гамильтон, Э.А. Лафонт и др. - Москва: Практическая медицина, 2015. - 432 с.

Герке, Т. Спортивная анатомия [Текст] / Т. Герке. - Минск: Попурри, 2016. - 272 с.

Давыдов, В.В. Морфофизиология тканей [Текст]: учеб. пособие / В.В. Давыдов. - Москва: ГЭО-ТАР-Медиа, 2015. - 112 с.

Дорохов, Р.Н. Неизвестная анатомия [Текст]: учебное пособие / Р.Н. Дорохов, О.М. Бубненко. - Санкт-Петербург: СпецЛит, 2014. - 159 с.

Каменская, В.Г. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Текст]: учебник / В.Г. Каменская. - Санкт-Петербург: Питер, 2013. - 272 с.

Козлов, В.И. Анатомия мышц [Текст]: учебное пособие / В.И. Козлов, О.А. Гурова. - Москва: Практическая медицина, 2016. - 176 с.

Кэпит, У. Анатомия человека [Текст]: атлас-раскраска / У. Кэпит, М. Лоуренс. - Москва: Эксмо, 2015. - 376 с.

Мышцы. Анатомия. Движения. Тестирование [Текст] / под ред. М.Б. Цыкунова. - Москва: Практическая медицина, 2015. - 432 с.

Нельсон, А. Анатомия упражнений на растяжку [Текст] / А. Нельсон, Ю. Кокконен. - Минск: Попурри, 2014. - 224 с.

Пепелкин, А.И. Вариантная анатомия и врожденные дефекты развития скелета человека [Текст] / А.И. Пепелкин, В.Б. Мандриков, А.И. Краюшкин и др. - Волгоград: Изд-во ВолгГМУ, 2012. - 216 с.

Самсонова, А.В. Гипертрофия скелетных мышц человека [Текст]: учеб. пособие. - Санкт-Петербург: Политехника, 2015. - 159 с.

Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека [Текст]: учебник / Н.И. Федюкович, И.К. Гайнутдинов. - Ростов на Дону: Феникс, 2012. - 510 с.

Цыбульский, А.Г. Практикум по анатомии человека [Текст]: учеб. пособие: В 4 ч. Ч.1. Опорно-двигательная система. / А.Г. Цыбульский, Л.Л. Колесников, Т.В. Горская. - Москва: РИА «Новая волна»: Издатель Умеронков, 2012. - 160 с.

Цыбульский, А.Г. Практикум по анатомии человека [Текст]: учеб. пособие: В 4 ч. Ч.2. Внутренности и эндокринные железы. / А.Г. Цыбульский, Л.Л. Колесников, Т.В. Горская. - Москва: РИА «Новая волна»: Издатель Умеронков, 2013. - 128 с.

Интернет-ресурсы (И-Р)

Интернет-ресурсы

1. Образовательная платформа Лань [Электронный ресурс, сайт]. – Режим доступа:

<https://e.lanbook.com/>

2. Образовательная платформа Знаниум [Электронный ресурс сайт]. – Режим доступа:

<https://znanium.com/catalog/product/1083290>

3. Издательский дом «Первое сентября» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.1september.ru>.
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>.
5. Педагогическая библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pedlib.ru/>.
6. Российское образование. Федеральный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.edu.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ 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)	Коды формируемых профессиональных и общих компетенций	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь определять топографическое расположение и строение органов и частей тела	ОК1	- оценка результатов выполнения практических работ
Уметь определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи	ОК2, ОК9, ОК12	- оценка результатов выполнения практических работ
Уметь применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	ОК1, ОК5, ПК1.2, ПК2.1, ПК2.2, ПК2.5, ПК3.3	- оценка результатов выполнения практических работ
Уметь определять антропометрические показатели, оценивать их с учётом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений	ОК2, ОК7, ОК10, ПК1.3, ПК3.4	- оценка результатов выполнения практических работ
Уметь отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой	ОК1, ОК8, ПК1.3, ПК3.4	- оценка результатов выполнения практических работ - оценка выполнения электронной презентации информационного материала по типам морфологической конституции
Знать основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека	ОК6	- оценка выполнения тестового контроля
Знать строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами	ОК6, ОК10	- оценка выполнения контрольных работ
Знать топографию артерий и вен большого круга кровообращения	ОК6, ОК10	- оценка результатов выполнения практической работы
Знать основные закономерности роста и развития организма человека	ОК3, ОК10,	- оценка защиты электронной презентации
Знать возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи	ОК1, ПК2.4	- выполнение контрольной работы - оценка решения кроссвордов
Знать анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам	ОК1, ОК4, ОК7, ОК10, ПК1.4, ПК2.4	- оценка выполнения тестового контроля; - оценка защиты реферата
Знать динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения	ОК7, ПК3.2, ПК3.4	- оценка выполнения тестового контроля
Знать способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков	ОК2, ОК10, ПК1.1, ПК3.4	- оценка выполнения тестового контроля