

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра физической реабилитации и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ
декан факультета ФКиС
О.В. Гусова, доцент
«*30*» *сентября* 20*24* г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине
«АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА»
на 2024/2025 учебный год

Направление:
7.49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья
(адаптивная физическая культура)

Профиль:
Физическая реабилитация

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
очная заочная

2024г. год набора

Тирасполь, 2024

Рабочая программа дисциплины «Анатомия человека» разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного Стандарта ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и основной профессиональной образовательной программы по профилю подготовки «Физическая реабилитация».

Составитель рабочей программы:

старший преподаватель _____ Граневский В.В

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физической реабилитации и оздоровительных технологий

«29» авг 2024 г. протокол № 1

И.о зав. кафедрой

«29» авг 2024 г. _____ Мазур Е.А.

И.о. зав. выпускающей кафедры физической реабилитации и оздоровительных технологий

«29» авг 2024 г. _____ Мазур Е.А.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ:

В результате освоения данной дисциплины бакалавр приобретает знания, умения и навыки, обеспечивающие достижение целей основной образовательной программы по направлению подготовки 7.49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль подготовки «физическая реабилитация».

Целями освоения дисциплины «анатомия человека» являются:

1. Созданию у студентов целостного представления о единстве строения и функции живого организма в процессе его жизнедеятельности.

2. Подготовке выпускника к педагогической деятельности для решения задач освоения человеком разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности.

3. Подготовке выпускника к тренерской деятельности в избранном виде спорта.

4. Подготовке выпускника к решению научно-исследовательских задач по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Социально-биологическая сущность человека позволяет рассматривать его с позиций общебиологических закономерностей, присущих всем живым организмам, и с учетом конкретных социальных условий его функционирования, в том числе и при активной и постоянной физической и спортивной деятельности.

Задачами освоения дисциплины «анатомия человека» являются:

1. Способствовать формированию у студентов диалектико-материалистического мировоззрения.

2. Расширить общебиологическую, теоретическую и методическую подготовку студентов.

3. Дать глубокие знания строения организма человека на всех уровнях его организации.

4. Ознакомить с основами возрастной, конституциональной и спортивной морфологией, а также с основами полового диморфизма.

5. Привить навыки использования метода анатомического анализа положений и движений тела спортсмена и методов морфологического исследования.

6. Подготовить студентов к освоению таких дисциплин как физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина, лечебная физическая культура, спортивный массаж и других дисциплин.

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к базовым дисциплинам профессионального цикла Б1.О.18. Освоение анатомии человека обеспечивает необходимый уровень знаний для изучения дисциплин медико-биологического профиля. Спортивно- практические дисциплины на основе морфологических данных

решают задачи, связанные с совершенствованием спортивной техники, вопросы отбора и селекции. Анатомия как фундаментальная теоретическая дисциплина медико-биологической подготовки тренеров по видам спорта обеспечивает не только знания объекта будущей деятельности специалистов, но и прививает необходимые практические навыки.

Возрастной аспект анатомических знаний вооружает педагога и тренера научным подходом в поэтапном развитии и совершенствовании физических качеств спортсменов, избегая предпатологических и патологических изменений в организме, позволяет грамотно оценивать и прогнозировать функциональное состояние.

Данный учебный курс предназначен для студентов I курса дневной формы обучения. Учебная работа проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий:

- аудиторные занятия в виде лекций и практических занятий;
- внеаудиторные в виде самостоятельной работы студентов.

Представление о строении, развитии, функциях и адаптации организма переводит тренеров и специалистов в области физического воспитания на более высокий уровень профессиональной деятельности и, как итог, позволяет им совершенствовать физическое развитие спортсменов, подводя к высоким и стабильным результатам.

Основным пререквезитом является курс общей биологии. Кореквезитом - курс физиологии.

На лекционных занятиях следует излагать наиболее важные новые материалы в области анатомии человека.

На практических занятиях должна быть обеспечена возможность для студентов проводить как учебно-исследовательскую работу, так и овладевать практическими навыками в подкреплении теоретического материала.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

При изучении дисциплины бакалавры должны научиться осознавать истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; а также умеет выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния на основе данных контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся.

После изучения данной дисциплины бакалавры приобретают знания, умения и опыт, соответствующие результатам основной образовательной программы. Соответствие результатов освоения дисциплины «Анатомия человека» формируемым компетенциям ОПОП представлено в таблице.

Категория универсальных компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Командная работа и лидерство	УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>ИД-1_{ук-3} Знает: нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности; модели организационного поведения; стратегии и принципы командной работы; методы научного исследования в области управления; методы верификации результатов исследования.</p> <p>ИД-2_{ук-3} Умеет: подбирать методы и методики исследования профессиональных практических задач; анализировать и интерпретировать результаты научного исследования.</p> <p>ИД-2_{ук-3} Умеет: подбирать методы и методики исследования профессиональных практических задач; анализировать и интерпретировать результаты научного исследования.</p>
Развитие	ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций	<p>ИД-1_{опк-7} Знает: закономерности возрастной морфологии и психологии, основы физиологии человека, с учётом отклонений в состоянии здоровья.</p> <p>ИД-2_{опк-7} Умеет: учитывать закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций в процессе занятий адаптивной физической культуры.</p> <p>ИД-3_{опк-7} Владеет: методами формирования физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учётом особенностей развития.</p>

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Распределение трудоемкости в з.е./ часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам.

Очная форма

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе				Самост. работы	
		Аудиторных					
		Всего	Лекций	Лаб. Раб.	Практич. зан		
I	4/144	50	18	32	-	58	экзамен 36
Итого:	4 зет/144	50	18	32	-	58	36

Заочное форма обучения

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе				Самост. работы	
		Аудиторных					
		Всего	Лекций	Лаб. Раб.	Практич. зан		
I	4/144	8	2	6	-	64	экзамен 9
Итого:	4 зет/144	8	2	6	-	64	9

*1 ввести
мис*

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Аудиторная Работа оч/зо		Внеауд. работа (СР) оч/зо
			Л	ЛР	
1	Анатомия органов систем исполнения движений человека	36/24	6/2	10/2	20/20
2	Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека	36/24	6/-	10/2	20/22
3	Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека	36/24	6/-	12/2	18/22
Итого:		108/72	18/2	32/6	58/64

4.3 Тематический план по видам учебной деятельности

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лекций	Учебно-наглядные пособия
РАЗДЕЛ I. Анатомия органов систем исполнения движений человека				
1	РАЗДЕЛ I.	1/2	Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии	- Плакаты - Стенды - Карточки с заданиями и Методическое пособие
2		1/-	<i>Остеология</i> Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения. Адаптация костей к физическим нагрузкам	
3		1/-	Кости черепа, кости туловища, кости верхних и нижних конечностей.	
4		1/-	<i>Артрология</i> Теоретическая анатомия соединений костей. Возрастные изменения. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам Соединения костей черепа Соединение костей туловища Соединения костей верхней конечности, нижних конечностей	
5		1/-	<i>Миология</i> Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	
6		1/-	Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.	
Итого по разделу часов		6/2		
РАЗДЕЛ II. Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека				
7	РАЗДЕЛ II.	1/-	<i>Теоретическая анатомия внутренних органов</i> Пищеварительная система а) пищеварительный тракт б) железы пищеварительной системы и брюшина	- Плакаты - Стенды
8		1/-	Теоретическая анатомия дыхательной системы	Карточки с заданиями и Методическое пособие
9		1/-	Теоретическая анатомия органов выделения	
10		1/-	<i>Теоретическая анатомия сердечно-сосудистой системы</i> Строение сердца Сосуды большого круга кровообращения а) аорта, артерии, капилляры б) вены	
11		1/-	Теоретическая анатомия лимфатической системы.	
12		1/-	Органы кроветворения и иммуногенеза.	- Плакаты
Итого по разделу часов		6/-		

РАЗДЕЛ III. Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека				
13	РАЗДЕЛ III.	2/-	Теоретическая анатомия эндокринной системы	- Стенды
14		1/-	Теоретическая анатомия ЦНС. Центральная нервная система (ЦНС) а) спинной мозг б) головной мозг, ствол мозга в) конечный мозг	- Карточки
15		1/-	Теоретическая анатомия периферической и вегетативной нервной системы а) нервы головного мозга (черепные нервы) б) спинномозговые нервы	Методическое пособие
16		1/-	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов зрения.	Методическое пособие
17		1/-	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов слуха и обоняния.	
Итого по разделу часов		6/-		
Итого:		18/2		

Лабораторные занятия:

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
РАЗДЕЛ I. Анатомия органов систем исполнения движений человека				
1	РАЗДЕЛ I.	2/2	Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии Остеология Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения. Адаптация костей к физическим нагрузкам	- Плакаты - Стенды
2		2/-	Кости черепа, кости туловища, кости верхних и нижних конечностей	
3		2/-	<i>Артрология</i> Соединения костей черепа Соединения костей туловища. Соединения костей верхней конечности, нижних конечностей	- Карточки с заданиями и
4		2/-	<i>Миология</i> Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	-
5		2/-	Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.	Методическое пособие
Итого по разделу часов		10/2		
РАЗДЕЛ II. Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека				
6		2/2	Пищеварительная система	Плакаты

	РАЗДЕЛ П.		а) пищеварительный тракт б) железы пищеварительной системы и брюшина	- Стенды
7		2/-	Теоретическая анатомия дыхательной системы	-
8		2/-	Теоретическая анатомия сердечно-сосудистой системы	Карточки с заданиями и
9		1/-	Строение сердца Сосуды большого круга кровообращения а) аорта, артерии, капилляры б) вены	
10		1/-	Теоретическая анатомия органов выделения	Методическое пособие
11		1/-	Теоретическая анатомия лимфатической системы	
14		1/-	Органы кроветворения и иммуногенеза.	
Итого по разделу часов		10/2		
РАЗДЕЛ III. Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека				Плакаты
12	РАЗДЕЛ III.	4/2	Теоретическая анатомия эндокринной системы	- Стенды
13		4/-	Теоретическая анатомия ЦНС. Центральная нервная система (ЦНС) а) спинной мозг б) головной мозг, ствол мозга в) конечный мозг	- Карточки с заданиями и
14		2/-	Теоретическая анатомия периферической и вегетативной нервной системы а) нервы головного мозга (черепные нервы) б) спинномозговые нервы	-
15		2/-	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов зрения, слуха и обоняния.	Методическое пособие
Итого по разделу часов		12/2		
<i>Итого:</i>		32/6		

Самостоятельная работа студентов

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах) оч/зо
Раздел 1	1	Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии	2/2
	2	<i>Остеология</i> Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения. Адаптация костей к физическим нагрузкам	2/2
	3	Кости черепа, кости туловища, кости верхних и нижних конечностей.	2/2

	4	<i>Артрология</i> Теоретическая анатомия соединений костей. Возрастные изменения. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам	2/2
	5	Соединения костей черепа Соединение костей туловища	2/2
	6	Соединения костей верхней конечности, нижних конечностей	2/2
	7	<i>Миология</i> Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим	4/4
	8	Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.	4/4
Итого по разделу часов			20/20
Раздел 2	9	Теоретическая анатомия внутренних органов	4/4
	10	Пищеварительная система а) пищеварительный тракт б) железы пищеварительной системы и брюшина	4/4
	11	Теоретическая анатомия дыхательной системы	4/4
	12	Теоретическая анатомия органов выделения	2/4
	13	Теоретическая анатомия сердечно-сосудистой системы Строение сердца Сосуды большого круга кровообращения а) аорта, артерии, капилляры б) вены	2/2
	14	Теоретическая анатомия лимфатической системы	2/2
	15	Органы кроветворения и иммуногенеза.	2/2
Итого по разделу часов			20/22
Раздел 3	16	Теоретическая анатомия эндокринной системы	6/6
	17	Теоретическая анатомия ЦНС. Центральная нервная система (ЦНС) а) спинной мозг б) головной мозг, ствол мозга в) конечный мозг	6/6
	18	Теоретическая анатомия периферической и вегетативной нервной системы а) нервы головного мозга (черепные нервы) б) спинномозговые нервы	4/6
	19	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов зрения, слуха, обоняния.	2/4
Итого по разделу часов			18/22
Итого:			58/64

5. Примерная тематика курсовых проектов (работ) не предусмотрена.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

6.1. Основная литература

№ п/п	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Кол-во экземпляров	Электронная версия	Место размещения электронной версии
	Основная литература					
1.	Анатомия человека: Учебник для студентов биологических факультетов пед. университетов, институтов, пед. училищ, колледжей / Сапин М.Р., Брыксина З.Г.	Сапин М.Р.	2000	10	1	кафедра
2.	Общая и спортивная анатомия: учебное пособие.	Л.В. Капилевич, К.В. Давлетьярова	2012	5	1	кафедра
	Дополнительная литература					
1.	Анатомия человека. Атлас	Курепина М.М	2012	5	1	кафедра

6.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. Лютьен-Дреколь Э., Роен В. Анатомический атлас. Функциональные системы человека. М.: «Медгиз», 1998, 493 с. пер. с англ. Учебник для ВУЗов. Доступ к данному источнику = Access to the reference.

2. Лубоцкий Д.Н. Основы топографической анатомии. М.: «Медгиз», 1953, 648 с. Учебное пособие. Доступ к данному источнику = Access to thereference. URL: http://www.tryphonov.ru/tryphonov/serv_r.htm#0

3. Роен Й.В., Йокочи Ч., Лютьен-Дреколь Э. Большой атлас по анатомии. Пер. с англ., М.: «Внешсигма», 1998, 493 с. Учебник для ВУЗов. Доступ к данному источнику = Access to the reference. URL: http://www.tryphonov.ru/tryphonov/serv_r.htm#0

4. Сапин М.Р., ред., Анатомия человека. Том 1, Том 2. 5-е изд. М.: «Медицина», 2001. Учебник для медицинских ВУЗов. Цитаты из данного источника: Том1, Том2. URL: http://www.tryphonov.ru/tryphonov/serv_r.htm#0

5. Фениш Х. Карманный атлас анатомии человека, 30-е изд. М.: «Диля», 2005, 464 с.

Учебник для медицинских ВУЗов. Цитата. URL: http://www.tryphonov.ru/tryphonov/serv_r.htm#0

6.3. Методические указания и материалы по видам занятий:

Студенты в процессе изучения дисциплины «Анатомия человека» должны усвоить основное содержание лекционного материала: термины и понятия, основные положения; современные представления теоретического и практического характера. В диалектическом аспекте рассматриваются такие вопросы как развитие и становление организма человека, влияние биологических и социальных факторов на рост и развитие человека, взаимоотношение структуры и функции, взаимосвязь организма с внешней средой. Большое внимание уделяется глубокому и всестороннему изучению двигательного аппарата. Активный двигательный аппарат – мышцы изучаются главным образом по функциональному принципу соответственно тем движениям, в которых они принимают участие. Органы пищеварения, дыхания, выделения, сосудистая и нервная системы рассматриваются как системы обеспечения двигательной деятельности человека и системы ее управления. На лекционных занятиях уделяется внимание пониманию соподчиненности и функциональной согласованности систем и аппаратов органов в организме человека при выполнении как простых, так и сложных движений.

Изучение дисциплины проходит в форме лекций, лабораторных занятий и самостоятельной работы студентов, в ходе которой они прорабатывают лекционный материал и учебную литературу.

Во время *лекций* рекомендуется не только слушать и конспектировать теоретический материал, но и обращать серьезное внимание на визуальную информацию: рассматривать схемы, рисунки, фотографии, демонстрируемые преподавателем.

При подготовке к *лабораторным занятиям* рекомендуется следующая последовательность действий: 1) прочесть конспект лекции; 2) изучить соответствующие разделы в рекомендованной литературе; 3) ознакомиться с содержанием практических занятий и подготовить ответы на теоретические вопросы; 4) продумать вопросы, которые необходимо задать преподавателю на практическом занятии. Во время работы на занятиях следует внимательно слушать ответы товарищей и, что особенно очень важно, следить за демонстрацией материала с помощью таблиц, препаратов и муляжей. В том случае, если занятие пропущено, или студент по каким-либо причинам не подготовился к нему, то ему тему необходимо изучить и обсудить с преподавателем в самое ближайшее время. При подготовке к контрольным тестам и экзамену вспоминать изученный материал следует начиная с первой темы, используя учебно-методические материалы.

Изучение дисциплины «Анатомия человека» требует от студента серьезной и систематической *самостоятельной работы*, в процессе которой прорабатывается лекционный материал, изучается учебная литература, осуществляется самоконтроль усвоения знаний, подготавливаются доклады. В ходе самостоятельной работы при подготовке к практическим занятиям используйте перечень вопросов согласно планам практических занятий. При подготовке *доклада* постарайтесь сделать его максимально информативным,

структурным и интересным для ваших товарищей. Помните, что во время доклада вы выполняете функцию преподавателя. Желательно сопровождать ваше сообщение визуальной информацией. Будьте готовы ответить на вопросы по теме вашего выступления.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля):

На теоретических занятиях (лекциях) применяются наглядные материалы: таблицы, рисунки, фотографии, мультимедиа-презентации, видео. На лабораторных занятиях используются: макеты скелета, муляжи, плакаты и другие наглядные пособия.

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:

Рабочая программа по дисциплине «Анатомия человека» составлены в соответствии с требованиями Федерального Государственного Образовательного стандарта ВО по направлению 7.49.03.02. «физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «адаптивная физическая культура», профиль подготовки «физическая реабилитация».

9. Технологическая карта дисциплины

Очное отделение

Курс: 1, группа: 104 семестр: 1,2

Преподаватель – лектор: доцент Граневский В.В.

Преподаватель, ведущий практические занятия – лектор: доцент Граневский В.В.

Кафедра «ФриОТ»

Заочная форма обучения

Курс: 1, группа: 14 семестр: 1,2

Преподаватель – лектор: доцент Граневский В.В.

Преподаватель, ведущий практические занятия – лектор: доцент Граневский В.В.

Кафедра «ФриОТ»

Текущий контроль осуществляется в форме устного опроса и позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и коммуникативные навыки. При устном опросе преподаватель задает студентам вопросы по содержанию практических занятий.

Промежуточный контроль осуществляется на основе использования контрольных работ, докладов и тестов.

Рубежный контроль осуществляется на основе использования устного или письменного экзамена.