

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
В.Ф. Гуцу
« 26 » 08 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине:
«АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА»
на 2022/2023 учебный год

Направление:
7.49.03.01 Физическая культура
Профиль:
Спортивная тренировка

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
очная, заочная
2022 год набора

Рабочая программа дисциплины «Анатомия человека» разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО № 942 от 17.10.2017 г. по направлению подготовки бакалавриата «Физическая культура» 49.03.01 и основной профессиональной образовательной программы (учебного плана) по профилю подготовки «Спортивная тренировка»

Составитель рабочей программы:

старший преподаватель



Мазур Е.А.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физической реабилитации и оздоровительных технологий

«26» 08 2022 г. протокол № 1

Зав. кафедрой разработчика «Физической реабилитации и оздоровительных технологий»

«26» 08 2022 г.



Михнева А.Г., доцент

Зав. выпускающей кафедры
«Теории и методики физического воспитания»

«26» 08 2022 г.

Ковалева Р.Е., доцент

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ:

Целями освоения дисциплины «анатомия человека» являются:

- Созданию у студентов целостного представления о единстве строения и функции живого организма в процессе его жизнедеятельности.
- 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.
- Подготовке выпускника к тренерской деятельности в избранном виде спорта.
- 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 так же 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.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО:

«Анатомия человека» относится к базовой части основной образовательной программы подготовки бакалавров Б1.О.11. по профилю «Физическая культура» направления 7.49.03.01, «Спортивная тренировка».

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 пререквизитом 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.

3. 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 ООП представлено в таблице.

Категория универсальных компетенций	Код и наименование	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Универсальные компетенции и индикаторы их достижения		
Командная работа и лидерство	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	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. ИД-2 _{ук-3} Умеет: подбирать методы и методики исследования профессиональных практических задач; анализировать и интерпретировать результаты научного исследования. ИД-2 _{ук-3} Умеет: подбирать методы и методики исследования профессиональных практических задач; анализировать и интерпретировать результаты научного исследования.
Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения		
Воспитание	ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	ИД-1 _{опк-5} Знает: социально-значимые личностные качества занимающихся. ИД-2 _{1опк-5} Умеет: воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения. ИД-3 _{1опк-5} Владеет: способами воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств и профилактики негативного социального поведения.

4. Структура и содержание дисциплины.

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

Дневное отделение

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе				Самост. работы	
		Аудиторных					
		Всего	Лекций	Лаб. Раб.	Практич. зан		
I	2/72	40	20	20		32	
II	3/108	42	20	22		30	экзамен 36
Итого:	5 зет/180	82	40	42		62	36

Заочное отделение

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе				Самост. работы	
		Аудиторных					
		Всего	Лекций	Лаб. Раб.	Практич. зан		
I	1,75	8	4	4		55	
II	3,25	8	4	4		100	экзамен 9
Итого:	5 зет/180	16	8	8		155	9

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

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Аудиторная Работа Д/О, З/О		Внеауд. работа (СР)
			Л	ЛР	
1	Анатомия органов систем исполнения движений человека		14/2	16/2	20
2	Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека		14/2	16/2	22
3	Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека		12	10	20
Итого:		180	40/4	42/4	62

4.3 Тематический план по видам учебной деятельности

Лекционный материал

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов до/зо	Тема лекций	Учебно-наглядные пособия
РАЗДЕЛ I. Анатомия органов систем исполнения движений человека				
1	РАЗДЕЛ I.	4,0/2,0	Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии	- Плакаты - Стенды - Карточки с заданиями и Методическое пособие
2		2,0	<i>Остеология</i> Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения. Адаптация костей к физическим нагрузкам	
3		2,0	Кости черепа, кости туловища, кости верхних и нижних конечностей.	
4		4,0	<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		2,0/2,0	<i>Миология</i> Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	
6		2,0	Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.	
	Итого по разделу часов	16/2		
РАЗДЕЛ II. Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека				
7	РАЗДЕЛ II.	4,0/2,0	<i>Теоретическая анатомия внутренних органов</i> Пищеварительная система а) пищеварительный тракт б) железы пищеварительной системы и брюшина	Карточки с заданиями и Методическое пособие
8		2,0	Теоретическая анатомия дыхательной системы	
9		2,0	Теоретическая анатомия органов выделения	
10		2,0	<i>Теоретическая анатомия сердечно-сосудистой системы</i> Строение сердца 2.2.1. Сосуды большого круга кровообращения а) аорта, артерии, капилляры б) вены	- Плакаты

11		2,0	Теоретическая анатомия лимфатической системы.	- Стенды
12		2,0	Органы кроветворения и иммуногенеза.	
	Итого по разделу часов	14/2		- Карточки
РАЗДЕЛ III. Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека				
13	РАЗДЕЛ III.	2,0	Теоретическая анатомия эндокринной системы	Методическое пособие
14		2,0	Теоретическая анатомия ЦНС. Центральная нервная система (ЦНС) а) спинной мозг б) головной мозг, ствол мозга в) конечный мозг	
15		4,0	Теоретическая анатомия периферической и вегетативной нервной системы а) нервы головного мозга (черепные нервы) б) спинномозговые нервы	Методическое пособие
16		2,0	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов зрения.	
17		2,0	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов слуха и обоняния.	
	Итого по разделу часов	14		
	Итого:	40/4		

Лабораторные занятия:

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов до/зо	Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
РАЗДЕЛ I. Анатомия органов систем исполнения движений человека				
1	РАЗДЕЛ I.	4,0/2,0	<i>Остеология</i> Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения. Адаптация костей к физическим нагрузкам	- Плакаты - Стенды
2		2,0	Кости черепа, кости туловища, кости верхних и нижних конечностей	
3		2,0	<i>Артрология</i> Соединения костей черепа Соединение костей туловища	- Карточки с заданиями и
4		2,0	Соединения костей верхней конечности, нижних конечностей	-
5		2,0	<i>Миология</i> Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	
6		2,0	Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища	

				Методическое пособие
7		2,0	Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.	
	Итого по разделу	16/2		
РАЗДЕЛ П. Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека				Плакаты
8	РАЗДЕЛ П.	4,0/2,0	. Пищеварительная система а) пищеварительный тракт б) железы пищеварительной системы и брюшина	- Стенды
9		2,0	. Теоретическая анатомия дыхательной системы	- Карточки с заданиями и
10		2,0	Теоретическая анатомия органов выделения	
11		2,0	Теоретическая анатомия сердечно-сосудистой системы	
12		2,0	Строение сердца Сосуды большого круга кровообращения а) аорта, артерии, капилляры б) вены	Методическое пособие
13		2,0	Теоретическая анатомия лимфатической системы	
14		2,0	Органы кроветворения и иммуногенеза.	Плакаты
	Итого по разделу	16/2		- Стенды
РАЗДЕЛ III. Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека				- Карточки с заданиями и
15	РАЗДЕЛ III.	4,0	Теоретическая анатомия эндокринной системы	-
16		2,0	Теоретическая анатомия ЦНС. Центральная нервная система (ЦНС) а) спинной мозг б) головной мозг, ствол мозга в) конечный мозг	Методическое пособие
17		2,0	Теоретическая анатомия периферической и вегетативной нервной системы а) нервы головного мозга (черепные нервы) б) спинномозговые нервы	
18		2,0	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов зрения, слуха и обоняния.	
	Итого по разделу	10		
<i>Итого:</i>		42/4		

Самостоятельная работа студентов

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах) до/зо
Раздел 1	1	Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии	2/8
	2	Остеология	4/8

		Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения. Адаптация костей к физическим нагрузкам	
	3	Кости черепа, кости туловища, кости верхних и нижних конечностей.	4/8
	4	<i>Артрология</i> Теоретическая анатомия соединений костей. Возрастные изменения. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам	4/8
	5	Соединения костей черепа Соединение костей туловища	4/8
	6	Соединения костей верхней конечности, нижних конечностей	4/8
	7	<i>Миология</i> Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим	4/8
	8	Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.	4/8
Раздел 2	9	Теоретическая анатомия внутренних органов	4/8
	10	Пищеварительная система а) пищеварительный тракт б) железы пищеварительной системы и брюшина	4/8
	11	Теоретическая анатомия дыхательной системы	4/8
	12	Теоретическая анатомия органов выделения	4/8
	13	Теоретическая анатомия сердечно-сосудистой системы Строение сердца Сосуды большого круга кровообращения а) аорта, артерии, капилляры б) вены	2/11
	14	Теоретическая анатомия лимфатической системы	2/8
	15	Органы кроветворения и иммуногенеза.	2/8
Раздел 3	16	Теоретическая анатомия эндокринной системы	2/8
	17	Теоретическая анатомия ЦНС. Центральная нервная система (ЦНС) а) спинной мозг б) головной мозг, ствол мозга в) конечный мозг	4/8
	18	Теоретическая анатомия периферической и вегетативной нервной системы а) нервы головного мозга (черепные нервы) б) спинномозговые нервы	2/8
	19	Анализаторы. Органы чувств. Анатомия органов зрения, слуха, обоняния.	2/8
<i>Итого:</i>			62/155

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 ФРиОТ
2.	Общая и спортивная анатомия: учебное пособие.	Л.В. Капилевич, К.В. Давлетьярова	2012	5	1	Кафедра ФРиОТ
	Дополнительная литература					
1.	Анатомия человека. Атлас	Курепина М.М	2012	5	1	Кафедра ФРиОТ

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: Том 1, Том 2. 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 движением, 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 49.03.01. «физическая культура», профиль подготовки «спортивная тренировка».

9 Технологическая карта дисциплины

Курс: 1 (очная/заочная), группа: ФК22ДР62ФС2, ФК22ВР62ФС2 (очная/заочная)
семестр: 1,2 (очная/заочная)

Преподаватель – лектор: ст.преподаватель Мазур Е.А.

Преподаватель, ведущий практические занятия – лектор: ст.преподаватель Мазур Е.А.
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.

Бально-рейтинговая и кредитно-модульная системы оценивания не введены.