

Департамент образования Вологодской области  
Бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Вологодской области  
«Череповецкий технологический колледж»

Рассмотрено  
на заседании методической комиссии  
сервиса, услуг и легкой промышленности  
Протокол № 1 от «02» 09 2019г.  
Председатель МК Ю.А. Лебедева  
/Лебедева Ю.А./

УТВЕРЖДАЮ  
Директор БПОУ ВО «Череповецкий  
технологический колледж»  
Прищеп А.В.  
«02» 09 2019г.

СОГЛАСОВАНО  
Председатель комитета по физической  
культуре и спорту Мэрии г. Череповца  
/Мурогин А.В./

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 01 АНАТОМИЯ

Основная профессиональная образовательная программа –  
программа подготовки специалистов среднего звена

по специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

г. Череповец, 2019

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.

Организация-разработчик: БОУ СПО ВО «Череповецкий технологический колледж»

Разработчик: преподаватель первой квалификационной категории Сизяева Е.С.

## СОДЕРЖАНИЕ

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

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП.01 Анатомия**

### **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО.

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

ОП. 00 Общеобразовательные дисциплины

### **1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

Специалист по физической культуре должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

Специалист по физической культуре должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

В результате изучения обязательной части профессионального учебного цикла обучающийся по общепрофессиональным дисциплинам должен:

**уметь:**

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- определять возрастные особенности строения организма человека;
- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;
- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом;

**знать:**

- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;
- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;
- основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;
- 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. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 183 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 122 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 61 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	183
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	122
в том числе:	
практические занятия	40
Экзамен	6
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	61
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Анатомия»

[illegible]

	<p>Составить таблицу по гистологии</p> <p>Классификация, их анатомо-физиологическая характеристика.</p>	1
<p><b>Раздел 2.</b> Характеристика опорно-двигательного аппарата</p>	<p>Скелет, его части и функции. Общая характеристика костей и их соединений.</p> <p>Кость как орган. Химический состав, форма, внутреннее строение, рост, развитие и адаптация костей.</p> <p>Виды соединений костей. Непрерывные соединения и их характеристика. Прерывные соединения — классификация, основные элементы сустава, форма, оси вращения и движения в суставах.</p> <p>Скелет туловища. Позвоночный столб. Строение, функции и возрастные особенности позвоночного столба. Влияние физических упражнений на позвоночный столб.</p> <p>Грудная клетка. Строение грудины и ребер. Соединение костей грудной клетки. Формы, подвижность, возрастные и индивидуальные особенности грудной клетки. Влияние физических упражнений на грудную клетку.</p> <p>Скелет головы. Отделы черепа и их характеристика. Кости мозгового отдела черепа и их характеристика. Соединение костей головы.</p> <p>Скелет верхней конечности. Кости пояса верхней конечности и их соединения.</p> <p>Кости свободной верхней конечности и их соединения. Возрастные особенности и адаптация скелета верхней конечности.</p> <p>Скелет нижней конечности. Кости и соединения тазового пояса. Так как целое. Возрастные и половые особенности строения таза.</p> <p>Кости свободной нижней конечности. Соединение костей свободной нижней конечности. Функциональная характеристика стопы. Своды стопы, плоскостопие и его профилактика.</p> <p>Мышечная система. Строение и функции мышц. Классификация мышц по: форме, положению, направлению волокон, отношению к суставам. Функциональные группы мышц. Мышца как орган. Мышцы туловища, шеи, головы. Общая характеристика мышц туловища. Функциональные группы мышц, участвующие в движении головы.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>



	<p>Мышцы, принимающие участие в механизме внешнего дыхания.</p> <p>Мышцы верхней конечности. Общая характеристика мышц верхней конечности.</p> <p>Функциональные группы мышц, производящие движения пояса верхней конечности.</p> <p>Функциональные группы мышц, производящие движения в плечевом суставе.</p> <p>Функциональные группы мышц, производящие движения в локтевом суставе.</p> <p>Функциональные группы мышц, производящие движения кисти и пальцев.</p> <p>Мышцы нижней конечности. Общая характеристика мышц нижней конечности.</p> <p>Функциональные группы мышц, участвующие в движениях бедра в тазобедренном суставе.</p> <p>Функциональные группы мышц, производящие движения голени в коленном суставе.</p> <p>Функциональные группы мышц, производящие движения стопы и пальцев. Мышцы, укрепляющие своды стопы.</p> <p><b>Лабораторные работы:</b></p> <p><b>№ 1 и 2 .</b> Проекция основных анатомических образований скелета туловища и головы на поверхность тела человека и их использование в практике физического воспитания.</p> <p><b>№ 3 и 4 .</b> Проекция мышц туловища и конечностей на поверхность тела человека и морфологический контроль за их развитием.</p> <p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Составить таблицы по мышцам</p> <p>-туловища и головы;</p> <p>-верхних конечностей и нижних конечностей.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>2</p>
	<p><b>Самостоятельная работа студентов:</b></p> <p>Конспект: «Возрастные особенности развития ОДА».</p>	<p>1</p>

	<p>Реферат: «Травмы опорно-двигательного аппарата».</p> <p>Реферат: «Возрастные особенности и адаптация скелета».</p>	2
<b>Раздел 3. Нервная система</b>	<p>Общий обзор нервной системы. Строение и функция нервной системы. Классификация по топографическому и функциональному признакам.</p> <p>Нейрон — основная структурно-функциональная единица нервной системы. Виды нейронов.</p> <p>Центральная нервная система.</p> <p>Спинной мозг. Местоположение, форма, строение и функции. Нервные центры. Значение спинного мозга в регуляции мышечного тонуса.</p> <p>Головной мозг. Отделы головного мозга.</p> <p>Продолговатый мозг. Строение, функции, жизненно важные центры. Задний мозг. Мозжечок, его функции и значение в регуляции мышечного тонуса и координации движений. Средний мозг и его функции. Промежуточный мозг и его функции. Конечный мозг. Полушария, внешнее и внутреннее строение. Кора больших полушарий как высший отдел центральной нервной системы. Сенсорные и моторные зоны коры как органы психической деятельности</p> <p>Периферическая нервная система.</p> <p>Вегетативная нервная система.</p> <p><b>Лабораторные работы:</b></p> <p><b>№5</b> Проекция периферических нервов на поверхность тела человека.</p> <p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Составить таблицу: «Черепные нервы, ход основных ветвей и области иннервации». «Спинномозговые нервы, их сплетения, ветви и области иннервации».</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p>
	<p><b>Самостоятельная работа студентов:</b></p> <p>Конспект: «Спинномозговые нервы»;</p> <p>«Вегетативная нервная система»</p>	1
<b>Раздел 4. Сенсорные системы</b>	<p>Общая характеристика сенсорных систем. Их строение, функции. Основные физиологические</p>	1

	<p>свойства сенсорных систем.</p> <p>Двигательная сенсорная система и ее значение для координации движений и пространственных восприятий.</p> <p>Зрительная сенсорная система. Строение глаза. Центральное и периферическое зрение, поле и острота зрения.</p> <p>Слуховая сенсорная система. Строение и функции.</p> <p>Вестибулярная сенсорная система. Вестибулярный аппарат, его строение и функции.</p> <p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Составить схемы строения: «Тактильная, болевая и температурная сенсорные системы»</p>	2
	<p><b>Самостоятельная работа студентов:</b></p> <p>Конспект, схемы: «Строение двигательной, вкусовой, обонятельной сенсорных систем»</p> <p>«Значение сенсорных систем при двигательной деятельности».</p>	1
<p><b>Раздел 5.</b></p> <p>Эндокринная система</p>	<p>Анатомо-физиологическая характеристика желез внутренней секреции. Понятие о гормонах, их значение. Гипофиз, эпифиз, щитовидная, паращитовидная, вилочковая, поджелудочная железы. Надпочечники, половые железы.</p> <p><b>Лабораторная работа:</b></p> <p><b>№6</b> Проекция желез внутренней секреции на поверхность тела человека.</p> <p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Составить таблицу: «Железы внутренней секреции».</p> <p>Составить схему: «Свойства и функции гормонов»</p>	<p>1</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>2</p>
	<p><b>Самостоятельная работа студентов:</b></p> <p>Реферат: «Местоположение и строение желез внешней и внутренней секреции».</p>	2
<p><b>Раздел 6. Система крови</b></p>	<p>Система крови и её функции. Кровь как внутренняя Среда организма. Эритроциты, гемоглобин, и их значение для жизнедеятельности. Виды лейкоцитов и их функции. Тромбоциты и их функции. Группы крови. Плазма крови, её состав и свойства. Изменение состава крови при мышечной деятельности.</p>	1

	<p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Конспект: «Иммунная система. Иммуитет и его виды. Иммуный дефицит».</p>	1
<b>Раздел 7. Сердечно-сосудистая система</b>	<p>Общий обзор сосудистой системы. Сердце. Местоположение, форма, вес, размеры. Камеры сердца. Строение стенки, клапанный аппарат, сосуды, функции сердца.</p>	1
	<p>Сосуды малого круга кровообращения. Артерии большого круга. Аорта и её части. Артерии шеи и головы. Артерии верхней конечности. Артерии грудной и брюшной полости. Артерии нижней конечности. Вены большого круга кровообращения. Система нижней полой вены. Система верхней полой вены. Система воротной вены.</p>	1
	<p>Лимфатическая система. Общая характеристика.</p>	3
	<p><b>Лабораторная работа:</b>  <b>№7</b> Проекция сердца и сосудов на поверхность тела человека.</p> <p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Составить схемы: «Строение сердца и клапанной системы сердца».</p> <p>Составить компьютерную презентацию: «ССС»</p>	2
	<p><b>Самостоятельная работа студентов:</b>          Реферат: «Гипертрофия миокарда»;          «Отличие лимфы от крови. Пути, проводящие лимфу. Лимфоидные органы»</p>	2 2
<b>Раздел 8. Система органов дыхания</b>	<p>Общий обзор органов дыхания. Воздухопроводящие пути. Легкие, плевра, средостения. Особенности строения, функции.</p> <p><b>Практическая работа:</b> Строение органов дыхания</p>	1
<b>Раздел 9. Система органов пищеварения</b>	<p><b>Практическая работа студентов:</b></p> <p>Общий обзор органов пищеварения.</p>	1
	<p>Органы и железы пищеварительной системы</p>	1
	<p><b>Самостоятельная работа студентов:</b>          Составить презентацию: «Органы и железы</p>	

	пищеварительной системы»	2
<b>Раздел 10.</b> Мочеполовая система	<b>Практическая работа студентов:</b>  Почки. Нефрон — структурно-функциональная единица почек. Мочевыводящие пути. Местоположение, строение и функции. Влияние мышечной работы на функции органов выделения.  Строение и функции половых органов.	1  1
<b>Раздел 11.</b> Динамическая анатомия	Вклад отечественных ученых в развитие учения о движениях. Анатомо-физиологическая характеристика положений и движений тела человека. План анализа положений и движений тела человека по Иваницкому.  <b>Практическая работа студентов:</b>  Анатомо-физиологическая характеристика положений и движений тела человека (по виду спорта)	1  2
	<b>Самостоятельная работа студентов:</b> Составить видео- или компьютерную презентацию: «АФХ движений спортсмена» (по своему виду спорта)	3

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### ***Примерные темы рефератов (докладов)***

1. Травмы опорно-двигательного аппарат
2. Возрастные особенности и адаптация скелета
3. Местоположение и строение желез внешней и внутренней секреции
4. История царства Гигиены
5. Легенды и быль о продуктах
6. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы в связи с анатомо-физиологическими особенностями её у детей и подростков
7. Профилактика деформаций скелета в связи с анатомо-физиологическими особенностями костно-мышечной системы детей
8. Профилактика заболеваний органов дыхания в связи с анатомо-физиологическими особенностями их у детей и подростков
9. Профилактика переутомления детей и подростков в связи с анатомо-физиологическими особенностями центральной нервной системы
10. Дети с задержкой развития

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Анатомия»

Освоение программы учебной дисциплины «Анатомия» предполагает наличие в профессиональной образовательной организации учебного кабинета, в котором имеется возможность обеспечить свободный доступ в Интернет во время учебного занятия и период внеучебной деятельности обучающихся.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Анатомия» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя, ростомер, весы, спирометр и др.;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, плакатов, портретов выдающихся ученых, модели, скелет, муляжи объектов, составляющих организм человека и др.);
- информационно-коммуникационные средства;
- комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

Технические средства обучения: компьютер; принтер; мультимедиапроектор; Микроскоп уч..Газоанализатор, Метроном, Толстометр. Ростомер. Весы.

### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения студентами индивидуальных заданий, решения задач.

Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией в форме экзамена.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>уметь:</b> -определять топографическое расположение и строение органов и частей тела. -определять возрастные особенности строения организма человека. -применять знания по анатомии в профессиональной деятельности. -Определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений. Отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом.	Текущий контроль в форме:  – выполнения практических работ; – подготовке сообщений по темам программы
<b>знать:</b> -Основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека -Строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной,	Текущий контроль в форме:  – устного опроса; – письменного опроса; – допуска к выполнению практических работ.

<p>дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами.</p> <p>-Основные закономерности роста и развития организма человека.</p> <p>-Возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков, молодежи.</p> <p>-Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам.</p> <p>-Динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения.</p> <p>-Способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков</p>	
	Итоговый контроль в форме экзамена

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
80 ÷ 89	4	хорошо
70 ÷ 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	не удовлетворительно

## **Рекомендуемая литература**

### **Основная**

1. Сапин М.Р., Билич Г.Л. Анатомия человека. В 2 кн.: учебн. для студ. биол. и мед. Спец. вузов. – М. ОНИКС: Альянс – В, 2015.-432с.
2. Анатомия и физиология детей и подростков: учебн. пособие для студ. пед. вузов / М.Р. Сапин, З.Г. Брыксина. – М.: Академия, 2016.-432 с.

### **Дополнительная**

1. Анатомия (с основами спортивной морфологии). В 2 т.: учебн. для студ. физкульт. вузов / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. – М.: Академия, 2016. – 256 с.
2. Анатомия человека: учебное пособие / В.Г. Николаев и др. – Ростов н/Д.: Феникс; Красноярск, 2006.-328 с.
3. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие. Изд. 5-е. – Ростов н/Д: изд-во: «Феникс», 2012.
4. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие. Изд. 5-е. – Ростов н/Д: изд-во: «Феникс», 2004
5. Вайнек Ю. Спортивная анатомия: учеб. пособие для студ. высш. уч. заведений / Юрген Вайнек. – М: Академия, 2008.-304 с.
6. Анатомия человека. Учебное пособие для учащихся педагогических училищ по специальности ЗЧ 0303 «Физическая культура», М., «Просвещение», 1985, К.Т. Титова, А.А. Гладышева.
7. Дроздова М.В. Анатомия человека: учебн. пособие / М.В. Дроздова, М.В. Яковлев. – М.: Эксмо, 2007.-352 с.
8. Анатомия человека. Учебник для средних физкультурных учебных заведений. /Под общ. Ред. Проф. А.А. Гладышевой, – М.: ФИС, 1977.
9. Синельников Р.Д. Атлас анатомии человека. Т.1.: Учение о костях, суставах, связках и мышцах / Р.Д. Синельников, – М.: Медицина, 1972.
- 10.

### **Видеофильмы и электронные ресурсы**

- 1) Видеофильм - Анатомия и физиология человека. Видеоэнциклопедия для народного образования. Дизайн Натали Арт.
- 2) Электронный анатомический атлас «Анатомия» - PC CD-ROM. [www.triada-web.ru](http://www.triada-web.ru); <http://meduniver.com/Medical/Anatom/>; <http://anatom.geiha.ru/anatomija-cheloveka-v-kartinkax.html>.
- 3) Электронные учебники по анатомии: <http://lib.mexmat.ru/books/52408>; <http://www.webmedinfo.ru/anatomiya-cheloveka-prives-m-g-lysenkov-n-k-bushkovich-v-i.html>; <http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=2124073>; <http://meduniver.com/Medical/Book/4.html>