

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 25.12.2025 14:32:06
Уникальный программный ключ:
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический
университет»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)
Колледж ЮУрГГПУ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП. 11 АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

основная профессиональная образовательная программа
среднего профессионального образования
профиль профессионального образования: гуманитарный
Наименование специальности:
49.02.01 Физическая культура
Форма обучения: очная
Уровень образования: основное общее образование

Лист согласования

Разработчик:

преподаватель
(занимаемая должность)

Мф
(подпись)

Тараскина ИВ
(инициалы, фамилия)

Программа утверждена на заседании

Учебно-методического совета « 25 » августа 202 5

Протокол № 1

Одобрено представителем работодателя
Директор МБУ ДО «СП №3»
Копейского городского округа
(занимаемая должность)

АА
(подпись)
А.А.Афанасьев
(инициалы, фамилия)

Руководитель ПОП
Преподаватель колледжа ЮУрГТТУ
(занимаемая должность)

МЮ
(подпись)
М.Ю.Буслаева
(инициалы, фамилия)

Директор колледжа

МЮ
(подпись)
М. Ю. Буслаева
(инициалы, фамилия)

СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт программы профессионального модуля	4
2	Результаты освоения профессионального модуля	8
3	Структура содержание профессионального модуля	26
4	Условия реализации программы профессионального модуля	26
5	Контроль и оценка результатов освоения профессионального модуля	27
6	Лист согласования	2

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

- 1.1 Учебная дисциплина «ОП.11. Анатомия и физиология человека» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура.
- 1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 92 часа.
- 1.3 В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

Коды ОК, ПК	Дисциплинарные результаты	
	Умения	Знания
ОК 01, ОК 08, ПК 1, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09	<ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; – выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составлять план действия; – владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; – реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий; – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – определять топографическое 	<ul style="list-style-type: none"> – актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать; – алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; – методы работы в профессиональной и смежных сферах; – структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; – основные положения и терминологию 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 с анализаторами; – основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды; – возрастную морфологию, анатомио-физиологические особенности разновозрастных групп населения; – анатомио-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;

	<p>расположение и строение органов и частей тела;</p> <ul style="list-style-type: none"> – определять возрастные особенности строения организма; – применять знания по анатомии и физиологии в профессиональной деятельности; – определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений; – измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; – оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность; – оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в разновозрастные периоды; – отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий 	<ul style="list-style-type: none"> – динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; – способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения; – физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; – понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; – регулирующие функции нервной и эндокринной систем; – роль центральной нервной системы в регуляции движений; – взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; – физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; – механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности
--	--	--

	<p>физической культурой</p> <p>применять знания по анатомии и физиологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности.</p>	
--	--	--

2.РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения программы учебной дисциплины «**11. ОП Анатомия и физиология человека**» является овладение следующими **профессиональными компетенциями (ПК)**, соответствующими **выбранным видам деятельности (ВД)**:

Код	Наименование результатат обучения
ОК 01.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.
ПК 1	ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия. ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга.
ПК 3	ВД 3 (1): преподавание по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта (по выбору): ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта. ПК 3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта. ПК 3.3. Осуществлять контроль и учет, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях. ПК 3.5.

	<p>Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам.</p>
ПК 3	<p>ВД 3 (2): преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам (по выбору):</p> <p>ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.</p> <p>ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.</p> <p>ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету "Физическая культура".</p> <p>ПК. 3.5. Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.</p>
ПК 3	<p>ВД 3 (3): организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору):</p> <p>ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.</p> <p>ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.</p> <p>ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p> <p>ПК 3.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.</p> <p>ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.</p>

1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№ п/п	Наименование раздела / темы (формулировки изучаемых вопросов)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				
		Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	Итоговая аттестация	Всего
1	2	3	4	5	6	7
	База 11 классов – 1 курс, 2 семестр База 9 классов – 2 курс, 4 семестр	16	22			38
	База 11 классов – 1 курс, 3 семестр База 9 классов – 3 курс, 5 семестр	20	22	6	6	54
	<i>База 11 классов – 1 курс, 2 семестр</i> <i>База 9 классов – 2 курс, 4 семестр</i>	16	22			38
	Раздел 1. Введение. Анатомия и физиология как наука. Учение о клетке. Учение о тканях. Понятие об органе и системах органов.	12	4			16
1.1.	Анатомия и физиология как науки.	2				2
1.2.	Понятие об органе и системах органов. Организм в целом.	2				2
1.3.	Основы цитологии. Клетка.	2				2
1.4.	Основы гистологии. Ткани. Виды тканей.	2				2
1.5.	Внутренняя среда организма. Гомеостаз.	2				2
1.6.	Кровь. Форменные элементы крови.	2				2
1.7.	Практическое занятие 1. Изучение тканей человеческого организма: эпителиальных, соединительных. Их расположение, особенности строения, функции.		2			2
1.8.	Практическое занятие 2. Изучение тканей человеческого организма: мышечная и нервная ткань. Их расположение, особенности строения, функции.		2			2
	Раздел 2.Опорно-двигательный аппарат человека.	4	18			22
2.1.	Остеоартросиндесмология. Виды костей. Строение кости как органа. Виды соединения костей.	2				2
2.2.	Практическое занятие № 3. Работа с использованием анатомических моделей суставов. Изучение объема движений в суставах. Пассивная и активная части опорно-двигательного аппарата. Строение суставов. Виды движений в суставах.		2			2
2.3.	Кости и топография черепа. Мышцы головы.	2				2
2.4.	Практическое занятие № 4. Изучение препаратов костей черепа. Демонстрация костей на скелете черепа.		2			2
1	2	3	4	5	6	7
2.5.	Практическое занятие № 5. Изучение на анатомических препаратах строение костей туловища, проекцию основных образований позвоночного столба на поверхность тела человека. Демонстрация движения позвоночного столба.		2			2

2.6.	Практическое занятие № 6. Изучение на анатомических препаратах проекцию костных образований грудной клетки. Демонстрация движения грудной клетки.		2			2
2.7.	Практическое занятие № 7. Изучение на анатомических моделях и муляжах мышц туловища. Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота, расположение, функции.		2			2
2.8.	Практическое занятие № 8. Изучение костей верхних и нижних конечностей на скелете.		2			2
2.9.	Практическое занятие № 9. Изучение мышц на рисунках, муляжах и фантомах.		2			2
2.10.	Практическое занятие № 10. Физиологическая характеристика мышечной работы. Динамическая работа при движениях в суставах. Физиологические реакции при динамической работе. Мышечная сила. Оценка гибкости тела. Сила мышц и силовая выносливость. Утомление мышц. Определение мышечной силы.		2			2
2.11.	Практическое занятие № 11. Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул. Пропорции телосложения.		2			2
	База 11 классов – 1 курс, 3 семестр База 9 классов – 3 курс, 5 семестр	20	22	6	6	54
	Раздел 2.Опорно-двигательный аппарат человека.			6		6
2.12.	<i>Кости и топография черепа. Мышцы головы. Скелет туловища. Мышцы туловища.</i>			2		2
2.13.	<i>Скелет верхних и нижних конечностей.</i>			2		2
2.14.	<i>Аппарат движения верхних и нижних конечностей (мышцы).</i>			2		2
	Раздел 3. Общая характеристика нервной системы.	6	8			14
3.1.	Нервная система. Классификация нервной системы. Спинной мозг.	2				2
3.2.	Практическое занятие № 12. Исследование рефлексов спинного мозга. Классификация соматических рефлексов спинного мозга по рецепторам (проприорецептивные, висцерорецептивные, кожные), по эффекторам рефлекса (рефлексы конечностей, брюшные, органов таза). Рефлексы конечностей (сгибательные, разгибательные, ритмические и рефлексы позы).		2			2
3.3.	Анатомия и физиология головного мозга.	2				2
1	2	3	4	5	6	7
3.4.	Практическое занятие № 13. Рефлексы, осуществляемые продолговатым мозгом и мостом (вегетативные, защитные, соматические). Рефлексы, осуществляемые средним мозгом (статические и статокINETические). Структуры мозжечка. Двигательные функции мозжечка. Структурно-функциональная характеристика промежуточного мозга. Структурно-функциональная организация лимбической системы.		2			2
3.5.	Практическое занятие № 14. Высшая нервная деятельность человека. Аналитическая и синтетическая деятельность коры больших полушарий. Мотивации и эмоции. Холерический, сангвинический, флегматический и меланхолический типы нервной системы. Условный рефлекс, виды, торможение условного рефлекса. I и II сигнальные системы.		2			2
3.6.	Органы чувств.	2				2

3.7.	Практическое занятие № 15. Определение пространственного порога чувствительности различных участков кожи человека. Определение остроты и поля зрения, особенностей бинокулярного зрения. Определение вкусовых порогов чувствительности различных участков языка. Определение вестибулоустойчивости.		2			2
Раздел 4. Общая характеристика сердечно-сосудистой системы.		4	4			8
4.1.	Анатомическое строение сердечно-сосудистой системы.	2				2
4.2.	Физиология сердечно-сосудистой системы.	2				2
4.3.	Практическое занятие № 16. Электрокардиография. Анализ ЭКГ. Регистрация артериального давления. Систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Движение крови по сосудам. Кровяное давление как фактор, обеспечивающий движение крови. Величина кровяного давления в норме.		2			2
4.4.	Практическое занятие № 17. Сердечный цикл. Сила сокращения миокарда. Сократимость сердечной мышцы. Зависимость массы и размера сердца человека от его мышечной деятельности и состояния здоровья. Влияние физических нагрузок на сердечный выброс и ЧСС. Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки.		2			2
Раздел 5. Пищеварительная система.		2	4			6
5.1.	Анатомическое строение и физиология пищеварительной системы.	2				2
5.2.	Практическое занятие № 18. Этапы пищеварения. Процесс всасывания углеводов, жиров и белков. Функции печени, связанные с пищеварением. Определение энергозатрат по состоянию сердечных сокращений.		2			2
1	2	3	4	5	6	7
5.3.	Практическое занятие № 19. Составление пищевого рациона. Влияние физической нагрузки на пищеварительные процессы.		2			2
Раздел 6. Дыхательная система.		2	4			6
6.1.	Анатомия и физиология органов дыхания.	2				2
6.2.	Практическое занятие № 20. Особенности дыхания при различных условиях. Дыхание при мышечной работе. Влияние факторов среды на развитие дыхательной системы.		2			2
6.3.	Практическое занятие № 21. Определение дыхательных объемов и емкостей (спирометрия). Запись дыхательных движений у человека. Гуморальные и рефлекторные влияния на дыхательные движения. Определение показателей внешнего дыхания в покое и после физических нагрузок.		2			2
Раздел 7. Общие вопросы анатомии и физиологии мочевыделительной и репродуктивной системы человека.		4				4
7.1.	Анатомия и физиология органов мочевыделительной системы.	2				2
7.2.	Анатомия и физиология органов репродуктивной системы.	2				2
Раздел 8. Эндокринная система человека.		2	2			4
8.1.	Гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности. Эндокринная система.	2				2
8.2.	Практическое занятие № 22. Составить схему влияния гипофиза на остальные железы внутренней секреции. Сопоставить схему влияние стресса на железы внутренней секреции.		2			2
Итоговая аттестация. Экзамен.					6	6
Всего		36	44	6	6	92

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение. Анатомия и физиология как наука. Учение о клетке. Учение о тканях. Понятие об органе и системах органов.		12/4	
Тема 1.1. Анатомия и физиология как науки.	Содержание учебного материала	2	ОК.01, ОК 08, ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Анатомия и физиология как науки.		
	2. Методы изучения организма человека.		
Тема 1.2. Понятие об органе и системах органов. Организм в целом.	Содержание учебного материала	2	ОК.01, ОК 08, ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Части тела человека.		
	2. Оси и плоскости тела человека.		
	3. Анатомическая номенклатура.		
	4. Определение органа. Системы органов		
	5. Роль анатомии и физиологии человека в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта.		

Тема 1.3. Основы цитологии. Клетка	Содержание учебного материала	2	ОК.01, ОК 08, ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Клетка: строение и функции клеток.		
	2. Химический состав клетки неорганические и органические вещества их функции.		
	3. Строение и свойства ДНК, виды РНК.		
	4. Обмен веществ и энергии в клетки.		
	5. Жизненный цикл клетки.		
Тема 1.4. Основы гистологии. Виды тканей.	Содержание учебного материала	2	ОК.01, ОК 08, ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Ткань - определение, классификация, функциональные различия. .		
	2. Эпителиальная ткань – расположение, виды, функции. Классификация покровного эпителия.		
	3. Соединительная ткань – расположение, функции, строение, классификация.		
	4. Мышечная ткань – специфическое свойство, функции, виды.		
	5. Нервная ткань – расположение, строение. Строение нейрона, виды нейронов.		
	6. Хрящевая ткань - строение, виды, расположение в организме.		
	7. Костная ткань, расположение, строение, функции.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	Практическое занятие 1. Изучение тканей человеческого организма: эпителиальных, соединительных. Их расположение, особенности строения, функции.	2	

	Практическое занятие 2. Изучение тканей человеческого организма: мышечная и нервная ткань. Их расположение, особенности строения, функции.	2	
Тема 1.5. Внутренняя среда организма. Гомеостаз.	Содержание учебного материала	2	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Состав внутренней среды организма.		
	2. Гомеостаз.		
	3. Основные константы внутренней среды.		
	4. Гемопоз.		
	5. Красный костный мозг.		
	6. Система крови.		
	7. Состав крови, состав сыворотки, плазмы крови.		
	8. Форменные элементы крови.		
	9. Константы крови.		
	10. Функции крови.		
	11. Группы крови.		
Раздел 2.Опорно-двигательный аппарат человека.		27/13	
Тема	Содержание учебного материала	5	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5.
2.1.Остеоартросиндесмология	1. Определение процесса движения.	3	
	2. Структуры организма, осуществляющие процесс движения		
	3. Принцип рычага в работе суставов		
	4. Анатомо-физиологические особенности костной системы в разные возрастные периоды.		

	5. Виды костей. Строение кости как органа.		ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	6. Рост кости в длину и толщину.		
	7. Виды соединения костей.		
	8. Влияние физических упражнений, социальных факторов и питания на рост и развитие костей.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие № 2 Работа с использованием анатомических моделей суставов. Изучение объем движений в суставах. Пассивная и активная части опорно-двигательного аппарата. Строение суставов. Виды движений в суставах	2	
Тема 2.2. Кости и топография черепа. Мышцы головы	Содержание учебного материала	3	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Анатомо-физиологические особенности строения костей черепа в разные периоды жизни человека.	2	
	2. Отделы черепа и кости их образующие.		
	3. Соединения костей черепа.		
	4. Половые различия черепа.		
	5. Строение родничков черепа новорожденного, сроки закрытия родничков.		
	6. Мышцы головы, расположение и функции		
	В том числе практических и лабораторных занятий	1	
	Практическое занятие № 3 Изучение препаратов костей черепа. Демонстрация костей на скелете черепа.	1	
	Тема 2.3. Скелет туловища. Мышцы туловища	Содержание учебного материала	
1. Позвоночный столб.		3	
2. Шейные позвонки.			

	3. Особенности строения первого и второго шейных позвонков.		ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	4. Грудные, поясничные, крестцовые позвонки.		
	5. Копчик.		
	6. Соединения позвонков.		
	7. Движение позвоночного столба.		
	8. Изгибы позвонков.		
	9. Профилактика искривления позвоночника.		
	10. Грудная клетка. Ребра. Грудина.		
	11. Соединения ребер с позвоночным столбом и грудиной.		
	12. Возрастные особенности грудной клетки.		
	13. Особенности строения скелета туловища разновозрастных групп населения.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	Практическое занятие № 4. Изучение на анатомических препаратах строение костей туловища, проекцию основных образований позвоночного столба на поверхность тела человека. Демонстрация движения позвоночного столба.	2	
	Практическое занятие № 5. Изучение на анатомических препаратах проекцию костных образований грудной клетки. Демонстрация движения грудной клетки	1	
	Практическое занятие № 6. Изучение на анатомических моделях и муляжах мышц туловища. Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота, расположение, функции.	1	
Тема 2.4. Скелет верхних и нижних конечностей	Содержание учебного материала	4	ОК.01, ОК 08
	1. Отделы скелета верхних и нижних конечностей.	2	

	2. Строение костей плечевого пояса.		ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	3. Строение тазового пояса, половые отличия строения таза, размеры женского таза.		
	4. Особенности строения костей верхних и нижних конечностей в разные возрастные периоды жизни человека.		
	5. Соединения костей верхних и нижних конечностей, движения в них		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие № 7. Изучение костей верхних и нижних конечностей на скелете	2	
Тема 2.5. Аппарат движения верхних и нижних конечностей (мышц)	Содержание учебного материала	6	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
1. Мышцы верхней конечности, расположение, функции.	2		
2. Мышцы нижней конечности, расположение, функции.			
3. Мышцы синергисты и антагонисты.			
4. Сила действия мышцы.			
5. Мышечный тонус.			
6. Утомление мышц.			
7. Восстановление работоспособности мышц			
В том числе практических и лабораторных занятий	4		
Практическое занятие № 8. Изучение мышц на муляжах и фантомах	1		
Практическое занятие № 9. Физиологическая характеристика мышечной работы. Динамическая работа при движениях в суставах. Физиологические реакции при динамической работе. Мышечная сила. Оценка гибкости тела. Сила мышц и силовая выносливость. Утомление мышц. Определение мышечной силы	2		

	Практическое занятие № 10. Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул. Пропорции телосложения	1	
Раздел 3.Общая характеристика нервной системы		14/8	
Тема 3.1. Нервная система. Классификация. Спинной мозг	Содержание учебного материала	4	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1.Интегративный характер нервной деятельности.	2	
	2.Классификация нервной системы.		
	3.Общие принципы строения нервной системы.		
	4.Виды нейронов.		
	5.Виды нервных волокон, нервы – строение, виды.		
	6.Синапс, понятие, виды.		
	7.Расположение и строение спинного мозга, его функции.		
	8.Спинной мозг. Форма. Оболочки спинного мозга. Передние и задние корешки спинномозговых нервов. Серое и белое вещество спинного мозга.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие № 11. Исследование рефлексов спинного мозга. Классификация соматических рефлексов спинного мозга по рецепторам (проприорецептивные, висцерорецептивные, кожные), по эффекторам рефлекса (рефлексы конечностей, брюшные, органов таза). Рефлексы конечностей (сгибательные, разгибательные, ритмические и рефлексы позы).	2	
Тема 3.2. Анатомия и физиология головного мозга	Содержание учебного материала	6	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5.
	1.Головной мозг. Анатомические особенности строения и функции продолговатого мозга, моста, мозжечка, среднего и промежуточного мозга.	2	
	2. Оболочки и проводящие пути спинного и головного мозга.		

	3. Конечный (большой) мозг. Левые и правые полушария большого мозга. Борозды и извилины. Строение коры большого мозга.		ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	4. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений: основные принципы организации движений, позно-тонических реакций, нисходящие моторные системы		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	Практическое занятие № 12. Рефлексы, осуществляемые продолговатым мозгом и мостом (вегетативные, защитные, соматические). Рефлексы, осуществляемые средним мозгом (статические и статокINETические). Структуры мозжечка. Двигательные функции мозжечка. Структурно-функциональная характеристика промежуточного мозга. Структурно-функциональная организация лимбической системы.	2	
	Практическое занятие № 13. Высшая нервная деятельность человека. Аналитическая и синтетическая деятельность коры больших полушарий. Мотивации и эмоции. Холерический, сангвинический, флегматический и меланхолический типы нервной системы. Условный рефлекс, виды, торможение условного рефлекса. I и II сигнальные системы	2	
Тема 3.3. Органы чувств	Содержание учебного материала	4	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Орган зрения. Глазное яблоко. Наружная фиброзная, сосудистая и собственно-сосудистая оболочки глазного яблока. Вспомогательные органы глаза. Глазодвигательные мышцы. Жировое тело глазницы. Веки. Слезной аппарат глаза. Слезная железа. Возрастные особенности органа зрения. Оптическая система и аккомодационный аппарат глаза. Проводящий путь зрительного нерва. Бинокулярное, черно-белое и цветное зрение.	2	
	2. Орган слуха и равновесия. Наружное, среднее и внутренне ухо. Вестибулярный аппарат внутреннего уха. Звуковоспринимающий аппарат внутреннего уха. Восприятие звука.		

	3. Орган вкуса и обоняния. Вкусовые почки. Обонятельная область слизистой оболочки полости носа. Обонятельные рецепторы клетки. Обонятельный тракт.		
	4. Кожа и ее производные. Функции кожи. Эпидермис и дерма. Волосы. Ногти.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие № 14. Определение пространственного порога чувствительности различных участков кожи человека. Определение остроты и поля зрения, особенностей бинокулярного зрения. Определение вкусовых порогов чувствительности различных участков языка. Определение вестибулоустойчивости.	2	
Раздел 4. Общая характеристика сердечно-сосудистой системы		7/4	
Тема 4.1. Строение сердечно-сосудистой системы	Содержание учебного материала	7	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Значение сердечно-сосудистой системы.	3	
	2. Деление сердечно-сосудистой системы на кровеносную и лимфатическую.		
	3. Кровеносная система. Кровообращение. Органы кровообращения: сердце, кровеносные сосуды.		
	4. Особенности строения сердечно-сосудистой системы разновозрастных групп населения.		
	5. Околосердечная сумка.		
	6. Внешнее строение сердца.		
	7. Внутреннее строение сердца: стенки, полости, клапаны.		
	8. Особенности сердечной мышцы.		
	9. Собственные сосуды сердца.		

	10. Кровеносные сосуды: капилляры, вены и артерии. Строение их стенок.		
	11. Круги кровообращения.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	Практическое занятие № 15. Электрокардиография. Анализ ЭКГ. Регистрация артериального давления. Систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Движение крови по сосудам. Кровяное давление как фактор, обеспечивающий движение крови. Величина кровяного давления в норме.	2	
	Практическое занятие № 16. Сердечный цикл. Сила сокращения миокарда. Сократимость сердечной мышцы. Зависимость массы и размера сердца человека от его мышечной деятельности и состояния здоровья. Влияние физических нагрузок на сердечный выброс и ЧСС. Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки.	2	
Раздел 5. Пищеварительная система		5/4	
Тема 5.1. Строение пищеварительной системы.	Содержание учебного материала	5	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Пищеварительный тракт и пищеварительные железы.	1	
	2. Строение стенок пищеварительного тракта.		
	3. Ротовая полость, строение ее стенок. Органы ротовой полости.		
	4. Глотка, ее стенки.		
	5. Пищевод.		
	6. Желудок, микроскопическое строение его стенки.		
	7. Тонкий и толстый кишечник. Особенности строения их стенок.		
	8. Поджелудочная железа.		
	9. Печень, ее микроскопическое строение.		

	10. Желчный пузырь.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	Практическое занятие № 17. Этапы пищеварения. Процесс всасывания углеводов, жиров и белков. Функции печени, связанные с пищеварением .Определение энергозатрат по состоянию сердечных сокращений.	2	
	Практическое занятие № 18. Составление пищевого рациона. Влияние физической нагрузки на пищеварительные процессы	2	
Раздел 6.Дыхательная система		5/4	
Тема 6.1 Анатомия и физиология органов дыхания	Содержание учебного материала	5	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	1. Строение полости носа. Очищение, согревание и увлажнение воздуха в полости носа.	1	
	2. Строение и топографическое расположение гортани. Голосовой аппарат.		
	3. Анатомическое строение трахеи и главных бронхов.		
	4. Строение легких. Плевра. Границы легких и плевральных полостей.		
	5. Средостение.		
	6. Сущность процесса дыхания. Механизм вдоха и выдоха.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	Практическое занятие № 19. Особенности дыхания при различных условиях. Дыхание при мышечной работе. Влияние факторов среды на развитие дыхательной системы. Практическое занятие № 20. Определение дыхательных объемов и емкостей (спирометрия). Запись дыхательных движений у человека. Гуморальные и рефлексорные влияния на дыхательные движения. Определение показателей внешнего дыхания в покое и после физических нагрузок.	4	
Раздел 7.Общие вопросы анатомии мочевыделительной и репродуктивной системы человека		3/0	
	Содержание учебного материала	1	ОК.01, ОК 08

Тема 7.1. Анатомия и физиология органов мочевыделительной системы	1.Значение мочевыделительной системы.	1	ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	2.Строение почки. Кортикальное и мозговое вещество почки. Нефрон – структурно - функциональная единица почки.		
	3.Мочевыводящие пути.		
	4.Почечные чашки.		
	5.Лоханка.		
	6.Мочеточники.		
	7.Мочевой пузырь.		
Тема 7.2. Анатомия органов репродуктивной системы	Содержание учебного материала	2	ОК.01, ОК 08
	1. Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости.	2	ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
Раздел 8 Эндокринная система человека		4\2	
Тема 8.1 Гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности. Эндокринная система	Содержание учебного материала	4	ОК.01, ОК 08
	1. Железы внешней, внутренней и смешанной секреции.	2	ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 1.6; ВД 3 (1): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5. ВД 3 (2): ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5.
	2. Железы внутренней секреции.		
	3. Гормоны. Виды гормонов, их характеристика. Механизм действия гормонов.		
	4. Органы–мишени.		

	5. Эпифиз расположение, строение, гормоны их действие.		ВД 3 (3): ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.
	6. Щитовидная железа: расположение, строение, гормоны их действие.		
	7. Паращитовидные железы: расположение, строение, гормоны их действие.		
	8. Надпочечники – расположение, строение, гормоны их действие.		
	9. Гормоны поджелудочной железы, их действие.		
	10. Гормоны половых желез, их действие.		
	11. Гормон вилочковой железы, его действие.		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие № 21. Составить схему влияния гипофиза на остальные железы внутренней секреции. Практическое занятие № 22. Сопоставить схему влияние стресса на железы внутренней секреции	2	
	Промежуточная аттестация		
Всего:		36/44	

¹ Выделяется обязательно не менее 1-2 часов на зачет и не менее 6 часов на экзамен.

3. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Тема самостоятельной работы	Кол-во часов	Содержание самостоятельной работы по теме	Формируемые компетенции	Форма отчетности
Составление таблицы по костной и мышечной системе.	6	1. Кости и топография черепа. Мышцы головы. Скелет туловища. Мышцы туловища. Скелет верхних и нижних конечностей 2. Аппарат движения верхних и нижних конечностей (мышц).	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Заполненные таблицы в тетради.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Анатомии и физиологии и гигиены», оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 примерной основной образовательной программы по специальности.

Лаборатория физической и функциональной диагностики, оснащённая в соответствии с п. 6.1.2.3 примерной основной образовательной программы по специальности.

4.2. Информационное обеспечение реализации программы

4.2.1 Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)
1. Основная литература	
1.	Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/491232 .
2.	Кондакова, Э. Б. Рабочая тетрадь по анатомии и физиологии : учебное пособие для спо / Э. Б. Кондакова, И. Ю. Графова. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 104 с. — ISBN 978-5-507-47133-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/330506
3.	Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 416 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04247-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513401 (дата обращения: 09.08.2023)
4.	Анатомия и физиология человека. Практические занятия : учебное пособие для спо / В. Б. Брин, Р. И. Кокаев, Ж. К. Албегова, Т. В. Молдован. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 492 с. — ISBN 978-5-507-46339-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:

	https://e.lanbook.com/book/306788 (дата обращения: 20.07.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей
2. Дополнительная литература	
3.	Белоцерковский, З. Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов : учебное пособие для спо / З. Б. Белоцерковский. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 352 с. — ISBN 978-5-8114-9745-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/209084
	Мальцев, В. П. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. П. Мальцев, Е. В. Григорьева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 210 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17278-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/532771
	Пожарова, Г. В. Физиология физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / Г. В. Пожарова, Г. Г. Федотова, М. А. Гераськина. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 171 с. — ISBN 978-5-8156-1077-4.
	Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517179
	Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры.- Изд. 16-е /Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского.-М.: Спорт, 2022.- 624 с.

4.2.2 Электронная учебно-методическая литература

№ п/п	Наименование	Ссылка на информационный ресурс
1.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru
2.	Информационный сайт - справочник по биологии и физиологии	http://sbio.info/index.php .
3.	Информационный сайт - справочник по биологии и физиологии	http://sbio.info/index.php .
4.	Педагогическая библиотека	http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php
5.	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/defaultx.asp

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:		

<p>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</p> <p>- основные положения и терминологию анатомии и физиологии человека;</p> <p>- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;</p> <p>- основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды;</p> <p>возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;</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 разновозрастных групп населения;</p>	<p>- владение и грамотное использование терминологии в области анатомии и физиологии человека;</p> <p>- поясняет строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;</p> <p>-аргументированное выражение собственного мнения, согласованное с научными положениями;</p> <p>- поясняет анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;</p> <p>-поясняет анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам</p> <p>- поясняет основные понятия динамической и функциональной анатомии систем обеспечения и регуляции движения;</p> <p>- перечисляет способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</p> <p>- грамотно поясняет физиологические процессы жизнедеятельности систем организма человека;</p> <p>-описание механизмов осуществления метаболических процессов и гомеостаза;</p>	<p>Устный опрос, Проверочные работы, Решение ситуационных задач; Тестирование Экзамен</p>
---	--	---

<ul style="list-style-type: none"> - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; - понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; - регулирующие функции нервной и эндокринной систем; - роль центральной нервной системы в регуляции движений - взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; - физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; 	<ul style="list-style-type: none"> - представление механизма развития физиологической адаптации человека; - воспроизведение механизма регулирующих функций нервной и эндокринной систем; -перечисление отделов центральной нервной системы обеспечивающих регуляцию движений; - перечисление механизмов обеспечивающих развитие функциональных возможностей организма; -перечисление методов определения двигательной активности; описание механизмов восстановления; 	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> -распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; -составлять план действия; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; -реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий 	<ul style="list-style-type: none"> - определяет топографическое расположение и строение органов и частей тела; - определяет возрастные особенности строения организма человека; -оперирует анатомическими терминами при анализе физических упражнений; -определяет антропометрические показатели, применяет знания по анатомии и 	<p>Оценка результатов выполнения практической работы</p> <p>Наблюдение за ходом выполнения практической работы.</p> <p>Экзамен</p>

<p>- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</p> <p>- определять возрастные особенности строения организма;</p> <p>-применять знания по анатомии физиологии в профессиональной деятельности;</p> <p>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений;</p> <p>- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;</p> <p>- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность;</p> <p>- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в разновозрастные периоды;</p> <p>-отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой</p>	<p>физиологии для составления программы тренировок;</p> <p>применение и использование методик для определения показателей различных систем организма человека; Измерение А/Д, пульса, ЧДД и др.</p> <p>-применение методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных функциональных проб для определения и оценивания функционального состояния;</p> <p>- применение методик оценивания влияния факторов внешней среды на организм человека в разновозрастные периоды;</p> <p>- проводит анатомический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека.</p>	
---	---	--