

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Б1.О.08  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Анатомия человека**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)  
49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль)/специализация  
Педагогическая и тренерская деятельность

Форма обучения: заочная

Год набора: 2019

Общая трудоемкость: 7 ЗЕТ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	1	Итого
Форма контроля	экзамен	
<b>Вид занятий</b>		
Лекции	8	8
Лабораторные		
Практические	8	8
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация	0.35	0.35
Контактная работа	24.35	84.35
Самостоятельная работа	219	219
Контроль	8.65	8.65
<b>Итого</b>	<b>252</b>	<b>252</b>

Рабочую программу составил(и):

доцент, к.б.н., доцент Хорошева Т.А.

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Рецензент

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки (специальности)

49.03.01 Физическая культура

---

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2023 г.**

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

---

(протокол заседания № 2 от «21» сентября 2018 г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – создание у студентов целостного представления о единстве строения и функции живого организма в процессе его жизнедеятельности с учетом конкретных социальных условий его функционирования, в том числе и при активной и постоянной физической и спортивной деятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Безопасность жизнедеятельности»

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Физиология человека», «Спортивная медицина», «Физическая реабилитация».

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Использует методы и средства создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов	Знать: методы и средства создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов Уметь: применять методы и средства создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов Владеть: методами и средствами создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
	УК-8.2 Понимает, как создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Знать: - методы и способы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
		Уметь:

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		- создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
		Владеть: - имеет навыки создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
	УК-8.3 Демонстрирует знание приемов оказания первой помощи пострадавшему	Знать: -приемы оказания первой помощи пострадавшим
		Уметь: - оказывать доврачебную медицинскую помощь пострадавшим
		Владеть: - навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим
Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)	ОПК-1.1. Анализирует уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических, психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу	Знать: - уровни подготовленности; - методы и критерии оценки физического развития; -функциональное состояние организма и физическое развитие занимающихся физической культурой и спортом в различные возрастные периоды; Уметь: - теоретические знания, методы и приемы исследования в своей дальнейшей, профессиональной деятельности в качестве преподавателей физической культуры и спорта. Владеть: - навыками определения уровня физической подготовленности; -навыками определения показателей физического развития и функционального состояния занимающихся.
	ОПК-1.2. Дозирует нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных	Знать: - дозировку физических нагрузок; - параметры спортивной тренировки. Уметь:

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
	параметров физического воспитания и спортивной тренировки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- рассчитать дозировку физических нагрузок;</li> <li>- определить параметры спортивной тренировки.</li> </ul> Владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками расчета дозировки спортивных тренировок;</li> <li>- навыками определения параметров спортивной тренировки.</li> </ul>
	ОПК - 1.3. Составляет комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся.	Знать: <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательные режимы;</li> <li>- упражнения для различного возраста и пола занимающихся.</li> </ul> Уметь: <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять комплексы упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся;</li> <li>- составлять комплексы упражнений с учетом двигательных режимов.</li> </ul> Владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками составления комплексов упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся;</li> <li>- навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов.</li> </ul>

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	лекция	Введение в анатомию. История. Методы исследования в анатомии. Опорно-двигательный	1	2	0	-	
	Практическое занятие	Строение скелета человека и мышечной системы в целом	1	2	2		
	Лекция	Строение нервной системы.	1	2	0		
	Практическое занятие	Строение спинного и головного мозга	1	2	0		
	Лекция	Строение сердечно-сосудистой и дыхательной систем	1	2	0		
	Практическое занятие	Строение сердца. Строение дыхательной системы в целом.	1	2	0		
	Лекция	Строение пищеварительной и эндокринной систем	1	2	0		

<b>Модуль (раздел)</b>	<b>Вид учебной работы</b>	<b>Наименование тем занятий (учебной работы)</b>	<b>Семестр</b>	<b>Объем, ч.</b>	<b>Баллы</b>	<b>Интерактив, ч.</b>	<b>Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)</b>
	Практическое занятие	Строение желудка и печени	1	2	0		ИДЗ
<b>Итого:</b>				<b>16</b>			

## **5. Образовательные технологии**

Технология традиционного обучения.

Традиционная лекция. Методы: объяснительно-иллюстративные, репродуктивные.

Практическое занятие. Методы: наглядные, практические.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с учебной и учебно-методической литературой.

Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания: изучают рекомендованную учебно-методическую и учебную литературу; выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции и практические занятия. В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на выполнение практических занятий и указания на самостоятельную работу.



## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8)	ИДЗ
2	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)	ИДЗ

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля Индивидуальное домашнее задание

Составить презентацию по теме "Строение системы организма" на выбор:

- костная система
- мышечная система
- пищеварительная система
- сердечно-сосудистая система
- пищеварительная система
- эндокринная система
- нервная система
- мочеполовая система
- анализаторы.

Критерии оценки:

Презентация должна включать в себя не менее 10 слайдов, ссылки на источники, в презентации должны быть представлены рисунки всех органов системы, макро-и микростроение.

### Темы письменных работ

Данный вид работ для дисциплины не предусмотрен

### 7.3.Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### 7.3.1. Вопросы к экзамену

Семестр \_\_\_\_1\_\_\_\_

№ п/п	Вопросы по анатомии
1	Строение и функции мышц. Мышца как орган.
2	Классификация мышц. Вспомогательные аппараты мышц.
3	Работа мышц. Рычаги 1-го и 2-го порядков.
4	Мышцы спины. Мышцы живота.
5	Мышцы головы. Мимические и жевательные мышцы.
6	Мышцы груди. Мышцы шеи..
7	Мышцы плечевого пояса. Характер движения в плечевом суставе.
8	Мышцы плеча. Функциональная характеристика.
9	Мышцы предплечья. Функциональная характеристика.
10	Мышцы кисти. Характер движения в лучезапястном суставе.
11	Мышцы пояса нижней конечности. Характер движения в тазобедренном суставе
12	Мышцы бедра. Функциональная характеристика.
13	Мышцы голени. Функциональная характеристика.
14	Мышцы стопы. Характер движения в голеностопном суставе.
15	Анатомические механизмы статики и динамики. Осанка.
16	Анализ спортивных движений.
17	Кровь. Состав и функции.
18	Сердце. Строение и топография.
19	Кровеносные сосуды, строение их стенок. Большой и малый круги кровообращения.
20	Артерии большого круга кровообращения.
21	Вены большого круга кровообращения.
22	Сосуды малого круга кровообращения.
23	Лимфатическая система. Лимфа, лимфатические протоки и лимфоидные органы
24	Система органов дыхания. Общая характеристика. Носовая полость. Ее строение и значение.
25	Гортань. Хрящи гортани. Функции.
26	Трахея и бронхи. Топография, строение.
27	Легкие. Строение, топография. Ацинус – структурно-функциональная единица легкого.
28	Система органов пищеварения. Общая характеристика. Ротовая полость.
29	Зубной аппарат человека. Гигиена зубов.
30	Глотка: строение и функции. Пищевод и его строение.
31	Желудок: топография, отделы, особенности строения стенки.
32	Тонкий кишечник. Топография, отделы. Особенности строения стенки.
33	Толстый кишечник: топография, отделы, особенности строения.
34	Поджелудочная железа. Ее строение. Гормоны.
35	Печень. Ее топография, доли, особенности строения и кровоснабжения.
36	Мочевыделительная система. Значение. Нефрон – структурно-функциональная единица почки. Отделы нефрона.

№ п/п	Вопросы по анатомии
37	Топография и макроскопическое строение почки. Оболочки. Кортикальное и мозговое вещество.
38	Мочеотводящие пути: мочеточники, мочеиспускательный канал.
39	Мочевой пузырь, топография, функции, особенности строения.
40	Система органов размножения. Мужские половые органы. Женские половые органы.
41	Нервная система. Значение. Классификация. Строение нервной системы.
42	Спинной мозг. Топография. Внешний вид. Оболочки спинного мозга.
43	Внутреннее строение спинного мозга. Серое и белое вещество. Ядра спинного мозга.
44	Головной мозг. Общая характеристика. Отделов мозга. Топография.
45	Продолговатый мозг: строение и функции. Средний мозг: строение и функции.
46	Задний мозг. Проводящие пути, ядра и связи моста и мозжечка.
47	Промежуточный мозг: таламус и гипоталамус (строение и функции).
48	Полушария большого мозга: доли, борозды, извилины.
49	Кора больших полушарий. Строение. Локализация функций в коре.
50	Периферическая нервная система. Черепные нервы.
51	Периферическая нервная система. Спинномозговые нервы. Нервные сплетения.
52	Вегетативная нервная система. Симпатический и парасимпатический отделы.
53	Анализаторы. Общий план строения и функций анализаторов.
54	Орган зрения. Периферический, проводниковый и центральный отделы зрительного анализатора
55	Орган слуха. Строение наружного, среднего и внутреннего уха. Периферический, проводниковый и центральный отделы слухового анализатора.
56	Орган обоняния. Периферический, проводниковый и центральный отделы обонятельной сенсорной системы
57	Вестибулярный аппарат. Структуры ЦНС, отвечающие за положение тела в пространстве.
58	Эндокринная система. Железы внутренней секреции. Функции.
59	Щитовидная железа.
60	Поджелудочная железа как железа смешанной секреции
61	Строение и функции кожи. Рецепторный аппарат кожи.
62	Значение анатомии в системе подготовки специалиста по физ. культуре и спорту.
63	Предмет и методы анатомии человека.
64	Положение человека в природе.
65	Значение трудов отечественных ученых в развитии анатомии.
66	Плоскости и оси вращения человеческого тела.
67	Понятие о тканях, органах и системах органов.
68	Строение клетки животного организма.
69	Основные функции биологической клетки.
70	Биологические ткани.
71	Химический состав и строение костей. Кость как орган.
72	Соединения костей (прерывные, непрерывные).
73	Суставы. Их строение, классификация.
74	Скелет туловища. Движения позвоночного столба.
75	Грудная клетка. Строение грудины и ребер. Движения.
76	Кости пояса верхней конечности.
77	Кости верхней конечности.

№ п/п	Вопросы по анатомии
78	Суставы верхней конечности. Движения в суставах.
79	Кости пояса нижней конечности.
80	Кости нижней конечности.
81	Суставы нижней конечности. Движение в суставах.
82	Кости лицевого отдела черепа.
83	Кости мозгового отдела черепа.
84	Соединения костей черепа. Движения головы.

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
1	экзамен	«отлично»	студент владеет знаниями предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивал при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное: устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы, свободно читает результаты анализов и других исследований; хорошо знаком с основной литературой и методами исследования в объеме, необходимом для практической деятельности; увязывает теоретические аспекты предмета с практическими задачами
		«хорошо»	студент владеет знаниями дисциплины почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			<p>вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает вместе с тем серьезных ошибок в ответах; умеет трактовать лабораторные и инструментальные исследования в объеме, превышающем обязательный минимум</p>
		«удовлетворительно»	<p>студент владеет основным объемом знаний по дисциплине; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускаются ошибки по существу вопросов. Студент способен решать лишь наиболее легкие задачи, владеет только обязательным минимумом методов исследований.</p>
		«неудовлетворительно»	<p>студент не освоил обязательного минимума знаний предмета, не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора.</p>

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
	Иваницкий М. Ф.	Анатомия человека [Электронный ресурс] : [с основами динамической и спортивной морфологии]: учеб. для вузов физической культуры / М. Ф. Иваницкий. - 12-е изд. - Москва : Спорт, 2016. - 624 с. - ISBN 978-5-9907240-5-1	Электронный учебник	2016	ЭБС "IPRbooks"
	Прищепа И. М.	Анатомия человека [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. М. Прищепа. - Минск : Новое знание ; Москва : ИНФРА-М, 2017. - 459 с. : ил. - (Высшее образование. Бакалавриат). - ISBN 978-985-475-579-3	Электронное учебное пособие	2017	"ZNANIUM.COM"
	Тюрикова Г. Н.	Анатомия и возрастная физиология [Электронный ресурс] : учебник / Г. Н. Тюрикова, Ю. Б. Тюрикова. - Москва : ИНФРА-М, 2016. - 178 с. - (Высшее образование. Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-011645-7. ЭБС	Электронный учебник	2016	"ZNANIUM.COM"

## 8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
	Грибанова О. В.	Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы [Электронный ресурс] : учеб. пособие / О. В. Грибанова, Е. И. Новикова, Т. Г. Щербакова ; Волгоградский гос. социально-педагогический ун-т. - Волгоград : ВГСПУ, 2016. - 77 с.	Электронное учебное пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
	Попова Н. П.	Анатомия центральной нервной системы [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / Н. П. Попова, О. О. Якименко. - [6-е изд.]. - Москва : Акад. Проект, 2015. - 110 с. - (Gaudeamus). - ISBN 978-5-8291-1790-0.	Электронное учебное пособие	2015	ЭБС "IPRbooks"

### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- <https://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniyum.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Количество лицензий	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	1398	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно
2	Office Standart	1398	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно; Договор № 727 от 20.07.2016г., срок действия - бессрочно

### 8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	У-125 Лекционная аудитория Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации.	Парты (монблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.
2	У-213 Помещение для самостоятельной работы студентов	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с



№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
	<p>Компьютерный класс.</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа.</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа.</p> <p>Учебная аудитория для проведения лабораторных работ.</p> <p>Учебная аудитория для практических занятий.</p> <p>Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ.</p> <p>Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ).</p> <p>Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Помещение для самостоятельной работы.</p>	<p>выходом в сеть Интернет</p>