

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)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

направленность (профиль)/специализация

Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения: заочная

Год набора: 2021

Общая трудоемкость: 7 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	1	Итого
Форма контроля	зачет	
Вид занятий		
Лекции	4	4
Лабораторные		
Практические	12	12
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация	0.35	0.35
Контактная работа	24.35	24.35
Самостоятельная работа	219	219
Контроль	8.65	8.65
Итого	252	252

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) 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабря 2026г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры _____ «Адаптивная физическая культур, спорт и туризм»

(протокол заседания № 2 от «18» _____ сентября _____ 2020 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
Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1)	УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие. Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи	Знать: способы анализа задачи, выделяя её базовые составляющие; способы анализа проблемных ситуаций; понятие и классификацию систем; структуру и закономерности функционирования систем; особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;
		Уметь: осуществлять анализ поставленной задачи с выделением из неё базовых составляющих;
		Владеть: способами критического анализа информации, необходимой для решения поставленной задачи
	УК-1.2. Осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов	Знать: способы поиска информации через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет.
		Уметь: осуществлять поиск необходимой информации для решения поставленных задач в

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		профессиональной деятельности; подбирать необходимую информацию для раскрытия отношений между предметами; выявлять связи и критически анализировать, интерпретировать и систематизировать информацию, требуемую для решения поставленных задач; работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета
		Владеть: способами поиска и подбора необходимой информации для решения поставленных задач через библиотеку
	УК-1.3. При обработке информации грамотно, логично, аргументированно формирует собственные суждения и оценки. Отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности	Знать: способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; способы работы с информацией; виды и формы работы с педагогической и научной литературой;
		Уметь: анализировать, применять системный подход и аргументировать свою точку зрения; -работать с информацией, представленной в различной форме; -обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; синтезировать информацию, представленную в различных источниках; использовать контент электронной информационно-образовательной среды; анализировать информационные ресурсы; отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок;

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		<p>обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;</p> <p>- обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода</p> <p>Владеть: методиками аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); способностью работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; способами анализа информации и формулирования выводов, основанных на фактах.</p>
<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)</p>	<p>ОПК-1.1. Анализирует уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу</p>	<p>Знать: технологию планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> <p>Уметь: планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> <p>Владеть: технологией планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических</p>

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	ОПК-1.2. Дозирует нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки	Знать: дозировку физических нагрузок; параметры спортивной тренировки.
		Уметь: рассчитать дозировку физических нагрузок; определить параметры спортивной тренировки.
		Владеть: навыками расчета дозировки спортивных тренировок; навыками определения параметров спортивной тренировки
	ОПК-1.3. Составляет комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся.	Знать: двигательные режимы; упражнения для различного возраста и пола занимающихся.
		Уметь: составлять комплексы упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся; составлять комплексы упражнений с учетом двигательных режимов.
		Владеть: навыками составления комплексов упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся; навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов.

4. Структура и содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»

Семестр 1

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 аппарат.	1	2	0	-	
	Лекция	Строение нервной системы.	1	2	0	-	
	Практическое занятие	Строение нервной системы	1	2	2	-	
	Практическое занятие	Сердечно-сосудистая система. Кровь, кровообращение	1	2	0	-	
	Практическое занятие	Дыхательная система	1	2	0	-	

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	Практическое занятие	Пищеварительная система	1	2	0	-	
	Практическое занятие	Строение скелета	1	2		-	
	Практическое занятие	Строение мышечной системы	1	2		-	
Итого:				16			

Схема расчета итогового балла -

5. Образовательные технологии

Технология дистанционного обучения.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо изучить электронный учебник, ознакомиться со списком рекомендованной литературы. Самостоятельная работа студента предполагает работу с учебной и учебно-методической литературой.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания: изучают рекомендованную учебную и учебно-методическую литературу, выполняют практическое задание, отвечают на вопросы промежуточных и итогового тестов.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1) Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)	практическая работа

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Практическая работа № 1 Строение нервной системы

Задания:

2. Изучить и зарисовать в тетрадь строение спинного мозга
3. Изучить и зарисовать в тетрадь строение головного мозга

Критерии оценки:

- 15 баллов – задания полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 11-14 баллов - задания не полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 6-10 баллов – задания выполнены на 30%, подписи на рисунках отсутствуют
- 1-5 баллов – имеется рисунок без заданий, рисунок нечеткий.
- 0 баллов – задание отсутствует

Практическая работа № 2 Сердечно-сосудистая система. Кровь, кровообращение

Задания:

1. Изучить расположение сердца в грудной полости. Указать в тетради названия слоев стенки сердца.
2. Зарисовать строение сердца
3. Изучить и занести в тетрадь схемы сосудов большого круга кровообращения.
4. Ознакомиться со строением большого и малого кругов кровообращения

Критерии оценки:

- 15 баллов – задания полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.

- 11-14 баллов - задания не полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 6-10 баллов – задания выполнены на 30%, подписи на рисунках отсутствуют
- 1-5 баллов – имеется рисунок без заданий, рисунок нечеткий.
- 0 баллов – задание отсутствует

Практическая работа № 3 Дыхательная система

Задания:

1. Изучить общий план строения и расположения дыхательной системы.
2. Ознакомиться с морфологией и топографией носовой полости и гортани. Выписать в тетрадь названия хрящей и групп мышц гортани.
3. Перерисовать в тетрадь строение трахеи и бронхов
4. Изучить и перерисовать в тетрадь строение легких. Выписать в тетрадь определение ацинуса.

Критерии оценки:

- 15 баллов – задания полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 11-14 баллов - задания не полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 6-10 баллов – задания выполнены на 30%, подписи на рисунках отсутствуют
- 1-5 баллов – имеется рисунок без заданий, рисунок нечеткий.
- 0 баллов – задание отсутствует

Практическая работа № 4 Пищеварительная система

Задания:

1. Разобрать по наглядным пособиям и анатомическому атласу топографию, особенности строения и расположения органов пищеварительной системы человека.
2. Зарисовать общее строение пищеварительной системы человека
3. Ознакомиться со строением языка и строением зуба. Записать зубную формулу.
4. Зарисовать строение желудка. Изучить строение стенки желудка.
5. Ознакомиться со строением и топографией тонкого кишечника. Обратить внимание на строение слизистой оболочки тонкой кишки.
6. Ознакомиться со строением поджелудочной железы и толстого кишечника. Описать в тетради особенности строения этих органов.

Критерии оценки:

- 15 баллов – задания полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 11-14 баллов - задания не полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 6-10 баллов – задания выполнены на 30%, подписи на рисунках отсутствуют
- 1-5 баллов – имеется рисунок без заданий, рисунок нечеткий.
- 0 баллов – задание отсутствует

Практическая работа № 5 Строение скелета

Задания:

1. Рассмотреть общий вид скелета. Обратить внимание на форму и изгибы позвоночника. Отметить особенности соединения позвонков друг с другом.
2. Зарисовать в тетрадь вид скелета спереди и сзади
3. Оформить в тетради таблицу «Суставы верхних и нижних конечностей»

Критерии оценки:

- 15 баллов – задания полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 11-14 баллов - задания не полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 6-10 баллов – задания выполнены на 30%, подписи на рисунках отсутствуют
- 1-5 баллов – имеется рисунок без заданий, рисунок нечеткий.
- 0 баллов – задание отсутствует

Практическая работа № 6 Строение мышечной системы

Задания:

1. Разобрать по наглядным пособиям топографию и особенности строения мышц туловища.
2. Зарисовать строение мышц туловища (вид сзади и вид спереди)
3. Изучить строение мышц головы и шеи.
4. Зарисовать строение мышц головы
5. Оформить в тетради таблицу «Мышцы верхних и нижних конечностей»

Критерии оценки:

- 15 баллов – задания полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 11-14 баллов - задания не полностью выполнены, рисунок сделан четко с контурами и подписями.
- 6-10 баллов – задания выполнены на 30%, подписи на рисунках отсутствуют
- 1-5 баллов – имеется рисунок без заданий, рисунок нечеткий.
- 0 баллов – задание отсутствует

7.3.Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Вопросы к экзамену

№ 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.
37	Топография и макроскопическое строение почки. Оболочки. Кортикальное и мозговое вещество.
38	Мочеотводящие пути: мочеточники, мочеиспускательный канал.

№ п/п	Вопросы по анатомии
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.
78	Суставы верхней конечности. Движения в суставах.
79	Кости пояса нижней конечности.
80	Кости нижней конечности.

№ п/п	Вопросы по анатомии
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»	80-100 баллов
		«хорошо»	60-80 баллов
		«удовлетворительно»	40-60 баллов
		«неудовлетворительно»	Менее 40 баллов

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.znaniium.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	УЛК-807 Аудитория вебконференций. 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	Экран телевизионный, ширмы, прожектор на штативе. стол преподавательский, стулья преподавательские., Транспарант-перетяжка, системный блок .

№ 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
	промежуточной аттестации.	
2	Аудитория вебконференций. 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.	Экран телевизионный, ширма, проектор на штативе. стол преподавательский, стул преподавательский, транспарант-перетяжка, системный блок .