

приложение 2.10  
к ОПОП по *специальности*  
49.02.02 Адаптивная физическая культура

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ОП.01 «АНАТОМИЯ»**

*2022 г.*

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.02 Адаптивная физическая культура, входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 «Физическая культура и спорт»

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Новосибирской области «Новосибирский профессионально-педагогический колледж»

Разработчик: Лапицкая Т.В., преподаватель

Рассмотрено и принято на заседании кафедры педагогических дисциплин  
Протокол от 01.09.2022 г. № 1

Руководитель кафедры \_\_\_\_\_ И.П. Балдина

## ***СОДЕРЖАНИЕ***

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>13</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.01 АНАТОМИЯ»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.01 Анатомия» является обязательной частью профессионального учебного цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01 - 12 ПК 1.1 - 1.6, ПК 2.1 - 2.2, ПК 2.4 - 2.6, ПК 3.2 - 3.3	<ul style="list-style-type: none"><li>- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li><li>- определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;</li><li>- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;</li><li>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;</li><li>- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;</li><li>- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;</li><li>- основные закономерности роста и развития организма человека;</li><li>- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;</li><li>- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;</li><li>- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;</li><li>- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков</li></ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	108
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	
в т. ч.:	
теоретическое обучение	36
практические занятия <i>(если предусмотрено)</i>	36
контрольная работа <i>(если предусмотрено)</i>	2
<i>Самостоятельная работа</i>	36
<b>Промежуточная аттестация: в форме контрольной работы в 1 семестре; экзамена – во 2 семестре</b>	2

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 - ОК 03. ОК 05. ОК 08 - ОК 09; ОК 10 - ОК 12
	1. Предмет, задачи учебной дисциплины «Анатомия». Методы исследования. Основные положения и терминология цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека.		
	2. Роль анатомии в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	Написание эссе «Значение анатомических знаний в будущей профессиональной деятельности педагога по адаптивной физической культуре и спорту	<b>2</b>	
<b>Тема 1. Строение тела человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	1. Клетка – структурная единица организма живых организмов. Свойства клетки. Деление клетки.		
	2. Ткани их характеристика и классификации. Понятие об органах, системах, аппаратах.		
	3. Системы органов здорового человека. Анатомическая номенклатура.		
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>2</b>	
	<i>Практическое занятие №1.</i> Изучение многообразия строения и функций клеток и тканей организма	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	Изображение в тетради схемы: Строение основных видов тканей	<b>2</b>	
<b>Тема 2. Общие закономерности роста и развития организма</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 01.- ОК 03. ОК 05. ОК 08.- ОК 09
	1. Онтогенез. Рост. Развитие Показатели физического развития. Антропометрические методы исследования физического развития детей.		

человека	2. Основные закономерности онтогенеза. Критические и сенситивные периоды развития. Явления акселерации и ретардации.		
	Конституция человека, морфологические типы конституции.		
	4. Роль наследственности и среды в физическом и психическом развитии человека.		
	5. Календарный и биологический возраст. Критерии оценки биологического возраста		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>2</b>	
	<i>Практическое занятие №2.</i> Оценка антропометрических показателей с учетом возраста и пола обучающихся	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	Подготовка сообщения «Роль наследственности и среды в физическом и психическом развитии детей и подростков»	2	
<b>Тема 3. Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	ОК 01 - ОК 03. ОК 05. ОК 08 - ОК 09; ОК 10 - ОК 12
	1. Значение опорно-двигательного аппарата. Строение скелета человека. Соединения костей. Состав, строение, типы, рост костей. Развитие скелета человека.		
	2. Скелет туловища. Позвоночный столб. Изгибы позвоночника, их образование, сроки фиксации. Особенности строения позвонков, механические изменения в позвоночнике под влиянием физической нагрузки		
	3. Строение и функции мышц. Состояние мышц. Тонус мышц. Классификация скелетных мышц. Виды мышечных волокон.		
	4. Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности. Мышцы туловища и шеи		
	5. Влияние ритма и нагрузки на работу мышц. Утомление мышц.		
	6. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата, систем обеспечения и регуляции. Возрастные особенности организма зрелого, пожилого и старческого возраста. Морфофункциональные особенности женского организма.		
	7. Виды нарушений и способы коррекции функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата у детей, подростков, молодежи.		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>6</b>	
	<i>Практическое занятие №3.</i> Определение топографического положения основных костей скелета. Изучение возрастных особенностей скелета человека	2	
<i>Практическое занятие №4.</i> Определение топографического положения и строения	2		

	суставов		
	<i>Практическое занятие №5.</i> Определение топографического положения мышц	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	6	
	1. Изображение в тетради схемы частей скелета человека	2	
	2. Составление рекомендаций для родителей на тему «Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата»	4	
<b>Тема 4. Нервная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	ОК 01.-ОК 03. ОК 05. ОК 08.-ОК 09  ОК 10 - ОК 12
	1. Общий обзор строения нервной системы. Строение и функции нейрона. Нервные центры. Синапсы, их значение. Рефлекс как основной акт нервной деятельности.		
	3. Строение, функции спинного мозга. Возрастные особенности.		
	4.Строение, функции головного мозга. Возрастные особенности. Понятие о ретикулярной формации		
	5.Морфофункциональная организация коры больших полушарий.		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>6</b>	
	<i>Практическое занятие №6.</i> Изучение строения нейрона, рефлексорной дуги	2	
	<i>Практическое занятие №7.</i> Изучение строения головного мозга	2	
	<i>Практическое занятие №8.</i> Определение топографического положения и возрастных особенностей строения и функциональных изменений нервной системы у детей и подростков (по таблицам)	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
	Составление таблицы «Строение и функции головного мозга»	2	
	Составление памятки " Возрастные анатомо-физиологические особенности строения и функций отделов нервной системы детей и подростков и способы их коррекции»	2	
<b>Тема 5. Анализаторы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК 01.-ОК 03. ОК 05. ОК 08.-ОК 09  ОК 10 - ОК 12
	1. Понятие об анализаторах. Общие принципы построения сенсорных систем Роль анализаторов в познании окружающего мира. Ошибки органов чувств и их устранение. Классификация органов чувств. Значение органов чувств при выполнении физических упражнений		
	2. Рецепторы органов чувств, понятие, классификация, основные свойства и особенности. Механизм возбуждения. Понятие функциональной мобильности.		
	3. Анатомия слухового анализатора.		
	4. Анатомия зрительного анализатора		
	5. Анатомия вкусового. Обонятельного анализаторов. Вестибулярный аппарат.		



	6. Строение кожи, её производные (волосы, ногти). Кожные железы. Кожные рецепторы, иннервация кожи.			
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>4</b>		
	<i>Практическое занятие №9.</i> Изучение общих принципов построения сенсорных систем на примере слухового анализатора	2		
	<i>Практическое занятие №10.</i> Изучение строения зрительного анализатора	2		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>		
	Подготовка комплекса упражнений для глаз	2		
<b>Тема 6. Железы внутренней секреции</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 01.-ОК 03. ОК 05. ОК 08.-ОК 09  ОК 10 - ОК 12	
	1. Характеристика систем органов регуляции процессов жизнедеятельности: эндокринной, нервной, сенсорной. Железы внешней, внутренней, смешанной секреции, представители. Секреты, их виды. Механизм действия гормонов. Гипофиз – расположение, доли. Гормоны. Эпифиз, строение, гормоны.			
	2. Эндокринные железы Щитовидная железа. Надпочечники. Гормоны коркового и мозгового слоев. Гормоны половых желез. Гормоны поджелудочной железы.			
	<b>В том числе, практических занятий:</b>			<b>2</b>
	<i>Практическое занятие №11.</i> Определение топографического расположения эндокринных желез			2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			<b>2</b>
	Составление конспекта «Последовательность появления признаков полового созревания»			2
<b>Тема 7. Анатомия сердечно-сосудистой системы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК 01.-ОК 03. ОК 05. ОК 08.-ОК 09  ОК 10 - ОК 12	
	1. Кровь и лимфа – внутренняя среда организма, их значение и функции. Группы крови, резус-фактор. Переливание крови.			
	2. Круги кровообращения			
	3. Иммуитет, виды иммунитета.			
	4. Общая характеристика сердечно-сосудистой системы.			
	5. Сосуды сердца			
	6. Морфологические изменения в сердце и сосудах под влиянием физической тренировки. Тестирование сердечно-сосудистой системы			
	7. Венозная система, лимфатическая система.			
	<b>В том числе, практических занятий:</b>			<b>4</b>
	<i>Практическое занятие №12.</i> Определение пульса и артериального давления			

	<i>Практическое занятие №13.</i> Оценка состояния сердечно-сосудистой системы с помощью нагрузочных тестов.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
	Подготовка электронной презентации «Кровь и кровообращение».	4	
<b>Тема 8. Пищеварительная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК 01 - ОК 03. ОК 05. ОК 08 - ОК 09; ОК 10 - ОК 12
	1. Пищеварительная система. Структуры пищеварительной системы – пищеварительный тракт, большие пищеварительные железы. Полость рта, глотка, пищевод.		
	2. Желудок. Печень, поджелудочная железа. Тонкая и толстая кишка, брюшина.		
	Возрастные особенности пищеварительной системы.		
	3. Обмен веществ и энергии - основы процессов жизнедеятельности организма. Ассимиляция и диссимиляция.		
	4. Основные пищевые продукты, их роль процессах роста и развития организма.		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>4</b>	
	<i>Практическое занятие №14</i> Изучение строения органов пищеварения по таблицам	2	
	<i>Практическое занятие №15.</i> Определение возрастных особенностей строения и функциональных особенностей пищеварительной системы	2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>		
Составление таблицы «Витамины и их роль в организме»	2		
<b>Тема 9. Дыхательная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 01 - ОК 03. ОК 05. ОК 08 - ОК 09; ОК 10 - ОК 12
	1. Значение дыхательной системы. Воздухоносные пути и легкие, их функции и строение. Носовая полость, гортань, трахея, бронхи, лёгкие, плевра.		
	2.Регуляция дыхания. Развитие органов дыхания у детей. Половые отличия типов дыхания, его частоты и глубины.		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>2</b>	
	<i>Практическое занятие №16.</i> Определение топографического расположения органов дыхания	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
Подготовка беседы для родителей «Профилактика инфекционных заболеваний»	4		
<b>Тема 10. Мочеполовая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 01 - ОК 03. ОК 05. ОК 08 - ОК 09; ОК 10 - ОК 12
	1. Органы выделения, их строение, функции и развитие	<b>4</b>	
	2. Половая система, строение и функции		
	3. Нервно-гуморальная регуляция мочеобразования и мочеобразования и		

	мочевыделения. Изменение с возрастом функции почек. Энурез, его причины и профилактика.		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>2</b>	
	<i>Практическое занятие №17.</i> Изучение строения мочеполового аппарата по таблицам и карточкам	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	Энурез, его причины и профилактика.	2	
<b>Тема 11. Механизмы адаптации к физическим нагрузкам</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 01.-ОК 03. ОК 05. ОК 08 -ОК 12
	1. Понятие «адаптация». Зависимость адаптации от интенсивности воздействия. Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движения.		
	2. Механизмы и закономерности адаптация к физическим нагрузкам		
	3. Механизмы адаптации к физическим нагрузкам у детей и подростков		
	<b>В том числе, практических занятий:</b>	<b>2</b>	
	<i>Практическое занятие №18.</i> Изучение особенностей адаптации тренированного организма к физическим нагрузкам.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
	Подготовка к экзамену	4	
<b>Промежуточная аттестация:</b> контрольная работа в 1 семестре, экзамен во 2 семестре		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>108</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

– Кабинет «Педагогики, психологии, методики профессионального обучения (по отраслям), отраслевых общепрофессиональных и профессиональных дисциплин», междисциплинарных курсов», оснащенный оборудованием: микроскопы, микропрепараты, лупы, комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине; техническими средствами обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор, проекционный экран, скайп.

– Средства обучения при дистанционной форме (нормативно-справочная литература, комплект плакатов, тематических стендов, инструкционные стенды, мультимедийный комплекс. Локальная сеть колледжа, система дистанционного обучения на обучающей платформе Moodle, программное обеспечение общего и профессионального назначения, комплект учебно-методической документации).

- В условиях дистанционного обучения:
- - инструктаж и выдача задания производится в форме телеконференции в программе Zoom;
- - вся необходимая документация высылается по электронной почте;
- - обратная связь и консультации осуществляются через Moodle и по электронной почте;
- - выполненные задания собираются в архив и отправляются на облако;
- - зачет, контрольная работа или экзамен осуществляется в форме телеконференции в программе Zoom.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Анатомия: учебное пособие для среднего профессионального образования/ В.А.Замараев.-2-е изд., испр. и доп.- Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 268 с. - (Профессиональное образование). Текст:непосредственный

2. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования, М.В. Сапин, В. И. Сивоглазов. -13 изд. стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 384 с., ил.;

2. Возрастная анатомия и физиология: учеб. пособие / Н.Ф.Лысова, Р.И. Айзман. \_М.: ИНФРА-М, 2019. – 352 с. – (Среднепрофессиональное образование).

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1.Крымская И. Г. Гигиена и экология человека: Учебное пособие. — Электрон, текстовые дан. — (Среднее медицинское образование) / И.Г. Крымская. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. - 424 с. - ISBN 978-5-222-35189-1. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/373068/reading> (дата обращения: 14.09.2022). - Текст: электронный;

2. Тюрикова Г.Н. Анатомия и возрастная физиология: учебник. — (Высшее образование: Бакалавриат) / Г.Н. Тюрикова, Ю.Б. Тюрикова. - Москва : Инфра-М, 2018. - 178 с. - ISBN 978-5-16-104009-6. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/373358/reading> (дата обращения: 14.09.2022). - Текст: электронный;

3. Федюкович Н. И. Анатомия и физиология человека / Н.И. Федюкович, И.К. Гайнутдинов. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. - 32 с. - ISBN 978-5-222-16959-9. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/340907/reading> (дата обращения: 02.10.2022). - Текст: электронный.

### 3.2.3. Дополнительные источники (при необходимости)

1. Лысова, Н.Ф. Возрастная анатомия, физиологии и школьная гигиена: учебное пособие./ Лысова, Н.Ф. Айзман, Р.И, Завьялова Я. Л., Ширшова В.М./- Новосибирск: Сиб.унив.изд-во, 2012 г.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>уметь</b>		
- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	показывает топографическое расположение и строение органов и частей тела на таблице	Оценка результатов выполнения практических работ
- определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;	применяет методики определения возрастных особенностей строения организма человека	Наблюдение за ходом выполнения практической работы
- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;	демонстрирует применение знаний по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	Оценка выполнения самостоятельных работ по В.М. Монахову;
- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;	определяет антропометрические показатели, оценивает их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживает динамику изменений;	Оценка на обобщающих уроках
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий	отслеживает динамику изменений конституциональных	Оценка за выполнение СР Оценка за контрольную работу, экзамен

физической культурой;	особенностей организма в процессе занятий физической культурой	
В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>знать:</b>		
- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;	использует при устных и письменных ответах терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	Оценка за выполнение тестовых заданий, устные ответы.
- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;	описывает строение и функции систем органов здорового человека	Оценка за экзамен
- основные закономерности роста и развития организма человека;	перечисляет и описывает основные закономерности роста и развития организма человека	
-- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;	объясняет возрастные морфоанатомо-физиологические особенности человека	
- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;		
- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков		