

МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ



Государственное бюджетное
профессиональное образовательное
учреждение Московской области
«Училище (техникум) олимпийского
резерва №3»

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБУ МО «СШОР по
игровым видам спорта»

И.В. Сидорок
« 01 » сентября 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Заместитель директора

Н.В. Чупрова
« 01 » сентября 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01. Анатомия

Специальность 49.02.01 Физическая культура
(углубленная подготовка)

2020 г.
г.о. Химки

СОДЕРЖАНИЕ	стр.
1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7-14
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01. Анатомия.

1.1. Область применения программы

Рабочая программа общепрофессиональной дисциплины ОП.01. Анатомия является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности **49.02.01 Физическая культура**, Квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина Анатомия является одной из базовых, входит в профессиональный цикл общепрофессиональных дисциплин по программе углубленной подготовки.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;
строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;
основные закономерности роста и развития организма человека;
возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;
анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;
динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;
способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков.

Изучение данной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура предполагает формирование ряда **общих и профессиональных компетенций:**

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно- тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
- ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

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

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

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

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

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

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

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

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

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **162 часа** , в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **108 часов**;
практической работы обучающегося - **10 часов**,
самостоятельной работы обучающегося - **54 часа**

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ учебной ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>162</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>108</i>
в том числе:	
занятия на уроках	<i>108</i>
практические занятия	<i>10</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>54</i>
<i>Итоговая аттестация в форме экзамена</i>	

Наименование разделов и тем	ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ АНАТОМИЯ	Количество часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение. Предмет анатомия, методы и основные направления.	Содержание учебного материала Организм человека как единая целостная живая система. Положение человека как биологического вида в этой системе. Понятия о тканях, органах, системах органов. Организм и среда. Анатомия человека – науки, изучающая внешнее и внутреннее строение. Предмет анатомии, методы и основные направления. Значение анатомии для медицины, биологии и спорта.	2	1
Раздел 1.	Клетки и ткани	6	
Тема 1.1. Строение клетки	Содержание учебного материала Клетка как структурная единица организма .Строение клетки	2	2
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 1.2. Ткани.	Содержание учебного материала Понятие о тканях . Классификация тканей . Эпителиальная , соединительная, мышечная, нервная ткань, их строение , многообразие .	4	2
	Самостоятельная работа Решение тестов . Сообщение	2	
Раздел 2	Аппарат движение его состав и значение	12	
Тема 2.1. Пассивная часть двигательного аппарата – скелет.	Содержание учебного материала Строение костной ткани. Кость как орган: внешнее и внутреннее строение. Химический состав и физические свойства костей. Рост костей. Классификация костей. Соединения костей. Непрерывные, полупрерывные и прерывные соединения костей. Строение и классификация суставов. Значение соединения костей. Обзор скелета человека: отделы, характеристика костей отделов скелета. Особенности скелета человека в связи с прямохождением , выполнением трудовых операций, половые отличия. Осанка. Болезни скелета и их профилактика.	4	2

	<p>Практическая работа №1 Внутренне строение костей (микропрепарат) зарисовать в рабочую тетрадь и запомнить</p> <p>Внешнее строение костей (таблица- Скелет человека). Зарисовать трубчатые кости и запомнить их строение.</p>	2	2
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение	4	
Тема 2.2 Активный двигательный аппарат-строение мышц	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Поперечно полосатая скелетная мышечная ткань. Скелетная мышца как орган: строение. Классификация мышц. Основные закономерности работы мышц. Рефлекторный принцип деятельности скелетных мышц. Сократительные белки, мышечное сокращение, мышечный тонус, утомление мышц. Обзор скелетной мускулатуры. Мышечная деятельность как условие здорового образа жизни. Значение физических тренировок в развитии костно-мышечной системы.</p>	4	2
	Самостоятельная работа Решение тестов.	4	
Тема 2.3 Артрология	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Суставы. Оси вращения. Виды движений. Связки</p>	2	2
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Раздел 3.	Желудочно-кишечный тракт	8	
Тема 3.1 Пищеварительная система	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Отделы пищеварительного тракта, их строение. Ротовая полость, язык, зубы, их участие в пищеварении. Глотка, пищевод. Желудок: строение, желудочные железы, желудочный сок. Тонкий кишечник, его отделы, особенности строения стенки. Толстый кишечник: отделы, строение стенки.</p>	4	2
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 3.2	Содержание учебного материала	4	2

Анатомия печени и поджелудочной железы	Особенности макро - и микростроения печени и поджелудочной железы. УЗИ и КТ печени и поджелудочной железы.		
Раздел 4.	Анатомия органов дыхания	8	
Тема 4.1. Верхние дыхательные пути.	Содержание учебного материала	2	2
	Верхние дыхательные пути: носовая полость, носоглотка, ротоглотка, гортань: строение, функции.		
Тема 4.2. Нижние дыхательные пути	Нижние дыхательные пути: трахея, бронхи, их строение и функции.	2	2
	Практическое занятие № 2 Изучение бронхиального дерева по атласу, зарисовать и запомнить. Указать цифрами элементы трахеобронхиального дерева	2	2
Тема 4.3. Легкие. Топография	Содержание учебного материала	2	2
	Легкие, их местоположение, внешнее строение. Внутреннее строение легких. Плевра. Механизм вдоха – выдоха. Механизмы и эффективность газообмена в легких. Легочные объемы и их определение.		
	Самостоятельная работа. Решение тестов	2	
Раздел 5.	Сердечно - сосудистая система	12	
Тема 5.1. Сердце.	Содержание учебного материала	4	2
	Сердце: местоположение, внешнее строение. Внутреннее строение сердца: полости, стенка, клапаны. Функции сердца. Околосердечная сумка, ее строение и значение. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, проводимость, сократимость, автоматизм. Проводящая система сердца. Ее значение. Работа сердца: сердечный цикл, систолический и минутный объем кровотока, тоны сердца, электрокардиограмма. Регуляция работы сердца.		
	Самостоятельная работа Решение тестов.	2	
	Практическая работа № 3		

	1.Изучить строение сердца на муляже и показать камеры сердца и клапанный аппарат, аорту и легочный ствол. Клиническая картина остановки сердца	2	2
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 5.2. Кровеносные сосуды	Содержание учебного материала	4	2
	Кровеносные сосуды, их классификация, особенности строения. Основные закономерности и показатели движения крови по сосудам: давление, пульсовая волна, линейная скорость и время полного кругооборота, малый и большой круг кровообращения, коронарное кровообращение		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	4	
Тема5.3. Лимфатическая система	Содержание учебного материала	2	2
	Лимфатическая система, ее строение. Лимфатические сосуды и лимфатические узлы. Лимфа и лимфообращение.		
Раздел 6.	Кровь.	10	
Тема 6.1. Внутренняя среда организма	Содержание учебного материала	4	2
	Внутренняя среда организма. Понятие о внутренней среде организма и о гомеостазе. Строение, состав свойства и объем крови.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 6.2. Форменные элементы крови.	Содержание учебного материала	4	2
	Форменные элементы крови. эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их количество, строение. Кроветворные органы.		
	Практическая работа № 4 Определение группы крови (теоретические аспекты). Первая помощь при кровотечениях. Наложение жгута. Сердечно-легочная реанимация на тренажере Максим.	2	2
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Раздел 7	Нервная система	10	

Тема 7.1 Головной мозг	Содержание учебного материала	4	2
	Полушария головного мозга, мозжечок, средний и продолговатый мозг.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 7.2 Спинной мозг	Содержание учебного материала	2	2
	Строение спинного мозга. Сегмент спинного мозга. Проводящие пути спинного мозга. Спинальный рефлекс, связь его через пирамидные пути с головным мозгом		
	Самостоятельная работа Нервная система Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 7.3 Вегетативная нервная система	Содержание учебного материала	4	1
	Строение симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Раздел 8	Система органов мочевого выделения.	6	
Тема 8.1 Почки. Строение	Содержание учебного материала	4	2
	Роль, выделительных процессов для нормальной жизнедеятельности. Почки, их местоположения, внешнее строение. Жировая капсула почек. Внутреннее макро - и микроскопическое строение почек. Нефрон – структурная и функциональная структура почек. Процесс мочеобразования: фильтрационная фаза и реабсорбционная фаза. Регуляция мочеобразования.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 8.2. Мочевыводящие пути	Содержание учебного материала	2	2
	Строение мочеточника и мочевого пузыря. Объем мочевого пузыря. Остаточная моча. Анурия.		
Раздел 9.	Система желез внутренней секреции.	6	
Тема 9.1 Эндокринная система.	Содержание учебного материала	4	2
	Обзор эндокринной системы. Понятие о гормонах. Обзор эндокринной системы. Железы внутренней секреции, их гипо- и гиперфункции.		

	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 9.2 Железы внутренней секреции.	Содержание учебного материала	2	1
	Общие понятия о регуляции желез внутренней секреции. Гуморальная регуляция.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Раздел 10.	Анализаторы и органы чувств	4	
Тема. 10.1 Строение кожи	Строение кожи. Кожные производные – роговые образования и железы. Профилактика кожных заболеваний.	2	1
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.		
Тема 10.2 Анатомическое строение внешних анализаторов.	Содержание учебного материала	2	2
	Анализаторы кожи, вкуса и обоняния. Зрительный и слуховой анализатор, строение		
Раздел 11.	Конституция человека.	8	
Тема 11.1. Основы морфологии организма	Содержание учебного материала	4	1
	Конституционные особенности человека. Гиперстеник, нормостеник и гипостеник и их связь со спортивным занятием.		
Тема 11.2 Конституционные особенности спортсмена	Содержание учебного материала	2	2
	Понятие о конституции и соматотипе человека и их роль в спорте.		
	Практическая работа № 5 1. Основы соматометрии. Выполнить антропометрию в медицинском кабинете 2. Определение подвижности в суставах 3. Исследования осанки и свода стопы	2	2
	Самостоятельная работа Решение тестов	2	
Раздел 12	Сенсорные системы. Внутренний анализатор.	12	
Тема 12.1	Содержание учебного материала	4	2
	Зрительный анализатор. Зрительные рецепторы. Механизмы фоторецепции.		

Строение органа зрения	Определение остроты зрения. Близорукость и дальнозоркость. Нарушение цветовосприятия.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	4	
Тема 12.2..Слуховой анализатор	Содержание учебного материала	4	2
	Слуховой анализатор . Строение органа слуха: Наружное, среднее и внутреннее ухо. Строение кортиева (спирального) органа и роль волосковых клеток. Механизмы звуковосприятия.		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Тема 12.3 Вестибулярный анализатор.	Содержание учебного материала	4	2
	Вестибулярный анализатор. Полукружные каналы и преддверие улитки. Работа вестибулярного аппарата		
	Самостоятельная работа Решение тестов. Сообщение.	2	
Раздел 13.	Половая система человека.	4	
Тема 13.1 Строение женской и мужской половой системы.	Содержание учебного материала	2	2
	Строение женской и мужской половой системы. Половое созревание. Половой цикл. Гормональная регуляция полового цикла. Оплодотворение.		
Тема 13.2 Возрастные особенности органов и систем.	Содержание учебного материала	2	2
	Обзор репродуктивной системы мужчин и женщин. Особенности репродукции в молодом и старческом возрасте.		
Всего часов:	Максимальная учебная нагрузка (всего)	162	
	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	108	
	Из них аудиторных часов	98	
	Практических самостоятельных часов	10	
	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	54	

3. Условия реализации программы учебной дисциплины

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация рабочей программы дисциплины требует наличия учебного кабинета
Анатомия и физиология человека.

Оборудование учебного кабинета:

Плакаты, таблицы, схемы, муляжи

Технические средства обучения:

Телевизор, видеопроектор, персональный компьютер.

3.2. Информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1.Замараев В.А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей:
Издательство Юрайт, 2019 г.

Дополнительные источники:

1. М.Г. Ткачук, И.А. Степаник. Анатомия: учебник для студентов высш. учеб.
Заведений- М. Советский спорт, 2018.392 с.

2.Сапин М.Р. Анатомия человека для студ.пед. вузов. М. Издательский центр
“Академия”, 2017-432 с.

3.Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего
профессионального образования. Издательство Юрайт, 2020.

Интернет ресурсы:

1.Медицинская информационная сеть. Режим доступа:
<http://www.medicinform.net/>

2. Видеохостинг youtube

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

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

КОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки (таблицы).

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь: определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	практическая работа, составление схем проекции органов
определять возрастные особенности строения организма человека;	составление опорно-логических конспектов, фронтальный опрос, беседа, подготовка докладов, рефератов; фронтальный, индивидуальный опрос
применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;	
определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся;	практическая работа, заполнение таблиц, зачет, письменный индивидуальный опрос, тестирование
отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом;	составление опорно-логических конспектов, подготовка докладов, рефератов
знать: 1.основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;	- оценка устного опроса; - оценка письменного опроса (сообщение); - оценка письменного тестирования;
2.строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;	практическая работа, составление схем проекции органов, зачеты, составление опорно-логических конспектов, заполнение таблиц, фронтальный и индивидуальный опросы; тестирование;
3.основные закономерности роста и развития организма человека;	доклады, беседа, индивидуальный опрос; опорно-логический конспект.

4.возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков	контрольный срез знаний, тестирование по отдельным разделам дисциплины доклады, беседа, индивидуальный опрос
---	---

Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля

Наименование элемента умений или знаний	Виды аттестации	
	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
У1. Определять топографическое положение и строение органов и частей тела	Устный опрос, практические работы	Дифференцированный зачет и экзамен
У2. Определять возрастные особенности строения организма человека	Практические работы, сообщения	
У3. Применять знания по анатомии в профессиональной деятельности	Устный опрос, самостоятельная работа- тесты	
У4. Определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений	Практические работы, устный опрос	
У5. Отслеживать динамику изменений конституционных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом	Практические работы, устный опрос	
З1. Основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека	устный опрос	
З2. Строение и функции систем	Устный опрос,	

органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, дыхательной, пищеварительной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами	письменные тесты, самостоятельная работа, практические занятия	
33. Основные закономерности роста и развития организма человека	Практические занятия, устный опрос	
34. Возрастная морфология, анатомио-физиологические особенности детей и подростков, молодежи	Сообщения, устный опрос, самостоятельная работа	
35. Механизмы адаптации к физическим нагрузкам	Устный опрос, самостоятельная работа	
36. Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляция движения	Устный опрос, выступления, сообщение	
37. Способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков	Устный опрос	