

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

\_\_\_\_\_ И.И. Готовцев

\_\_\_\_\_ 2018 г.

**Анатомия человека**  
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **естественных дисциплин**  
Учебный план 49.03.01 ФК ЗФО 1 курс.plx  
Направление 49.03.01 Физическая культура  
Квалификация **бакалавр**  
Форма обучения **заочная**  
Общая трудоемкость **5 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 180  
в том числе:  
аудиторные занятия 8  
самостоятельная работа 159  
часов на контроль 13

Виды контроля на курсах:  
экзамены 1  
зачеты 1

**Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	1		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	159	159	159	159
Часы на контроль	13	13	13	13
Итого	180	180	180	180

Программу составил(и):

*Старший преподаватель , Кардашевская Марианна Васильевна* \_\_\_\_\_

Рецензент(ы):

\_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

**Анатомия человека**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 16.10.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**естественных дисциплин**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2018 г. № \_\_\_\_

Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

Председатель НМС УГН(С)

\_\_\_\_\_ 2018 г.

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С) Коркин Е.В.

— \_\_\_\_\_ 2019 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры  
**естественных дисциплин**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2019 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

— \_\_\_\_\_ 2020 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры  
**естественных дисциплин**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2020 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

— \_\_\_\_\_ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры  
**естественных дисциплин**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2021 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

— \_\_\_\_\_ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры  
**естественных дисциплин**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2022 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.1	Цель дисциплины – создать целостное представление об организме человека, раскрыть механизмы адаптации его к физическим нагрузкам и тем самым способствовать медико-биологическому обеспечению современного спорта.
-----	--

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Ознакомительная
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Физиология человека
2.2.2	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности
2.2.3	ЛФК
2.2.4	Основы медицинских знаний и оказания первой помощи
2.2.5	Восстановительные средства в спорте
2.2.6	Допинг контроль в спорте
2.2.7	Здоровый образ жизни
2.2.8	Массаж
2.2.9	Спортивная медицина

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-1: Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач**

**Знать:**

Уровень 1	не полностью знает - понятие и классификация систем; - структуру закономерности функционирования систем;
Уровень 2	знает - понятие и классификация систем; - структуру закономерности функционирования систем;
Уровень 3	знает в полном объеме - понятие и классификация систем; - структуру закономерности функционирования систем;

**Уметь:**

Уровень 1	не полностью умеет - работать с информацией, представленной в различной форме;
Уровень 2	умеет - работать с информацией, представленной в различной форме;
Уровень 3	умеет в полном объеме - работать с информацией, представленной в различной форме;

**Владеть:**

Уровень 1	не полностью владеет - использованием методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);
Уровень 2	Владеет - использованием методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);
Уровень 3	владеет в полном объеме - использованием методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);

**ОПК-1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста**

**Знать:**

Уровень 1	не полностью знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии; - химический состав организма человека; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;
-----------	---

Уровень 2	занет морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии; - химический состав организма человека; - анатомио-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;
Уровень 3	знает в полном объеме морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии; - химический состав организма человека; - анатомио-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	не полностью умеет - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;
Уровень 2	умеет - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;
Уровень 3	умеет в полном объеме - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	не достаточно владеет - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений;
Уровень 2	владеет - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений;
Уровень 3	владеет в полном объеме - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений;

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	основные принципы работы функциональных систем организма человека, как в покое, так и при различных режимах мышечной деятельности;
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	разбираться в механизмах регуляции физиологических функций, обеспечивающих возможность осуществления мышечной работы, так и достижение предельных результатов спортивной деятельности;
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	методами исследований физического состояния человека в покое и при работе

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1.</b>						
1.1	Введение в предмет. Уровни организации организма. /Лек/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.2	Учение о костях. /Лек/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.3	Мышцы спины, груди и живота. /Пр/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.4	Учение о мышцах /Лек/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.5	Учение о внутренних органах. /Лек/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	

1.6	Скелет верхних конечностей. /Пр/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.7	Скелет нижних конечностей /Пр/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.8	Пищеварительная система. /Пр/	1	1	УК-1 ОПК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.9	Введение в предмет. Уровни организации живого организма /Ср/	1	20			0	
1.10	Учение о мышцах /Ср/	1	20			0	
1.11	Динамическая анатомия /Ср/	1	20			0	
1.12	Учение о внутренних органах /Ср/	1	18			0	
1.13	Учение о сердечно-сосудистой и иммунной системе /Ср/	1	18			0	
1.14	Учение о костях /Ср/	1	20			0	
1.15	Учение об органах внутренней секреции /Ср/	1	20			0	
1.16	Учение о нервной системе и об органах чувств /Ср/	1	23			0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Текущие контроли:

1. Устный опрос по остеологии;
2. Устный опрос по синдесмологии;
3. Устный опрос по мышцам туловища;
4. Устный опрос по мышцам конечностей;
5. Устный опрос по анатомическому анализу.
6. Устный опрос по внутренним органам.
7. Устный опрос по сердечно-сосудистой и иммунной системам.
8. Устный опрос по центральной нервной системе и проводящим путям.
9. Устный опрос по периферической нервной системе.
10. Устный опрос по вегетативной нервной системе и органам чувств.

Рубежные контроли:

1. Тестирование по остеологии и синдесмологии.
2. Контрольная работа по функциональной анатомии опорно-двигательного аппарата. Проводится по специально разработанным картам, которые студент должен заполнить. Студент должен дать характеристику и детали строения и движений в одном предложенном суставе и перечислить мышцы, действующие в данном суставе вокруг осей.
3. Тестирование по внутренним органам сердечно-сосудистой системе.
4. Контрольная работа в конце семестра по комплексному кровоснабжению и иннервации опорно-двигательного аппарата. Проводится по специально разработанным картам, которые студент должен заполнить. Студент должен указать, какие сосуды и нервы обеспечивают предложенные на картинке мышцы туловища и конечностей.

### 5.2. Темы письменных работ

### 5.3. Фонд оценочных средств

Система контроля за ходом и качеством усвоения студентами содержания данной дисциплины включает следующие виды: Текущий контроль – проводится систематически с целью установления уровня овладения студентами учебного материала в течение семестра. К формам текущего контроля относятся: опрос, тестирование (Т), контрольной работы (К). Выполнение этих работ является обязательным для всех студентов, а результаты являются основанием для выставления оценок (баллов) текущего контроля.

Промежуточный контроль – оценка уровня освоения материала по самостоятельным разделам дисциплины. Проводится в заранее определенные сроки. Проводится два промежуточных контроля в семестр. В качестве форм контроля применяют коллоквиумы, контрольные работы, самостоятельное выполнение студентами домашних заданий с отчетом (защитой), тестирование по материалам дисциплины.

Итоговый контроль – оценка уровня освоения дисциплины по окончании ее изучения в форме зачета (экзамена).

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) включает в себя:

- Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- Описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания;
- Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта

деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;  
- Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Фонд оценочных средств прилагается к рабочей программе дисциплины как приложение.

Фонд оценочных средств (ФОС) - комплекты методических и оценочных материалов, методик и процедур, предназначенных для определения соответствия или несоответствия уровня достижений обучающихся планируемому результату обучения. ФОС должны соответствовать ФГОС и ООП, целям и задачам обучения, предметной области, быть достижимыми, исполнимыми, включать полноту представления материалов.

При составлении ФОС для каждого результата обучения по дисциплине, модулю, практике необходимо определить этапы формирования компетенций, формы контроля, показатели и критерии оценивания сформированности компетенции на различных этапах ее формирования, шкалы и процедуры оценивания.

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Оценка качества освоения ООП базируется на ФГОС ВО по направлению подготовки – «Физическая культура» и включает: разработку объективных процедур оценки уровня знаний и умений обучающихся, компетенций выпускников; регулярного проведения самообследования по согласованным критериям для оценки качества усвоения дисциплины посредством тестирования.

Оценка качества освоения ООП бакалавриата включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся и итоговую аттестацию студентов (экзамен). Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям ООП (текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация) создаются фонды оценочных средств, включающие типовые задания, тесты и методы контроля, позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Текущий и промежуточный контроль результатов изучения дисциплины

При изучении дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль осуществляется в течение изучения отдельного раздела по всем видам занятий, промежуточный контроль осуществляется при проверке тестовых заданий по вопросам изучаемого курса.

Текущая аттестация (контроль) работы студентов осуществляется в процессе учебной деятельности. В течение изучения отдельного раздела на каждом виде занятий (лекция, практическое занятие, самостоятельная работа) студентам выставляются отметки (баллы). Если по каким-либо уважительным причинам студент не присутствовал на обязательных видах занятий, ему предлагаются другие виды работы (контрольные работы, реферат, тестирование), которые также оцениваются преподавателем.

### 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 6.1. Рекомендуемая литература

##### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Иваницкий М. Ф., Никитюк Б. А., Гладышева А. А., Судзиловский Ф. В.	Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры	Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018
Л1.2	Иваницкий М.Ф.	Анатомия человека: учебник	М: Олимпия, 2003

##### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Иваницкий М.Ф., Никитюк Б.А.	Анатомия человека	М.: Человек, 2011
Л2.2	М. М. Курепина, Ожигова А.П., Никитина А.А.	Анатомия человека : учебник для студентов вузов	М. : Гуманитар.издат.центр ВЛАДОС, 2014

#### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	
Э2	

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Office 2010
6.3.1.2	ЭО moodle
6.3.1.3	Adobe Reader
6.3.1.4	chrome

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Научная библиотека
6.3.2.2	Глоссарий.Ru
6.3.2.3	Мир энциклопедий
6.3.2.4	Электронно-библиотечная система

6.3.2.5	электронная библиотека ЧГИФКИС
6.3.2.6	доступ к образовательным ресурсам «Единое окно»
6.3.2.7	справочник химика – доступ свободный
6.3.2.8	Международная электронная энциклопедия "Википедия"
6.3.2.9	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний
6.3.2.10	Поисковая система "Google"
6.3.2.11	Поисковая система "Яндекс"

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №104.	Учебная аудитория	КР	Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (проектор;

#### 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебным планом на изучение дисциплины «Анатомия человека» предусмотрено проведение учебных занятий в форме лекций, а также семинарских занятий. Формой контроля знаний по итогам освоения предмета является зачет и экзамен. Одним из центральных звеньев в учебно – познавательной деятельности студентов является самостоятельная работа с учебным материалом. При самостоятельной проработке учебного материала необходимым элементом работы является конспектирование. Записи содействуют лучшему и прочному освоению знаний, по мере необходимости им можно пользоваться к зачету. Можно использовать следующие формы записей: цитирование, план, тезисы, аннотация, конспект. Прежде чем приступить к самостоятельной работе по изучению того или иного учебного материала, необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом и списком рекомендуемой литературы, затем необходимо прочитать записи лекций, ознакомиться с материалами учебного пособия и прочитать учебный материал. При составлении конспектов необходимо исходить из последовательности изложения учебного материала, раскрывая содержание темы по вопросам, данным в тематическом плане. Содержание тематических планов совпадает с порядком изложения учебного материала в учебнике, пособии, обучающем тексте.

Конспекты рекомендуется вести в отдельной тетради. В начале конспектов лучше сделать оглавление, что впоследствии дает возможность быстро отыскать в тетради нужную тему. Кроме того, следует указывать источники, по которым составляется конспект, авторы, год написания. Для того, чтобы в процессе освоения учебных материалов больше участвовала зрительная память, подчеркивайте цветными маркерами выводы, формулы или наиболее важные мысли.

**Методические рекомендации преподавателю**

Привлечение студентов к самостоятельной учебно – познавательной деятельности в области допинга, к активному сотрудничеству во время лабораторно-практических занятий является непременным условием их профессионального становления как педагогов – воспитателей. Согласно учебному плану стоит на 7 семестре. обучаются студенты профиля «спортивная тренировка» и «физкультурное образование». Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области естественных наук, формирования у студента современных представлений об организации, значимости, роли и задачах допинг-контроля в спорте и реализации их в своей профессиональной деятельности. Основные задачи курса: познакомить студентов с Всемирным антидопинговым кодексом, обязанностях и правах спортсменов при проведении допинг-контроля, о классификации разрешенных и запрещенных препаратов и методов, дается их характеристика, а также раскрываются общие принципы питания спортсменов. При обучении курса используются различные формы занятий: лекции и семинарские занятия, консультации.

Лекция призвана помочь студентам в их самостоятельной работе над учебными материалами, направить по нужному руслу, пробудить интерес к более детальному и глубокому изучению предмета.

Семинарские занятия служат дополнением к лекционному курсу. Он посвящен детальному изучению отдельной темы и проводится отдельно по учебным группам. Отличительной особенностью семинара является активное участие самих студентов в объяснении вынесенных на рассмотрение проблем и вопросов; преподаватель должен дать возможность свободно высказываться по обсуждаемому вопросу, помочь им правильно построить обсуждение. Такая учебная цель требует тщательной подготовки к семинару, в противном случае не будет действенным и превратится в скучный обмен вопросами и ответами. Семинары могут быть различными как по содержанию, так и по построению, организации работы. Обсуждаются заранее поставленные вопросы. Нужно заблаговременно ознакомить с планом семинарского занятия и рекомендуемой литературой. Можно проводить семинары в форме обсуждения докладов или рефератов. При этом для того, чтобы активно обсуждать проблему, аргументировано высказывать свою точку зрения, обмениваться мнениями и спорить в поисках истины – к нему должны готовиться все.