

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации №1355 от 27.10.2014г.

ОДОБРЕНА на заседании естественно-математических дисциплин

Протокол № 10 от «13» мая 2021 г.

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Постникова О.И.

Согласовано

Заместитель директора по УПР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Вергаскина Л.В.

Организация-разработчик:

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждении «Педагогический колледж» г. Бузулука

Разработчик:

Душкина Е.А., преподаватель ГАПОУ «Педколледж» г. Бузулука

# **СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **стр.** |
| ПАСПОРТ рабочеЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| СТРУКТУРА и содержание УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 8 |
| условия РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ дисциплины | 16 |
| 4.Контроль и оценка результатов Освоения учебной дисциплины | 17 |

**1. паспорт рабочей ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.03 АНАТОМИЯ**

**1.1. Область применения рабочей программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Приказа Минобрнауки России от 27.10.2014 N 1355 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Зарегистрировано в Минюсте России 24.11.2014 N 34956); Рабочей программы воспитания ГАПОУ «Педколледж» г. Бузулука по специальности 49.02.01 Физическая культура от 25.05.2021г.

Программа учебной дисциплины может быть использована для повышения квалификации и переподготовки учителей.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Анатомия» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура в составе профессионального цикла в части общепрофессиональных дисциплин.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины–требования к результатам освоения учебной дисциплины**

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

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;

- определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;

- применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;

- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;

- отслеживать динамику изменений конституционных особенностей организма в процессе занятий ФК.

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

- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;

- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая ЦНС с анализаторами;

- основные закономерности роста и развития организма человека;

- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;

- анатомо-физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;

- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;

- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков.

Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение обучающимися профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Формируемые общие и профессиональные компетенции

Формируемые общие компетенции:

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 руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

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, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые профессиональные компетенции:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты

учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные

технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов,

выступлений.

ПК. 3.4 Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

|  |  |
| --- | --- |
| **Личностные результаты**  **реализации программы воспитания**  *(дескрипторы)* | **Код личностных результатов  реализации  программы  воспитания** |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа» | **ЛР 4** |
| Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности. | **ЛР 7** |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства | **ЛР 8** |
| Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры | **ЛР 11** |
| **Личностные результаты**  **реализации программы воспитания,  определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности** | |
| Принимающий и транслирующий ценность детства как особого периода жизни человека, проявляющий уважение к детям, защищающий достоинство и интересы обучающихся, демонстрирующий готовность к проектированию безопасной и психологически комфортной образовательной среды, в том числе цифровой | **ЛР 13** |
| Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению: способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности | **ЛР 14** |
| Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии, готовность транслировать эстетические ценности своим воспитанникам | **ЛР 15** |
| **Личностные результаты**  **реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями** | |
| Проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость. | **ЛР 16** |
| Развивающий творческие способности, способный креативно мыслить | **ЛР 17** |
| Готовый к профессиональной конкуренции и конструктивной реакции на критику | **ЛР 18** |
| **Личностные результаты**  **реализации программы воспитания, определенные субъектами**  **образовательного процесса** | |
| Способный искать нужные источники информации и данные, воспринимать, анализировать, запоминать и передавать информацию с использованием цифровых средств; предупреждающий собственное и чужое деструктивное поведение в сетевом пространстве. | **ЛР 19** |
| Гибко реагирующий на появление новых форм трудовой деятельности, готовый к их освоению | **ЛР 21** |

**1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 117 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;

самостоятельной работы обучающегося 39 часов.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Объем часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **117** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **78** |
| в том числе: |  |
| лабораторные работы | 6 |
| практические занятия | 34 |
| курсовая работа (проект) (*если предусмотрено)* | - |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | **39** |
| **Промежуточная аттестация** в форме *дифференцированный зачета* 2 | |

# **2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.03. АНАТОМИЯ**

# 

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)** *(если предусмотрены)* | | **Объем часов** | **Уровень освоения** |
| **1** | **2** | | **3** | **4** |
| **Раздел 1.**  **Человек как целостная биологическая система** | | | **8** |  |
| **Тема 1.1.** Инструктивный обзор по изучению дисциплины. Анатомия как наука о строении организма человека | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Анатомия как наука и предмет преподавания. |  |  |
| 2. | Мировоззренческое, пропедевтическое (подготовительное) и практическое значение анатомии как естественнонаучной основы физического воспитания. |
|
| **Тема 1.2.**  Клетка | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Строение клетки. Форма, размеры клеток. Химический состав и физико-химические свойства клетки. |  |  |
| 2. | Органоиды общие и специальные. Ядро, ядерная оболочка, кариоплазма, ядрышко и хроматиновые структуры. |
|
| **Практические занятия** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Изучение строения клетки. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Составить схему «Стадии митоза». |  |  |
| **Тема 1.3.**  Ткани | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Эпителиальная ткань. Особенности строения и выполняемые функции. Классификация эпителиальной ткани. |  | 1 |
| 2. | Соединительная ткань. Общая характеристика и классификация соединительной ткани. |
| **Практические занятия** | | 4 | 2, 3 |
| 1. | Строение эпителиальной и нервной тканей. |  |  |
| 2. | Строение соединительной и мышечной тканей. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 3 |
| 1. | Составление кроссворда по теме «Ткани». |  |  |
| **Раздел 2.**  **Строениеи функции систем органов здорового человека** | | | **48** |  |
| **Тема 2.1.**  **Опорно- двигательный аппарат** | | | **16** |  |
| **Тема 2.1.1.**  Кость как орган. Типы костей | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Кость как орган. Классификация костей по строению, развитию и функции. |  |  |
| 2. | Характеристика типов костей. |
|
| **Лабораторные работы** | | 2 | 2, 3 |
| 1. | Химический состав кости и ее физические свойства. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Возрастные изменения костей». |  |  |
| **Тема 2.1. 2.**  Типы соединения костей | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Общая анатомия соединений костей. |  |  |
| 2. | Прерывные соединения, или суставы. Строение сустава. Классификация суставов по количеству соединяющих костей, по форме. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Составление словаря терминов |  |  |
| **Тема 2. 1.3.**  Скелет туловища | **Содержание учебного материала** | | 1 | 2 |
| 1. | Позвоночный столб. Отделы позвоночного столба. |  |  |
| 2. | Строение позвонка. Особенности строения шейных, грудных и поясничных позвонков. Крестец и копчик. |
| **Практические занятия** | | 2 | 2, 3 |
| 1. | Строение позвонков |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 2 | 2 |
| 1. | Рефераты «Возрастные особенности позвоночника», «Травмы ОДА на уроках физкультуры, первая помощь» |  |  |
| **Тема 2.1. 4.**  Скелет головы или череп | **Содержание учебного материала** | | 1 | 2 |
| 1. | Кости черепа. Мозговой и лицевой отделы черепа. |  |  |
| 2. | Соединение костей черепа. Швы. Височнонижнечелюстной сустав. |
| 3. | Функциональная характеристика черепа. Глазницы, полость носа, височная и подвисочная ямки. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 3 | 3 |
| 1. | Схематическое изображение отделов черепа: вид спереди, сбоку, дно мозговой части. |  |  |
| **Тема 2.1. 5.**  Скелет верхних и нижних конечностей | **Содержание учебного материала** | | 1 | 2 |
| 1. | Кости пояса верхних конечностей: лопатка и ключица. |  |  |
| 2. | Кости свободной верхней конечности: плеча – плечевая кость; предплечья – лучевая и локтевая кости; кости киста: кости запястья, пясти и пальцев. |
| **Практические занятия** | | 4 | 2, 3 |
| 1. | Кости верхней конечности и их соединения |  |  |
| 2. | Кости нижней конечности и их соединения |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 2 | 2 |
| 1. | Рефераты « Развитие и возрастные изменения скелета верхней конечности», «Влияние физических упражнений и спорта на строение и подвижность скелета нижней конечности ». |  |  |
| **Тема 2.1. 6.**  Общая характеристика мышц | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Функции мышечной системы: механическая, проприоцептивная, теплорегулирующая. Строение мышцы. |  | 1 |
| 2. | Классификация мышц туловища по областям: мышцы спины, шеи, груди и живота. Функции мышц туловища. |
| **Практические занятия** | | 2 | 2, 3 |
| 1. | Строение мышцы |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Бодибилдинг – телостроение». |  |  |
| **Тема 2.2. Кровеносная система** | | | **6** |  |
| **Тема 2.2.1.**  Общая характеристика кровеносной системы | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Состав и строение кровеносной системы. |  |  |
| 2. | Общая характеристика и классификация кровеносных сосудов. |
| 3. | Влияние различных факторов на функционирование сердца и кровеносных сосудов. Влияние физических упражнений и спорта на сердце. |
| **Лабораторные работы** | | 2 | 3 |
| 1. | Влияние физических упражнений на работу сердца |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Лимфатическая система человека». |  |  |
| **Тема 2.2. 2.**  Сердце: строение и работа | **Содержание учебного материала** | | 1 | 2 |
| 1. | Сердце. Форма, размеры и положение сердца. Проекция границ сердца на наружную поверхность грудной клетки. |  |  |
| 2. | Камеры сердца. Клапаны сердца, размеры, объем сердечных камер у спортсменов. |
|
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Влияние никотина и алкоголя на сердечно - сосудистую систему». |  |  |
| **Тема 2.2.3.**  Круги кровообращения. Кровеносные сосуды | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Большой и малый круги кровообращения, их функциональное значение. |  |  |
| 2. | Кровеносные сосуды. Строение стенки артерии, капилляра, вены. |
| **Практические занятия** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Артерии и вены большого кровообращения |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Профилактика сердечно - сосудистых заболеваний». |  |  |
| **Тема 2. 3. Пищеварительная система** | | | **4** |  |
| **Тема 2.3.1.**  Строение органов пищеварительной системы | **Содержание учебного материала** | | 2 | 1 |
| 1. | Общая анатомия пищеварительной системы, ее функциональное значение. Ротовая полость, глотка, пищевод, желудок, двенадцатиперстная кишка, тонкая кишка, толстая, прямая кишка. |  |  |
| 2. | Пищеварительные железы: строение и функции (печень, поджелудочная железа). |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Заболевания органов пищеварения». |  |  |
| **Тема 2.3.2.** Пищеварение. Питательные вещества |
| **Практические занятия** | | 2 | 3 |
| 1. | Строение ЖКТ, пищеварение, питание и физические нагрузки |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Питание спортсмена». |  |  |
| **Тема 2.4. Дыхательная система** | | | **4** |  |
| **Тема 2.4.1.**  Система органов дыхания | **Практические занятия** | | 2 | 2, 3 |
| 1. | Строение дыхательной системы. |  |  |
| 2. | Возрастные изменения органов дыхания |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Курение и его влияние на дыхательную систему». |  |  |
| **Тема 2.4.2.**  Дыхание. |
| **Лабораторные работы** | | 2 | 3 |
| 1. | Механизм дыхания. ЖЕЛ. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 2 | 2 |
| 1. | Рефераты: «Заболевания органов дыхания», «Правильное дыхание при физических нагрузках». |  |  |
| **Тема 2.5. Выделительная система** | | | **4** |  |
| **Тема 2.5.1.**  Органы мочевыделительной системы | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Почки, мочеточники, мочевой пузырь и мочеиспускательный канал. |  |  |
| **Практические занятия** | | 2 | 2, 3 |
| 1. | Строение мочевыделительной системы. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 3 | 2 |
| 1. | Изображение строения мочевыделительной системы: почка, нефрон, общий вид системы. |  |  |
| **Тема 2.5.2.** Механизмы образования и выведения мочи | **Содержание учебного материала** | | 1 | 1 |
| 1. | Образование мочи в почках. Физические и механические свойства мочи. Выведение мочи из почек. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 2 | 2 |
| 1. | Реферат «Заболевания органов мочевыделительной системы», «Питьевой режим спортсмена». |  |  |
| **Тема 2.6. Эндокринная система** | | | **8** |  |
| **Тема 2.6.1.** Эндокринная система |
| **Содержание учебного материала** | | 4 | 1 |
| 1. | Общая анатомия желез внутренней секреции. Гипофиз, шишковидное тело, щитовидная, паращитовидная, вилочковая железы, надпочечники, поджелудочная железа, половые железы. |  |  |
| 2. | Расположение, макро- и микроскопические строение, основные гормоны. Морфологические проявления в организме человека при гипо- и гиперфункции этих желез. |
| **Практические занятия** | | 4 | 2, 3 |
| 1. | Характеристика желез внутренней секреции. |  |  |
| 2. | Гуморальная регуляция организма |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 2 | 2, 3 |
| Реферат «Роль желез внутренней секреции в регуляции обмена веществ», «Допинг и антидопинговый контроль в спорте». | |  |  |
| **Тема. 2.7. Нервная система** | | | **6** |  |
| **Тема 2.7.1.**  Общая анатомия нервной системы | **Содержание учебного материала** | | 4 | 1 |
| 1. | Роль нервной системы в объединении частей организма в единое целое и установлении связи с внешней средой. |  |  |
| 2. | Строение нейрона. Нервные волокна. Нервные узлы. Рефлекс, рефлекторное кольцо. |
| 3. | Отделы нервной системы по строению и развитию организма: соматический и вегетативный (автономный), по топографическому принципу: центральный и периферический. |
| **Практические занятия** | | 2 | 3 |
| 1. | Строение и работа нервной системы. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Реферат «Стресс и его влияние на нервную систему». |  |  |
| **Раздел 3. Основные закономерности роста и развития организма человека** | | | 2 |  |
| **Тема3.1.**  **Основные**  **закономерности**  **роста и развития**  **организма человека** |
| **Содержание учебного материала** | | 2 | 2 |
| 1. | Внутриутробный и внеутробный периоды развития. Характеристика процессов роста и развития. |  |  |
| 2. | Внеутробный (постнатальный) период развития организма человека. Возрастная периодизация и ее значение в спортивной практике. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 3 | 2, 3 |
| 1. | Схематическое изображение периодов внутриутробного развития |  |  |
| 2. | Реферат «Возрастная периодизация и ее значение в спортивной практике». |  |  |
| 3. | Реферат «Постнатальный период развития человека» |  |  |
| **Раздел. 4. Возрастная морфология. Анатомо- физиологические особенности детей, подростков и молодежи** | | | **4** |  |
| **Тема 4.1.**  Возрастные изменения костной и мышечной системы | **Содержание учебного материала** | | 2 | 3 |
| 1. | Основные стадии развития костей. Возрастные особенности соединения костей. |  |  |
| 2. | Внутренние, внешние изменения мышц, изменения силовых показателей, изменение соотношения между сгибателями и разгибателями. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Возрастные особенности соединения костей». |  |  |
| **Тема 4.2.**  Возрастные изменения внутренних органов | **Содержание учебного материала** | | 2 | 3 |
| 1. | Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Возрастные изменения в строении воздухоносных путей и легких. |  |  |
| 2. | Возрастные изменения нервной системы. Возрастные особенности органов внутренней секреции. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Реферат «Биологический возраст человека». |  |  |
| **Раздел. 5. Анатомо- физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам** | | | 4 |  |
| **Тема 5.1.**  **Анатомо-**  **физиологические**  **механизмы адаптации к физическим нагрузкам** |
| **Практические занятия** | | 4 | 2, 3 |
| 1. | Изменения сердечно-сосудистой системы под влиянием физической нагрузки. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2 |
| 1. | Реферат «Формы спортивного отбора». |  |  |
| **Раздел. 6. Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движения** | | | **6** |  |
| **Тема 6.1.** Анатомическая характеристика положений тела | **Содержание учебного материала** | | 2 | 2 |
| 1. | Действующие силы: внешние, внутренние. Общий центр тяжести тела (ОЦТ). Центр объема тела. Удельный вес тела человека. Площадь опоры. Виды равновесия. |  |  |
| 2. | Положение стоя. Стойка на кистях. Вис на прямых руках. Вис на согнутых руках. Вис прогнувшись. Вис на стопах. Вис на согнутых ногах. Упор на параллельных брусьях. Гимнастический мост. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Составить описание «Анатомическая характеристика положение стоя» |  |  |
| **Тема 6.2.** Анатомическая характеристика поступательных движений тела | **Содержание учебного материала** | | 2 | 2 |
| 1. | Ходьба. Шагательные движения. Фазы двойного шага. ОЦТ тела при ходьбе. Работа мышц. |  |  |
| 2. | Бег. ОЦТ тела при беге. Работа мышц. Прыжок в длину с места. |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Составить описание «Анатомическая характеристика поступательных движений тела: бег». |  |  |
| **Тема 6.3.** Анатомическая характеристика вращательных движений тела | **Содержание учебного материала** | | 2 | 2 |
| 1. | Вращательные движения. Момент инерции. Сальто назад с места. Фазы исполнения. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Составить описание «Анатомическая характеристика вращательных движений тела: сальто вперед». |  |  |
| **Раздел 7. Способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков** | | | **4** |  |
| **Тема 7.1.** Функциональные нарушения у детей и подростков | **Практические занятия** | | 2 | 2, 3 |
| 1. | Функциональные нарушения зрения у детей и подростков. Профилактика воспалительных и невоспалительных заболеваний глаза. Функциональные нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и подростков: осанка, плоскостопие. Профилактика заболеваний глаза. |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | | 2 | 1 |
| 1. | Реферат «Функциональные нарушения опорно-двигательного аппарата», «Профилактика развития нарушений ОДА» |  |  |
| **Тема 7.2.**  Коррекция функциональных нарушений у детей и подростков | **Содержание учебного материала** | | 1 | 3 |
| 1. | Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков: осанка, плоскостопие. Коррекция зрения у детей и подростков. |  |  |
| **Практические занятия** | | 1 | 2, 3 |
| 1. | Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков: осанка, плоскостопие. |  |  |
|  | Дифференцированный зачет | | **2** |  |
| **Всего:** | | | **117** |  |

# **3. условия реализации УЧЕБНОЙ дисциплины**

**3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

|  |  |
| --- | --- |
| **Анатомия** | |
| учебная  аудитория | Оборудование учебной аудитории:   * комплект учебной мебели (столы, стулья, рабочее место педагога); * маркерная доска для мультимедиа; * мультимедиа-проектор; * ноутбук; * интернет; * комплект учебно-методической документации; * учебные пособия (методический ряд, видеозаписи); * наглядный материал; * комплект методических разработок; * постоянные микропрепараты: «Клетка», «Ткани»; * микроскопы; * рентгенограммы костей; * таблицы по анатомии; * муляжи сердца, головного мозга, глаза, уха, желез внутренней секреции; * наборы костей; позвонки, верхний и нижних конечностей, череп, скелет. |

# **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Основные источники:**

1. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022.

**Дополнительные источники:**

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. – Изд. 7-е. / Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – М.: Олимпия, 2012. – 624 с.

2. Леонтъева, Н.Н., Маринова, К.В. Анатомия и физиология детского организма: Учебное пособие для студентов педагогических институтов. – 5-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2013.

3. Сапин, М.Р., Билич, Г. Л. Анатомия человека. 2 тома. – 3-е изд., перераб. – М.: ОНИКС. Альянс В, 2013.

4. Сапин, М. Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): Учебник для студ. образоват. учреждений сред. проф. образования / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов. – 5-е изд., перераб. – М.: Издательский центр «Академия», 2015.-384 с.

5. Титова, К.Т., Гладышева, А. А. Анатомия человека: Учебное пособие для студентов педагогических колледжей. – 4-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2015.- 240 с.

# **4. Контроль и оценка результатов освоения УЧЕБНОЙ Дисциплины**

# **Контроль** **и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения**  **(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения** |
| ***уметь:***  - определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;  - определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;  - применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;  - определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;  - отслеживать динамику изменений конституционных особенностей организма в процессе занятий ФК.  *знать:*  - основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;  - строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая ЦНС с анализаторами;  - основные закономерности роста и развития организма человека;  - возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;  - анатомо-физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;  - динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;  - способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков. | *Текущий контроль в форме:*   * тестирование, кейс- метод; * составление сравнительных таблиц и их представление, кейс-метод; * разработка и представление комплекса физических упражнений, кейс – метод; * составление сравнительных таблиц и их представление, защита проекта, кейс – метод; * разработка и представление комплекса физических упражнений, кейс – метод; составление словаря терминов и его представление, кейс – метод; * защита рефератов, представление кроссвордов, раздаточного дидактического материала, кейс – метод; * составление сравнительных таблиц и их представление, кейс – метод; * составление и защита конспекта, кейс – метод; * защита рефератов, составление и защита конспекта, кейс – метод; * составление схем положения тела и их представление, кейс – метод; * разработка и представление комплекса физических упражнений, кейс – метод.   *Промежуточная аттестация в форме:*   * дифференцированного зачета |