

ПРИЛОЖЕНИЕ
к ОП по специальности
49.02.01. Физическая культура

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОП.09 АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

по специальности

49.02.01. Физическая культура

очной формы обучения

Квалификация специалиста среднего звена: «Педагог по физической
культуре и спорту»

Хасавюрт, 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 №742 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01. Физическая культура» (Зарегистрирован 22.09.2022 №70193).

Организация-разработчик: ГБПОУ РД «Профессионально – педагогический колледж имени З.Н. Батырмурзаева».

Разработчик: Забитова А. Р., преподаватель дисциплин естественного цикла ГБПОУ «Профессионально-педагогический колледж имени З. Н. Батырмурзаева».

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии математических и естественнонаучных дисциплин
Протокол №7 от 27.05.2025г.

Председатель ПЦК _____ Канбулатова А.И.
(подпись)

Рассмотрена и одобрена для применения в учебном процессе на заседании Методического Совета ГБПОУ РД «Профессионально – педагогический колледж им. З.Н.Батырмурзаева».
Протокол №5 от 28.05.2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.09 Анатомия и физиология человека».

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.09. Анатомия и физиология человека» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура.

С целью овладения учебной дисциплиной «ОП.09 Анатомия и физиология человека» обучающийся должен обладать общими (ОК) и профессиональными (ПК) компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга.

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК 3.3. Осуществлять контроль и учёт, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.

ПК 3.4. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую учебные занятия.

ПК 3.5. Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам.

ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

Требования к личностным результатам (ЛР):

ЛР 3. Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней.

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к

соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права

ЛР 6. Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации.

ЛР 9. Сознający ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.

ЛР 13. Осознающий социальную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, применяющий опыт физкультурно-спортивной деятельности при решении задач профессиональной деятельности.

ЛР 16. Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины, обучающимися осваиваются умения и знания:

ОК, ПК, ЛР	Уметь	Знать
ОК.01, ОК 08 ПК 1.3,	-распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; -анализировать задачу и/или	- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать; -алгоритмы выполнения работ в

ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16	проблему и выделять её составные части; -определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, -применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; -определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; - определять возрастные особенности строения организма; - применять знания по анатомии и физиологии в профессиональной деятельности; - определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений; - измерять и оценивать физиологические показатели организма человека - оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность; - оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в разновозрастные периоды; -отслеживать динамику	профессиональной и смежных областях; -методы работы в профессиональной и смежных сферах; -структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; - основные положения и терминологию анатомии и физиологии человека; - строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; - основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды; - возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения; - анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; - динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; - способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения; - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; - понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; - регулирующие функции нервной и эндокринной систем; - роль центральной нервной системы в регуляции движений;
---	--	---

	изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой - применять знания по анатомии и физиологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; - физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности
--	--	---

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОП.09 Анатомия и физиология человека»

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебных занятий

Виды учебных занятий	Объём в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	120
в том числе:	
лекции, уроки	48
практические занятия	56
в форме практической подготовки	56
Самостоятельная работа	8
Промежуточная аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОП.09 Анатомия и физиология человека»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации учебной деятельности обучающихся	Объём в часах	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение. Анатомия и физиология как наука. Общая анатомия и физиология человека. Тема 1. Анатомия и физиология нервной системы.	Содержание учебного материала.	14	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1. Введение. Предмет и задачи анатомии и физиологии. Связь с другими науками. Методы физиологических исследований. Общая характеристика нервной системы. Рефлекторная деятельность центральной нервной системы. Виды рефлексов. Нервные центры и их свойства. Головной и спинной мозг. Большие полушария головного мозга.	2	
	В том числе практических занятий.	6	
	Практическое занятие 1. Исследование рефлексов спинного мозга. Классификация соматических рефлексов спинного мозга по рецепторам (проприорецептивные, висцерорецептивные, кожные), по эффекторам рефлекса (рефлексы конечностей, брюшные, органов таза). Рефлексы конечностей (сгибательные, разгибательные, ритмические и рефлексы позы).	2	
	Практическое занятие 2. Рефлексы, осуществляемые продолговатым мозгом и мостом (вегетативные, защитные, соматические). Рефлексы, осуществляемые средним мозгом (статические и статокинетические).	2	
	Практическое занятие 3. Структуры мозжечка. Двигательные функции мозжечка. Структурно -функциональная характеристика промежуточного мозга. Структурно -функциональная организация лимбической системы.	2	
	В форме практической подготовки. Значение нервной системы для организма человека. Зарисовать в тетрадах строение рефлекторной дуги.	2	
	В форме практической подготовки. Роль анатомии и физиологии человека в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта.	2	
	В форме практической подготовки. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений: основные принципы организации движений, позно - тонических реакций, нисходящие моторные системы.	2	
	Содержание учебного материала.	8	

Тема 2. Анатомия и физиология анализаторов.	1. Структура и виды анализаторов. Рецепторы, их классификация. Взаимодействие анализаторов. Зрительный анализатор. Аккомодация.	2	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	2. Слуховой анализатор. Адаптация слуха. Органы равновесия, мышечного чувства и осязания, обоняния и вкуса.	2	
	В том числе практических занятий.	2	
	Практическое занятие 4. Структура и взаимодействие анализаторов.	2	
	В форме практической подготовки. Определение пространственного порога чувствительности различных участков кожи человека. Определение остроты и поля зрения, особенностей бинокулярного зрения. Определение вкусовых порогов чувствительности различных участков языка. Определение вестибулоустойчивости.	2	
Тема 3. Анатомия и физиология высшей нервной деятельности.	Содержание учебного материала.	10	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1. Типы высшей нервной деятельности. Их классификация. Сигнальные системы действительности (И.П.Павлова).	2	
	В том числе практических занятий.	4	
	Практическое занятие 5. Физиология, и типы ВНД.	2	
	Практическое занятие 6. Явление сна и гипноза. Память. Сон. Физиология сна.	2	
	В форме практической подготовки. Высшая нервная деятельность человека. Аналитическая и синтетическая деятельность коры больших полушарий.	2	
	В форме практической подготовки. Мотивации и эмоции. Холерический, сангвинический, флегматический и меланхолический типы нервной системы. Условный рефлекс, виды, торможение условного рефлекса. I и II сигнальные системы	2	
Тема 4. Анатомия и физиология двигательного аппарата.	Содержание учебного материала.	10	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1. Строение двигательного аппарата. Строение и функции скелетных мышц. Мотонейрон. Иннервация мышц. Виды мышечной ткани. Нервно-мышечная передача. Утомление мышц. Факторы утомления	2	
	В том числе практических занятий.	4	
	Практическое занятие 7. Работа мышц. Управление движением.	2	
	Практическое занятие 8. Значение физических упражнений для формирования системы опоры и движения.	2	
	В форме практической подготовки. Работа с использованием анатомических моделей суставов. Изучение объема движений в суставах. Пассивная и активная части опорно - двигательного аппарата. Строение суставов. Виды движений в суставах	2	

	В форме практической подготовки. Изучение костей черепа. Демонстрация костей на скелете черепа. Изучение на анатомических препаратах строение костей туловища, проекцию основных образований позвоночного столба на поверхность тела человека. Демонстрация движения позвоночного столба. Изучение костей верхних и нижних конечностей на скелете.	2	
Тема 5. Анатомия и физиология пищеварительной системы.	Содержание учебного материала.	6	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Органы пищеварения. Методы изучения пищеварительной системы. Пищеварение в ротовой полости, желудке, кишечнике. Всасывание. Изменение питательных веществ в кишечнике. Печень и ее строение.	2	
	В том числе практических занятий.	2	
	Практическое занятие 9. Значение пищеварения. Основные функции пищеварительного аппарата.	2	
	В форме практической подготовки. Составление пищевого рациона. Влияние физической нагрузки на пищеварительные процессы.	2	
Тема 6. Анатомия и физиология крови и сердечно-сосудистой системы.	Содержание учебного материала.	10	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Состав и функции крови. Плазма крови. Лейкоциты как основа иммунитета. Строение и работа сердца. Понятие о системе кровообращения и его функциях.	2	
	В том числе практических занятий.	4	
	Практическое занятие 10. Эритроциты. Переливание крови.	2	
	Практическое занятие 11. Артериальное давление крови.	2	
	В форме практической подготовки. Механизмы иммунитета.	2	
	В форме практической подготовки. Значение лимфы. Минеральные соли крови.	2	
Тема 7. Анатомия и физиология дыхательной системы.	Содержание учебного материала.	10	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Органы дыхания. Газообмен в легких и тканях. Регуляция дыхания. Оказание первой помощи при остановке дыхания. Болезни органов дыхания.	2	
	В том числе практических занятий.	2	
	Практическое занятие 12. Сущность процесса дыхания. Механизм вдоха и выдоха. Механизмы регуляции дыхания. Произвольное управление дыханием.	2	
	Практическое занятие 13. Гуморальные и рефлекторные влияния на дыхательные движения. Определение показателей внешнего дыхания в покое и после физических нагрузок.	2	
	В форме практической подготовки. Особенности дыхания при различных условиях. Дыхание при мышечной работе. Влияние факторов среды на развитие дыхательной системы.	2	

	В форме практической подготовки. Определение дыхательных объемов и емкостей (спирометрия). Запись дыхательных движений у человека.	2	
Тема 8. Физиология обмена веществ и энергии.	Содержание учебного материала.	14	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Понятие об обмене веществ. Обмен белков, значение и функции белков. Обмен углеводов. Его регуляция	2	
	2.Обмен неорганических веществ. Регуляция обмена веществ.	2	
	3.Витамины. Энергетический обмен. Гигиена питания.	2	
	В том числе практических занятий.	4	
	Практическое занятие 14. Определение норм питания. Правильное питание, соответствующее энергозатратам организма.	2	
	Практическое занятие 15. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ.	2	
	В форме практической подготовки. Создание проекта «Азбука правильного питания».	2	
	В форме практической подготовки. Роль органических и неорганических веществ в жизнедеятельности организма человека.	2	
Тема 9. Основы цитологии и гистологии.	Содержание учебного материала.	18	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1. Клетка. Строение и химический состав клетки.	2	
	2.Ткани. Типы тканей и их свойства.	2	
	3.Строение и функции кожи. Гигиена кожи. Первая помощь при обморожениях.	2	
	В том числе практических занятий.	6	
	Практическое занятие 16.Клетка – структурная и функциональная единица организма. Строение эукариотической клетки.	2	
	Практическое занятие 17.Особенности тканей организма человека. Изучение с использованием таблиц тканей человеческого организма: эпителиальных, соединительных, мышечных. Расположение, особенности строения, функции.	2	
	Практическое занятие 18.Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.	2	
	В форме практической подготовки. Общий обзор организма человека.	2	
	В форме практической подготовки. Создание материалов-презентаций «Первая помощь при повреждении кожных покровов: ожоги, обморожения».	2	
	В форме практической подготовки. Оказание помощи при тепловом и солнечном ударе.	2	
Тема 10. Анатомия и	Содержание учебного материала.	18	ОК.01,
	1.Понятие о железах внутренней секреции. Железы внешней и смешанной секреции.	2	

физиология желез внутренней секреции.	В том числе практических занятий.	2	ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	Практическое занятие 19. Физиология желез внутренней секреции.	2	
	Практическое занятие 20. Основные гормоны, и их значение.	2	
	Практическое занятие 21. Регуляция деятельности желез внутренней секреции.	2	
	Практическое занятие 22. Роль гормонов при мышечной работе.	2	
	В форме практической подготовки. Создание проекта «Гормоны жизни».	2	
	В форме практической подготовки. Понятие о реакции напряжения, стресса.	2	
	В форме практической подготовки. Нарушения работы желез эндокринной системы.	2	
Раздел 2. Физиологические основы физических упражнений. Тема 1. Физиология физических упражнений.	Содержание учебного материала.	6	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Предмет и задачи физиологии физических упражнений. Основные направления физиологии физических упражнений. Виды мышечной работы. Классификация спортивных упражнений. Стереотипные циклические движения различной мощности.	2	
	В том числе практических занятий.	2	
	Практическое занятие 23. Гигиенические требования к спортивным сооружениям.	2	
	В форме практической подготовки. История развития физиологии физических упражнений в России. Классификация спортивных сооружений.	2	
Тема 2. Физиологические состояния организма в разные периоды выполнения мышечной работы.	Содержание учебного материала.	8	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Тема Стартовое, предстартовое состояния. Разминка. Ее значение и виды.	2	
	2.Врабатывание. Особенности периода вработывания у детей и подростков. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Утомление, фазы утомления.	2	
	В том числе практических занятий.	2	
	Практическое занятие 24. Динамика биохимических процессов в период отдыха после мышечной работы	2	
	В форме практической подготовки. Понятие физиологических состояний организма спортсмена. Работоспособность детей и подростков. Составление рекомендаций «Как уйти от мертвой точки и получить второе дыхание?» Средства восстановления в спорте.	2	
Тема 3. Физиологические основы произвольных движений.	Содержание учебного материала.	8	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5,
	1.Понятие об управлении движениями, об уровнях управления.	2	
	2.Двигательный навык. Формирование, фазы образования.	2	
	В том числе практических занятий.	2	
	Практическое занятие 25. Механизмы управления движением.	2	

	В форме практической подготовки. Механизм управления движением. Условия формирования двигательного навыка.	2	ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
Тема 4. Основы спортивной тренировки.	Содержание учебного материала.	20	ОК.01, ОК 08 ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 3.1.- ПК 3.6 ЛР.3,5,6,9,13,16
	1.Понятие о спортивной тренировке. Физиологические показатели тренированности.	2	
	2.Острое и хроническое физическое перенапряжение. Характеристика перетренированности и меры ее предупреждения	2	
	3.Общее представление о резервах организма человека. Механизмы их реализации.	2	
	4.Понятие о физическом развитии. Возрастные особенности.	2	
	В том числе практических занятий.	6	
	Практическое занятие 26. Влияние тренировки на работоспособность спортсменов.	2	
	Практическое занятие 27. Физиологические резервы организма.	2	
	Практическое занятие 28. Влияние спортивных направлений на состояние организма подростков и юношей.	2	
	В форме практической подготовки. Профилактика перетренированности.	2	
	В форме практической подготовки. Причины неэффективности тренировок спортсменов	2	
	В форме практической подготовки. Влияние спортивных направлений на состояние организма подростков.	2	
	В том числе самостоятельной работы.	8	
	Подготовка сообщения «Роль анатомии и физиологии человека в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта». Сила сокращения миокарда. Сократимость сердечной мышцы. Зависимость массы и размера сердца человека от его мышечной деятельности и состояния здоровья. Влияние физических нагрузок на сердечный выброс и ЧСС. Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки. Составление пищевого рациона. Влияние физической нагрузки на пищеварительные процессы. Изучение на анатомических моделях и муляжах органов и систем органов. Составить схему влияния гипофиза на остальные железы внутренней секреции. Сопоставить схему влияние стресса на железы внутренней секреции.		
	Всего	104	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОП.09 Анатомия и физиология человека»

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

Кабинет «Анатомии и физиологии человека», оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 примерной основной образовательной программы по специальности.

Лаборатория физической и функциональной диагностики, оснащённая в соответствии с п. 6.1.2.3 примерной основной образовательной программы по специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, 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. Обязательные печатные издания

1. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. - Изд. 16-е /Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского.-М.: Спорт, 2022.- 624 с.

2. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 182 с.

3. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 414 с.

4. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 416 с.

5. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 624 с.

6. Кабанов, Н. А. Анатомия человека: учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 464 с.

7. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 447 с.

8. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 Опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 373 с.

3.2.2. Электронные издания

1. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 182 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12305-0. — Текст: электронный

2. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232>.

3. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 416 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04247-4. — Текст: электронный

4. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст: электронный

5. Кабанов, Н. А. Анатомия человека: учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517179>

6. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 447 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6227-7. — Текст: электронный

7. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 Опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 373 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05819-2. — Текст: электронный

8. Пожарова, Г. В. Физиология физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / Г. В. Пожарова, Г. Г. Федотова, М. А. Гераськина. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 171 с. — ISBN 978-5-8156-1077-4. — Текст: электронный.

9. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 8-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 620 с. — ISBN 978-5-9500179-3-3. — Текст: электронный

10. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 132 с. — ISBN 978-5-507-46433-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/308762> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Караханян, К. Г. Анатомия и физиология человека. Сборник ситуационных задач: учебное пособие / К. Г. Караханян, Е. В. Карпова. — Санкт-Петербург: Лань, 2020 — 72 с. — ISBN 978-5-8114-3894-5. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/130175> (дата обращения: 05.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Кондакова, Э. Б. Рабочая тетрадь по анатомии и физиологии. Ответы: учебное пособие / Э. Б. Кондакова, И. Ю. Графова. — Санкт-Петербург: Лань, 2018 — 80 с. — ISBN 978-5-8114-2649-2 — Текст: электронный // Лань электронно-библиотечная система.-URL: <https://e.lanbook.com/book/101859> (дата обращения: 05.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Чинкин, А. С. Физиология спорта: учебное пособие: учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко - Москва: Спорт, 2016. - 120 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.09 Анатомия и физиология человека».

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:		
- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности - основные положения и терминологию анатомии и физиологии человека; - строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную	- владение и грамотное использование терминологии в области анатомии и физиологии человека; - поясняет строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами; - аргументированное выражение собственного мнения, согласованное с научными положениями; - поясняет анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;	Устный опрос, Проверочные работы, Тестирование Экзамен

нервную систему с анализаторами; - основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения; - анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; - динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; - способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения; - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности	- поясняет анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам - поясняет основные понятия динамической и функциональной анатомии систем обеспечения и регуляции движения; - перечисляет способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения; - грамотно поясняет физиологические процессы жизнедеятельности систем организма человека; - описание механизмов осуществления метаболических процессов и гомеостаза; - представление механизма развития физиологической адаптации человека;	
--	---	--

организма человека; - понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; - регулирующие функции нервной и эндокринной систем; - роль центральной нервной системы в регуляции движений - взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; - физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;	- воспроизведение механизма регулирующих функций нервной и эндокринной систем; -перечисление отделов центральной нервной системы обеспечивающих регуляцию движений; - перечисление механизмов обеспечивающих развитие функциональных возможностей организма; -перечисление методов определения двигательной активности; описание механизмов восстановления;	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		

-распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий - определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; - определять возрастные особенности строения организма;	- определяет топографическое расположение и строение органов и частей тела; - определяет возрастные особенности строения организма человека; -оперирует анатомическими терминами при анализе физических упражнений; -определяет антропометрические показатели, применяет знания по анатомии и физиологии для составления программы тренировок; применение и использование методик для определения показателей различных систем организма человека; Измерение А/Д, пульса, ЧДД и др. - применение методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных	Оценка результатов выполнения практической работы Наблюдение за ходом выполнения практической работы. Экзамен
--	--	--

-применять знания по анатомии физиологии в профессиональной деятельности; - определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений; - измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; - оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность; - оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в разновозрастные периоды; -отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой	функциональных проб для определения и оценивания функционального состояния; - применение методик оценивания влияния факторов внешней среды на организм человека в разновозрастные периоды; - проводит анатомический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека.	
---	---	--