Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.06.2022 17:32:00
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Чеченский государственный педагогический университет»
Кафедра теории и методики преподавания физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Зав. каф. ТМПФК Батукаев А.А.
_____
Протокол № 9 от 28 апреля 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (МОДУЛЯ)

дисциплины

«Анатомия человека»

Направление подготовки
44.03.01 - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профили подготовки
«Физическая культура»

Уровень образования
бакалавр

Форма обучения
Очная/Заочная

Грозный - 2021

1.ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель освоения дисциплины «Анатомия человека» – формирование готовности студентов к профессиональной деятельности для сохранения и укрепления здоровья людей, занимающихся физической культурой и спортом, профилактики у них патологических состояний и заболеваний, содействие рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта, оптимизации процессов пост нагрузочного восстановления и повышению работоспособности, продлению активного, творческого периода жизни.

Цели и задачи дисциплины «Анатомия человека» заключаются в формировании и обобщении в одной научной парадигме сведений по возрастной анатомии, физиологии, полученных студентами на предыдущих курсах.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Анатомия человека» к.м.03.04 (Б1.В.01.04) относится к обязательным дисциплинам блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль "Здоровьесберегающий") основной образовательной программы по профилям «Физическая культура».

Для освоения дисциплины «Анатомия человека» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплины «Возрастная физиология», «Физиология», «Морфология» и др.

Изучение дисциплины «Анатомия человека» является необходимой основой для прохождения научно-исследовательской и преддипломной практик, для подготовки к государственной итоговой аттестации.

3.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Дисциплина (модуль) направлена на формирование следующих компетенций выпускника:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

- ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов
- ПК-1. Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области.
- ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

Индикаторы достижения компетенций:

Код и наименование компетенции	**Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции**	**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических	**Знать:** - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; **Уметь:** - выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики; - выполнять индивидуально подобранные

	упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры **Владеть:** - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности; - простейшими приемами самомассажа и релаксации;
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	– ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. – ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. – ОПК-3.3. Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья. – ОПК-3.4. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления. ОПК-3.5. Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	**Знать:** - особенности функционального развития организма; - особенности анатомо-физиологического строения организма; - общие особенности построения процесса обучения в учреждениях общего и дополнительного образования. **Уметь:** - учитывать особенности возрастного и индивидуального развития обучающихся; - выстраивать педагогически оправданные взаимодействия с обучающихся различных социально-демографических групп. **Владеть:** - навыками осуществления образовательно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.
ПК-1. Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	ПК-1.1.Совместно с обучающимися формулирует проблемную тематику учебного проекта; ПК.1.2. Определяет содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности ПК.1.3. Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной	**Знать**: - законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта; - основы возрастной педагогики и психологии; - основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения. - основы педагогики физической культуры; - основы теории и методики физического воспитания; **Уметь**: - использовать в процессе обучения современные

	деятельности, в том числе в онлайн среде –	виды спорта и оздоровительные технологии; - реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся. - - разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов **Владеть**: - навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».
ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	– ПК-5.1. Владеет санитарно-гигиеническими правилами и нормами организации учебно-воспитательного процесса – ПК-5.2. Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе, оказывает первую доврачебную помощь обучающимся ПК-5.3. Применяет меры профилактики детского травматизма	**Знать:** - современные методики и технологии реализации образовательной деятельности в рамках основной общеобразовательной программы; основные подходы к реализации учебных программ, в том числе системно-деятельностный подход. **Уметь:** - разрабатывать учебные программы по физической культуре и спорту на основе государственных образовательных стандартов; **Владеть:** - навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по физической культуре и спорту.

4. ОБЬЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Таблица 1

Вид учебной работы	**«Анатомия человека»**	
	Очная форма	**Заочная форма**
	1 семестр	**2 семестр**
Аудиторные занятия (всего)	**48/1,33**	**8/0,22**
В том числе:		
Лекции	16/0,44	2/0,05
Практические занятия (ПЗ)	32/0,88	6/0,16
Самостоятельная работа (всего)	**24/0,69**	**55/1,52**
В том числе:		
Подготовка к практическим занятиям		
Подготовка к зачету	27//0,75	28\0,77
Вид промежуточной аттестации	экзамен	экзамен
Общая трудоемкость дисциплины Час./Зач. ед.	**72/2**	**72/2**

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Содержание разделов дисциплины

№	**Наименование раздела дисциплины**	**Содержание раздела**
1.	Раздел 1. Анатомия органов и систем. Опорно-двигательный аппарат.	
	Тема 1.1. Строение и	**1.Общие данные о строении и функциях опорно-двигательного аппарата**

	функции системы опоры и движения	Пассивная и активная части ОДА. Понятие о скелете и его функциях. Механические и биологические функции скелета. Кость как составная часть скелета. Строение кости. Костная ткань. Химический состав и физические свойства костей. Внешнее и внутреннее строение кости. Надкостница, ее функциональное значение.
		2.Строение кости. Соединения костей Классификация костей. Компактное и губчатое вещество костей. Особенности строения трубчатых, плоских, губчатых, смешанных и воздухоносных костей. Костный мозг. Стадии развития костей. Рост костей в толщину и в длину. Первичные и вторичные точки окостенения. Понятие об эндесмальном, перихондральном и энхондральном видах окостенения. Рост кости в длину и толщину. Внешние и внутренние факторы роста, развития и старения костей. Изменения костей при систематических физических нагрузках. Влияние механических нагрузок на интенсивность роста костей. Функциональные особенности роста кости. Основные закономерности функциональной обусловленности роста и строения костей. Значение нормы реакции в адаптации костей у спортсменов. Виды соединения костей. Характеристика непрерывных соединений костей (синдесмозы, синхондрозы, синостозы). Сустав, его строение и функции. Классификация суставов. Виды движения в суставах.
	Тема 1.2 Строение и функции скелета туловища	**1.Строение и функциональное назначение скелета туловища** Позвоночный столб, его расположение, функции и отделы. Возрастные особенности позвоночника. Особенности строения позвонков. Соединение позвонков. Физиологические изгибы позвоночного столба и их функциональное значение. Сколиозы, профилактика, способы коррекции нарушения осанки.
		2.Строение и функции грудной клетки Грудная клетка. Ребра. Соединения ребер. Форма грудной клетки. Возрастные особенности строения и функционирования грудной клетки. Влияние физических упражнений на строение, функцию и подвижность грудной клетки.
	Тема 1.3 Строение и функции скелета головы	**1. Строение черепа. Возрастные особенности строения черепа** Череп, его отделы и функции. Парные и непарные кости лицевого отдела черепа, их положение, строение, соединения, функции. Воздухоносные пазухи. Строение, положение и соединения костей мозгового черепа. Крыша черепа. Основание черепа. Возрастные особенности строения черепа. Профилактика травм костей черепа и

		их соединений.
	Тема 1.4 Строение и функции скелета верхней конечности	**1.Плечевой пояс** Строение и функции костей плечевого пояса: ключица, лопатка. Грудиноключичный, плечевой суставы: классификация, функции, оси вращения, форма суставных поверхностей, движения, связки, особенности движения.
		2. Плечо. Предплечье. Кисть Плечевая кость, строение и функции. Локтевой сустав: строение, функции, классификация, оси вращения, форма суставных поверхностей, движения, связки, особенности движения. Кости предплечья, строение, функции. Лучезапястный сустав, строение, функции. Строение и положение костей запястья, фаланг пальцев. Особенности строения суставов кисти их классификация, функции, оси вращения, формы суставных поверхностей, связки, движения. Возрастные особенности скелета верхней конечности. Влияние физических упражнений на строение и подвижность верхней конечности. Профилактика травматизма.
	Тема 1.5 Строение и функции скелета нижней конечности	**1. Кости нижней конечности** Бедренная кость, кости голени и стопы: строение и функции. Развитие и возрастные особенности скелета нижней конечности.
		2. Пояс нижних конечностей. Суставы нижней конечности Тазовые кости: строение, положение, функции, половые различия. Строение тазобедренного сустава, классификация, оси вращения, профилактика травматизма, возрастные и половые особенности таза. Коленный, голеностопный суставы: классификация, строение, формы суставных поверхностей, оси, движения, связки, особенности. Своды стопы, факторы, укрепляющие своды стопы. Влияние физических упражнений на строение, развитие и подвижность скелета нижней конечности. Профилактика травматизма. Способы коррекции функциональных нарушений свода стопы.
	Тема 1.6 Общая функциональная анатомия мышечной системы	**1. Общая характеристика и классификация мышечной ткани.** Факторы, влияющие на силу мышц Строение и функции гладкой и поперечно-полосатой мышечной ткани. Морфологические основы поперечно-полосатого мышечного волокна. Классификация мышечной ткани, принципы работы, механозм сокращения. Рычаговый принцип работы мышц. Мышечное утомление.
		2.Вспомогательный аппарат мышц. Фасции и связки. Кровоснабжение и иннервация мышц. Влияние физических упражнений на форму и работу мышц.
	Тема 1.7 Строение и функции мышц туловища	**1. Мышцы и фасции груди**. **Мышцы и фасции живота и тазового дна** Названия, места прикрепления и начала, положение. Проекция на теле, функции. Диафрагма, возрастные особенности. Мышцы вдоха и выдоха.
		2. Мышцы и фасции спины. **Мышцы и фасции шеи** Названия, места прикрепления и начала, положение. Проекция на

		теле, функции. Мышцы и фасции шеи, приводящие в движение позвоночный столб. Классификация положений тела. Понятие о внешних и внутренних силах, обуславливающих положение тела в пространстве.
	Тема 1.8 Строение и функции мышц головы и шеи	**1. Морфофункциональная характеристика мышц головы** Мимические и жевательные мышцы. Особенности строения, места начала и прикрепления, названия, функции.
		2. Мышцы шеи Поверхностные и глубокие мышцы шеи. Мышцы, участвующие в сгибании, разгибании и наклоне головы.
	Тема 1.9 Строение и функции мышц верхней и нижней конечности	**1. Мышцы пояса верхней конечности** Мышцы, действующие на грудино-ключичный и плечевой сустав. Особенности строения, функции, места начала и прикрепления, названия. Задняя группа мышц предплечья. Проекция мышц на теле. Мышцы, производящие движения пояса верхней конечности. **Мышцы плеча и предплечья**. **Мышцы кисти** Мышцы, действующие на локтевой и лучезапястный суставы. Особенности строения, места начала и прикрепления, названия, функции. Проекция мышц на теле.
		2. Мышцы и фасции бедра. Мышцы и фасции стопы Мышцы, действующие на тазобедренный и коленный суставы. Особенности строения, места начала и прикрепления, названия, функции. Проекция мышц на теле. **Мышцы и фасции голени** Мышцы, действующие на голеностопный сустав. Особенности строения, места начала и прикрепления, названия, функции. Проекция мышц на теле. Специфика действий внешних сил при положениях тела с верхней и нижней опорами. Характеристика работы мышц туловища, верхней и нижней конечностей. Особенности функционирования органов систем обеспечения в неестественных положениях тела.
	Раздел 2. Анатомия нервной системы	
	Тема 2.1 Строение и функции нервной системы	**1.Значение и строение нервной ткани** Структура и функция нервной системы. Белое и серое вещество. Строение нервных клеток. Рефлекторная дуга. Классификация нервной системы (центральная нервная система и периферическая, особенности строения и функции).
		2. Строение нервов Виды нервов. Общий план строения нерва, функции, возрастные особенности. Нервные окончания. Проводящие пути нервной системы: ассоциативные, комиссуральные, проекционные. Оболочки спинного и головного мозга, возрастные особенности.
	Тема 2.2. Строение и функции головного мозга и	**1. Строение головного мозга. Продолговатый мозг** Головной мозг, его топография, строение, функции. Стволовая часть, полушария мозга. Базальные ядра полушарий. Белое вещество, серое вещество головного мозга. Продолговатый мозг.

	черепно-мозговых нервов	
		2. Мост. Черепные нервы Мост, строение, топография, функции. Строение черепных нервов, расположение ядер, места отхождения от мозга и выхода из черепа. Основные ветви черепных нервов и области иннервации.
		3. Мозжечок. Средний мозг Мозжечок, строение, топография, функции. Средний мозг, строение, топография, функции.
		4. Промежуточный мозг Строение, топография, функции промежуточного мозга. Гипоталамо- гипофизарная система.
		5. Конечный мозг. Особенности ВНД человека Поверхности, доли, полюса, основные борозды полушарий. Желудочковая система головного и спинного мозга, циркуляция спинномозговой жидкости, места поступления в межоболочечные пространства. Подкорковые и корковые анализаторы, их строение, расположение, функции, возрастные особенности. ВНД. Возрастные особенности головного мозга. Профилактика черепно-мозговых травм.
	Тема 2.3 Спинной мозг и спиномозговые нервы	**1. Спинной мозг. Возрастные особенности спинного мозга** Положение, форма, строение и функции спинного мозга. Передние и задние корешки спинного мозга. Белое вещество спинного мозга. Проводящие пути. Спинномозговая жидкость. Кровоснабжение спинного мозга и его оболочек. Возрастные особенности спинного мозга.
		2. Спинномозговые нервы. Периферическая нервная система Строение и ветви спинномозговых нервов. Ветви шейного сплетения и иннервации. Ветви плечевого сплетения и иннервации. Иннервация межреберных нервов. Седалищный нерв: его ветви и области иннервации. Профилактика травматизма. Понятие о двигательных системах. Пирамидный путь, лобномостовой, височно-мостовой, корково-ядерный и корково-спинномозговой пути. Функциональное единство нисходящий путей. Классификация вегетативной нервной системы. Симпатические сплетения - прекардиальное, чревное, брыжеечные. Парасимпатическая иннервация органов головы, блуждающий нерв, тазовые нервы. Единство нервной системы, обеспечивающей устойчивое функционирование внутренних органов при адаптации организма к условиям среды.
	Тема 2.4. Строение и функции органов чувств	**1. Общая характеристика органов чувств** Строение органа зрения. Глазное яблоко, оболочки глаза. Аккомодационный аппарат глаза и оптическая система. Иннервация и питание глаза. Возрастные особенности органа зрения. Строение органа слуха и равновесия. Наружное ухо. Среднее ухо. Внутреннее ухо. Строение и функции вестибулярного аппарата. Восприятие звука. Возрастные особенности органа слуха и равновесия, профилактика травматизма.
		2. Кожа. Органы вкуса и обоняния

		Кожа, ее строение и функциональное значение, железы кожи, рецепторы кожи, производные кожи. Иннервация кожи. Гигиена кожи при занятиях физической культурой. Значение органов чувств при выполнении физических упражнений. Строение органа вкуса. Нервные пути и вкусовой корковый центр. Обонятельные рецепторы слизистой оболочки носовой полости. Нервные пути и корковый центр обоняния.
	Раздел 3. Анатомия внутренних органов	
	Тема 3.1	**1. Общий план строения внутренних органов** Строение внутренних органов, имеющих полости. Влияние физических упражнений на строение и расположение внутренних органов.
		2. Морфофункциональная характеристика органов пищеварения Полсть рта, глотка и пищевод, возрастные особенности. Желудок, кишечник, возрастные особенности. Топография и функция печени. Строение и функции поджелудочной железы, возрастные особенности. Брюшина. Париетальный и висцеральный листки брюшины, их строение и функциональное значение.
	Тема 3.2 Анатомия дыхательной системы	**1. Анатомия органов дыхания** Топография органов дыхания. Воздухоносные пути, их строение, расположение, значение, функции и возрастные особенности.
		2. Легкие Форма, строение, функция и топография легких. Долька легкого, строение, альвеолы. Структурно-функциональная единица легкого - ацинус. Плевра, париетальный и висцеральный листки. Плевральная полость. Средостение. Органы верхнего и нижнего средостения. Возрастные особенности, профилактика травматизма.
	Тема 3.3 Строение и функции мочеполовой системы	**1. Строение и топография мочевыделительной системы** Строение и функции почек, нефрона. Механизм образования мочи. Строение и расположение мочевыводящих путей, возрастные особенности, профилактика травматизма.
	Тема 3.4 Строение и функции эндокринной системы	**1. Железы внутренней секреции** Значение желез внутренней секреции для развития организма и регуляции его функций. Классификация и строение ЖВС. Щитовидная железа, строение, топография, функции. Вилочковая железа, строение, топография, функции. Надпочечники, половые железы, строение, топография, функции. Эндокринная часть поджелудочной железы. Возрастные особенности ЖВС.
		2. Гипоталамо-гипофизарная система Связь эндокринных желез с отделами головного мозга. Гипофиз, эпифиз, выделяемые ими гормоны и связь с гипоталамусом.
	Раздел 4 Строение и функции кровеносной системы	

	Тема 4.1 Общая анатомия кровеносной системы. Строение сердца	**1. Общая характеристика кровеносной системы. Классификация сосудов** Отделы сосудистой системы. Строение и функции артерий, их классификация и топография. Строение и функции вен, их классификация и топография. Строение и функции капилляров. Возрастные особенности кровеносных сосудов.
		2. Строение сердца Топография сердца, внешнее описание, функция, границы сердца. Строение стенок сердца. Клапанный аппарат сердца. Кровоснабжение и иннервация сердца. Возрастные особенности строения сердца и перикарда.
		3.Работа сердца Работа сердца Влияние физических упражнений на строение сердечнососудистой системы, а также на положение, размеры, строение и функции сердца.
		4.Круги кровообращения Большой круг кровообращения. Малый круг кровообращения. Возрастные особенности.
	Тема 4.2. Артерии большого кр уга кровообращения	**1. Аорта** Аорта, топография, строение, функции, отделы. Ветви восходящей аорты. Ветви дуги аорты. Грудная аорта, ее пристеночные и внутренностные ветви. Пристеночные ветви брюшной аорты.
		2. Артерии головы и шеи Подключичная артерия, ее ветви, области кровоснабжения. Артерии верхней конечности. Артерии грудной клетки и брюшной полости. Ветви наружной подвздошной артерии. Артерии нижней конечности. Тыльная артерия стопы и ее ветви. Подошвенные артерии.
	Тема 4.3. Вены большого кр уга кровообращения. Лимфатическая система	**1. Строение и функции венозной системы** Образование венозных сплетений, синусов, пещеристых тел. Вены, сопровождающие и не сопровождающие артерии. Образование полой вены и топография. Вены головы и шеи. Большая вена мозга. Вены верхней конечности. Межреберные вены. Притоки верхней и нижней полой вены. Притоки воротной вены. Вены таза. Особенности вен конечностей. Возрастные особенности вен большого круга кровообращения.
		2. Строение и функции лимфатической системы Органы кроветворения и иммунной системы, возрастные особенности. Строение лимфатической системы, ее функция. Расположение лимфокапилляров в тканях и органах, лимфатических сосудов и протоков. Лимфатические узлы, топография, строение, функции. Лимфатические сосуды.
	Тема 4.4. Анатомо-морфологические механизмы адаптации организма человека к	**1.Адаптации к физическим нагрузкам** Понятие об адаптации и преадаптации. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движения человека. Факторы, обусловливающие

	физическим нагрузкам	эффект адаптационных реакций: доза (интенсивность) воздействия, однократность и многократность действия, реакция организма. Понятие о норме реакции организма (его реактивности). Факторы, определяющие норму реакции. Стресс как механизм морфофункциональной адаптации. Фазы адаптации (тревога, сопротивление, истощение) и их морфологическая характеристика. Пути приспособления организма к физическим нагрузкам.
		2. Характерные черты адаптации спортсмена к физическим нагрузкам Особенности морфологических изменений разных систем организма при систематических физических нагрузках. Адаптация соединений костей. Изменения фиброзных, хрящевых и синовиальных соединений. Изменения компонентов сустава у спортсменов: суставных поверхностей, суставной сумки, суставной щели. Морфофункциональные изменения мышечных волокон на микро- и ультрамикроскопическом уровне. Перестройка сосудистого русла и моторной иннервации в мышцах. Изменение внешней формы мышц: объема, длины, соотношения мышечной и сухожильной частей. Внутренняя перестройка мышц: изменения направления и расположения мышечных волокон, строения эндомизия и перимизия. Топография силы мышц у спортсменов.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Самостоятельная работа студента Виды СРС

Количество часов самостоятельной работы равномерно распределяется в течение всего семестра, в соответствии с темами изучаемого курса. В самостоятельную работу студентов входит:

1. Изучение теоретического материала.
2. Установление взаимосвязи теоретического материала с предыдущей тематикой.
3. Изучение методов решения практических задач.
4. Решение типовых задач по изучаемой теме.
5. Разбор решенных задач на практических занятиях.
6. Закрепление знаний по теме путем расширенного изучения теоретического материала с использованием дополнительной литературы.
7. Подготовка вопросов по непонятным местам темы и отработка их на консультациях преподавателя.
8. Выполнение контрольной и домашней работы.
9. Решение тестовых заданий.

Примерный перечень тем рефератов (докладов)

1. Подготовка доклада по теме «Значение понимания закономерностей роста и развития организма человека для преподавателя физической культуры».
2. Подготовка доклада по теме «Возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи».

3. Создание презентации по теме «Классификация суставов по осям движения».
4. Подготовка доклада по теме «Возрастные и функциональные изменения костей и их соединений. Динамика изменений костной системы при систематических физических нагрузках. Коррекция функциональных нарушений скелета у детей и подростков».
5. Подготовка доклада по теме «Профилактика сколиозов. Набор упражнений для коррекции нарушений осанки».
6. Подготовка доклада по теме «Набор упражнений для укрепления скелета туловища».
7. Составление схемы «Кости черепа».
8. Подготовка доклада «Расовые различия в строении черепа: миф и реальность».
9. Подготовка доклада по теме «Влияние физических упражнений на строение и подвижность верхней конечности».
10. Составление таблицы по теме «Оси вращения суставов верхней конечности, профилактика травматизма».
11. Подготовка презентации по теме «Виды функциональных нарушений скелета нижней конечности, способы коррекции при помощи физических упражнений».
12. Подготовка доклада по теме «Профилактика травматизма нижней конечности на уроках физкультуры».
13. Подготовка доклада по теме «Химические реакции в организме человека при мышечной нагрузке, развитие утомления».
14. Подготовка доклада по теме «Влияние физических упражнений на форму и работу мышц».
15. Подготовка доклада «Влияние физических упражнений на строение и функциональное состояние мышц туловища человека».
16. Подготовка презентации «Возрастные особенности мышц туловища человека».
17. Составление схемы по теме «Мышцы головы».
18. Составление схемы по теме «Мышцы шеи».
19. Составление схемы по теме «Мышцы верхней конечности».
20. Составление таблицы по теме «Динамические изменения в мышцах при систематических физических нагрузках».
21. Подготовка доклада по теме «Влияние физических упражнений на функциональные нарушения нижней конечности (способы коррекции) у детей и подростков».
22. Составление схемы рефлекторной дуги.
23. Подготовка доклада по теме «Возрастные особенности нервной системы».
24. Заполнение схемы по теме «Строение головного мозга».
25. Заполнение схемы по теме «Области иннерваций спинномозговых нервов».
26. Составление буклета по теме «Возрастные особенности органа зрения».
27. Подготовка презентации по теме «Возрастные особенности органа слуха».
28. Составление фишбоуна «Пищеварение».
29. Подготовка инфографа «Возрастные особенности пищеварительной системы человека».
30. Подготовка реферата по теме «Возрастные особенности органов дыхания и проводящих путей. Профилактика травматизма органов дыхания на занятиях физической культуры».
31. Подготовка презентации по теме «Роль правильного дыхания на занятиях физической культурой».

32. Подготовка сообщения по теме «Возрастные особенности выделительной системы».

33. Заполнение таблицы по теме «Эндокринные железы человека и их функции».

34. Подготовка инфографа по теме «Возрастные особенности артерий и вен».

35. Подготовка доклада по теме «Влияние физических упражнений на строение и функции вен».

7. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

Текущий контроль: зачет, экзамен

Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Телосложение человека
2. Виды костей
3. Строение кости
4. Синартрозы.Гемиартрозы.Диартрозы
5. Строение и функции скелета человека
6. Соединение костей туловища
7. Кости: строение и свойства костной ткани, ее возрастные изменения. Классификация костей по строению, величине, форме.
8. Виды соединения костей
9. Общее строение и особенности позвонка в различных отделах позвоночника
10. Суставы: признаки сустава, классификация суставов (по форме, количеству сочленяющихся поверхностей, осей движения и т.д.). Примеры.
11. Связки, диски, мениски: строение, расположение, функциональная роль
12. Позвоночный столб: строение, отделы, изгибы. Возрастные особенности. Движения позвоночного столба
13. Грудная клетка: кости, их соединения; варианты формы грудной клетки
14. Соединение костей туловища
15. Пояс верхней конечности
16. Соединения костей пояса верхней конечности
17. Соединения костей свободной верхней конечности
18. Пояс нижней конечности
19. Череп: кости, их строение, соединения; возрастные особенности.
20. Соединение костей нижней конечности
21. Мозговой череп
22. Лицевой череп
23. Соединение костей черепа
24. Строение и функции скелетных мышц
25. Мышца как орган: строение, функции. Классификация мышц по форме, строению, расположению, функции
26. Закономерности расположения мышц. Вспомогательный аппарат мышц
27. Мышцы спины: начало, прикрепление, функции
28. Мышцы груди: начало, прикрепление, функции
29. Мышцы живота: начало, прикрепление, функции
30. Мышцы плечевого пояса: начало, прикрепление, функции
31. Мышцы свободной верхней конечности: начало,прикрепления, функции
32. Мышцы таза: начало, прикрепления, функции
33. Классификация мышц
34. Общая характеристика поверхностных и глубоких мышц спины и фасций
35. Поверхностные и собственные мышцы груди и их функции
36. На какие группы делятся мышцы головы
37. Основные жевательные мышцы, их положение и функции
38. Мышцы плечевого пояса и их функции
39. Какая самая длинная мышца тела человека. Где она прикреплена
40. Назовите мышцы тела.

41. Общая характеристика органов дыхания (взаимное расположение, особенности строения, функции).
42. Воздухоносные пути (топография, строение, функции).
43. Легкие (топография, строение, функции).
44. Общая характеристика органов системы пищеварения (взаимное расположение, особенности строения, функции).
45. Пищеварительный тракт (органы, их топография, строение, функции).
46. Пищеварительные железы (крупные, мелкие, строение, функции, топография).
47. Брюшная полость (стенки, органы).
48. Общая характеристика органов кровообращения (органы, их строение, взаимное расположение, функции).
49. Сердце (топография, строение, функции, проекция на грудную клетку).
50. Артерии большого и малого кругов кровообращения (строение стенки, топография артериальных сосудов).
51. Вены большого и малого кругов кровообращения (строение стенки, топография венозных сосудов. Воротная вена).
52. Общая характеристика лимфатической системы (сосуды, органы, их взаимное расположение).
53. Общая характеристика нервной системы (нервная клетка, ткань, классификация по топографическим и функциональным признакам; функции).
54. Спинной мозг: расположение, строение, функции.
55. Головной мозг: расположение, строение, функции.
56. Отделы головного мозга (их взаимное расположение, основные функции).
57. Спинномозговые нервы (образование, топография, функции).
58. Вегетативная нервная система (центры, сплетении, стволы, функции).
59. Анализаторы: общие сведения (на примере любого анализатора показать схему строения анализатора).
60. Орган зрения: составные элементы, строение, топография, функции.
61. Орган слуха и равновесия: строение, топография, функции.
62. Кожа: строение, функции, рецепторы кожи.
63. Эндокринная система (основные железы, строение, топография, функции).
64. Железы смешанной секреции (строение, топография, функции).
65. Мочевыделительная система (органы, их топография, строение, функции).

7.2. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

*Представлено в приложении №1 -семестр и форма аттестации -перечень вопросов к экзамену, зачету (при наличии); - перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины (модуля), практики, а также для ОП ВО, реализуемых по ФГОС 3++, индикаторов достижения компетенций; - описание показателей и критериев оценивания компетенций (индикаторов достижения компетенций), описание шкал оценивания; Типовые контрольные задания (типовой экзаменационный билет) или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, в процессе освоения образовательной программы*_____.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов, обеспеченных указанной литературой	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке университета	Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD, DVD)	Обеспеченность обучающихся литературой, (5тр./4тр.)х100%))

Основная литература	Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник для институтов физической культуры / Иваницкий М.Ф.. — Москва : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/74290	100%
	Иваницкий М.Ф. Анатомия человека:Учеб.ВУЗов.-8-е изд.-М.:Человек, 2011-624с.,ил.			**30**		100%
	Билич Г.Л. Атлас анатомии человека. Том 1 : учебное пособие / Билич Г.Л., Николенко В.Н.. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. — 488 с. — ISBN 978-5-222-21466-4. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/59336 .	100%
Дополнительная литература	Догуревич, О. А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебное пособие / О. А. Догуревич. — 2-е изд., перераб. и доп. — Пенза : ПГУ, 2018. — 130 с. — ISBN 978-5-907102-09-5. — Текст электронный				ЭБС Лань URL: https://e.lanbook.com/book/162253	100 %
	Красноперова Н.А. Возрастная анатомия и физиология : практикум / Красноперова Н.А.. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-4263-0459-8. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/72485 .	100 %
	Тулякова О.В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / Тулякова О.В.. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/93803	100 %

8.2. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks (www.iprbookshop.ru)
2. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» https://urait.ru/)
3. Электронно-библиотечная система«Лань» (https://e.lanbook.com/)
4. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (https://icdlib.nspu.ru/)
5. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU (https://www.elibrary.ru/)
6. СПС «КонсультантПлюс» (http://www.consultant.ru/)

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.5Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения для осуществления образовательного процесса	Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)	Адрес (местоположение)
Аудитории для проведения лекционных занятий		
Лекционная аудитория - ауд. 3-06	Аудиторная доска, (столы ученические, стулья ученические)	Уч. корпус №2

	на 48 посадочных мест, компьютер - 1, проектор -1, интерактивная доска- 1	г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Компьютерный класс - ауд. 3-06	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Аудитория для практических занятий - ауд.3-06	Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Помещения для самостоятельной работы		
Читальный зал библиотеки ЧГПУ	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.	Электронный читальный зал. этаж 2 Библиотечно-компьютерный центр г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33

Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):

К.б.н., доцент ТМПФК Ф.С. Омархаджиева

СОГЛАСОВАНО:

Директор библиотеки Т.А. Арсагириева