Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Салимов Марат Ильдусович
cn=Салимов Марат Ильдусович,
o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК",
ou=Зам.директора по УР,
email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
2025.09.16 11:00:35 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной работе
_____М.И.Салимов

«30» января 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **«АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Форма обучения – очная, с применением дистанционных образовательных технологий

Объем программы- 6 часов

Екатеринбург 2025 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Анатомия человека»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 **«**Физическая культур для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры естественнонаучных дисциплин протокол № 5 от « 9 » января 2025 г.

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 5 от «30» января 2025 г.

Заведующий кафедрой. О.С. Рогов

Согласовано:

Декан ФПК и ППК М.В. Светлакова

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

код компе-тен-ции	Наименование компетенции	Степень реализации компетенции (полностью или частично)	Индикаторы достижения компетенции	Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников
1	2	3	**4**	5
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Способен планировать содержание занятий с учетом … анатомо-морфологических … особенностей занимающихся различного пола и возраста Курс2 / Семестр 3	**ОПК-1.1** **Знает** **Высокий уровень** - Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта; **Повышенный уровень** - Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; **ОПК-1.2** **Умеет** **Высокий уровень** Планировать образовательный процесс, занятия и (или) циклы занятий, разрабатывать сценарии досуговых мероприятий с учетом: - состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся **Повышенный уровень** Планировать образовательный процесс, занятия и (или) циклы занятий, разрабатывать сценарии досуговых мероприятий с учетом:	Приказ Минтруда России от 28.03.2019 N 191н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер" (Зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019N 54519) и требования ФГОС ВО по направлению подготовки49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) Код 05.003. Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся (код A).. Подготовка занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки (код B). Подготовка занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта (код C). Подготовка занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (код D).

			- состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья - в зависимости от контингента обучающихся); - особенностей группы обучающихся; специфики инклюзивного подхода в образовании (при его реализации) **ОПК-1.3** **Имеет опыт** Проведение с обучающимися лекций и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений;	
ОПК - 2	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Способен осуществлять спортивный отбор … в процессе занятий Курс2 / Семестр 3	**ОПК-2.1** **Знает** **Высокий уровень** - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств **Повышенный уровень** - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности **ОПК-2.2** **Умеет** **Высокий уровень**	

			- определять анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств **Повышенный уровень** - определять анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности человека; **ОПК-2.3** **Имеет опыт** - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;	
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития… занимающихся Курс2 / Семестр 3	**ОПК-9.1** **Знает** **Высокий уровень** - методики проведения антропометрических измерений; - методы контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека **Повышенный уровень** - методики проведения антропометрических измерений; - методы контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола - механические характеристики тела человека и его движений; **ОПК-9.2** **Умеет** **Высокий уровень** - проводить антропометрические	

			измерения; - контролировать состояние различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека **Повышенный уровень** - проводить антропометрические измерения; - контролировать состояние различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; **ОПК-9.3** **Имеет опыт** -проведения антропометрических измерений; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;	

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Трудоемкость
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	6
Лекции (Лек)	4
Практические занятия (Пр)	2
Самостоятельная работа	-

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоя-тельная работа (часы)
1.1.	Введение в анатомию, терминология. Номенклатура. Функциональная анатомия осевого скелета. Функциональная анатомия скелета конечностей.	*Лекции* История развития анатомии как науки. Формирование международной анатомической номенклатуры. Основная научная терминология. Строение позвоночного ствола: отделы позвоночника, общие закономерности строения позвонков, отличительные особенности строения позвонков различных отделов. Строение костей скелета черепа. Лицевой и мозговой череп. Функциональная анатомия костей плечевого пояса, плеча, предплечья, кисти. Функциональная анатомия костей тазового пояса, бедра, голени, стопы. *Практические/семинарские / лабораторные занятия* Основные термины принятые в анатомии. Нормальное анатомическое положение. Скелет в целом, части скелета. Строение позвонка. Строение костей черепа. Строение костей плечевого пояса, плечевой, лучевой , локтевой кости. Строение скелета кисти. Строение костей таза, бедренной кости, большой и малой берцовой костей, скелет костей стопы. Группы мышц спины, точки прикрепления, функции. Группы мышц живота, точки прикрепления, функция. Группы мышц груди, точки прикрепления, функции. Строение мышц шеи : выделенные группы, точки прикрепления. Функция. Фасции. Строение мышц головы : выделенные группы, точки прикрепления. Функция. Фасции. Мышцы плечевого пояса: точки прикрепления, функции. Мышцы плеча: группы, точки прикрепления, функции. Мышцы предплечья: точки прикрепления, функции. Мышцы кисти: точки прикрепления, функции. Мышцы тазового пояса: группы, точки прикрепления, фасции, функции. Мышцы бедра: группы, точки прикрепления, фасции, функции. Мышцы голени: группы, точки прикрепления, фасции, функции. Мышцы голени и стопы : группы, точки прикрепления, фасции, функции.	2 2	
1.2	Функциональная анатомия мышц	*Лекции* Функциональная анатомия мышц спины, груди, живота. Точки прикрепления.	2	

	туловища. Функциональная анатомия мышц шеи и головы. Функциональная анатомия мышц верхней конечности. Функциональная анатомия мышц нижней конечности.	Функции. Функциональная анатомия мышц шеи: группы мышц, функции. Функциональная анатомия мышц головы: группы мышц, функции. Функциональная анатомия мышц плечевого пояса, фасции, функция. Функциональная анатомия мышц плеча, группы, фасции, функция. Функциональная анатомия мышц предплечья, группы, фасции, функции. Функциональная анатомия мышц кисти, группы, фасции, функции Функциональная анатомия мышц тазового пояса: группы, функции. Функциональная анатомия мышц бедра: группы, функции. Функциональная анатомия мышц голени и стопы: группы, функции.		

3.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема практических занятий	Интерактивные формы проведения занятий
Заполнение рабочих тетрадей по остеологии и артрологии при прослушивании лекций и просмотра мультимедийного сопровождения лекционных тем	Кейс-задание
Заполнение рабочих тетрадей по миологии лекций и просмотра мультимедийного сопровождения лекционных тем	Кейс-задание

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ)

Текущий контроль сформированности компетенций проводится в виде обсуждения результатов рабочих тетрадей, тестирования, а также самостоятельно подготовленных студентами заданий.

Примерный проверочный тест

1

Вопросы для подготовки к устному вопросу

1. Анатомия как наука и предмет преподавания, Ее значение для тренеров и преподавателей физической культуры и спорта
2. Общее понятие о клетке.
3. Виды тканей. Строение и функция соединительной ткани.
4. Развитие организма. Этапы развития. Возрастная периодизация.
5. Виды тканей. Строение и функция эпителиальной ткани.
6. Части, поверхности, области тела человека. Плоскости симметрии, оси вращения.
7. Строение кости как органа. Строение длинных трубчатых костей.
8. Химические и физические свойства костей.
9. Развитие и рост костей. Надкостница, ее строение и значение.
10. Классификация соединений костей. Непрерывные и полупрерывные соединения.
11. Классификация суставов. Основные и вспомогательные элементы суставов.
12. Алгоритм суставов (схема изучения суставов).
13. Факторы, обуславливающие подвижность в соединениях кое гей.
14. Позвоночный столб, его отделы. Строение позвонка, его особенности к равных омелах.
15. Соединения позвоночного столба. Атланто-осевой и атланто-затылочный суставы.
16. Состав грудной клетки. Строение грудины и ребер.
17. Форма грудной клетки. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом,
18. Кости мозгового и лицевого черепа.
19. Соединения между костями черепа. Височно-нижнечелюстной сустав.
20. Контрфорсы черепа. Возрастные особенности черепа.
21. Строение и соединения костей пояса верхней конечности. Грудиноключичный сустав.
22. Строение плечевой кости и костей предплечья.
23. Строение костей кисти.
24. Строение плечевого сустава (по схеме).

25. Строение локтевого сустава (по схеме).
26. Строение лучезапястного сустава (по схеме).
27. Соединения костей кисти.
28. Строение тазовой кости.
29. Таз в целом. Особенности строения большого и малого таза. Половые отличия таза.
30. Строение бедренной кости и костей голени.
31. Строение костей стопы.
32. Тазобедренный сустав (по схеме).
33. Коленный сустав (по схеме)
34. Голеностопный сустав (по схеме).
35. Стопа как целое. Соединения костей стопы. Виды плоскостопия.
36. Классификация и строение мышц.
37. Строение и механизм сокращения мышечного волокна.
38. Вспомогательный аппарат мышц, его значение. Виды работы мышц.
39. Факторы, влияющие на силу мышц. Мышечный тонус.
40. Рычаговый принцип работы мышц. Антагонизм и синергизм мышц,
41. Мышцы, участвующие в движениях пояса верхних конечности
42. Мышцы, участвующие в движениях плеча в плечевом суставе.
43. Мышцы, участвующие в движениях предплечья в локтевом суставе.
44. Мышцы, участвующие в движениях кисти в лучезапястном суставе.
45. Собственные мышцы кисти.
46. Мынцы, участвующие в движениях бедра в тазобедренном суставе.
47. Мышцы, участвующие в движениях голени в коленном суставе.
48. Мышцы, участвующие в движениях стопы в голеностопном суставе.
49. Собственные мышцы стопы.
50. Мышцы, участвующие в сгибании позвоночного столба.
51. Мышцы, участвующие в разгибании позвоночного столба.
52. Мышцы вдоха основные и вспомогательные.
53. Мышцы выдоха. Функциональное значение мышц брюшного пресса.
54. Слабо защищенные места брюшной стенки, их функциональное значение.
55. Мышцы, участвующие в движениях нижней челюсти в височно-нижнечелюстном суставе.
56. Мимические мышцы, их особенности и функциональное значение.
58. Понятие о внешних и внутренних силах, обуславливающих положение тела в пространстве.
61. Анатомический анализ положения вертикальная стойка.
62. Анатомический анализ положения упор лежа.
63. Анатомический анализ положения гимнастический мост.
64. Анатомический анализ положения борцовский мост.
65. Анатомический анализ положения стойка на кистях.
66. Анатомический анализ положения угол в упоре на брусьях.
67. Анатомический анализ положения вис на прямых руках.
68. Анатомический анализ положения вис на согнутых руках
69. Анатомический анализ положения вис на подколенках.
70. Анатомический анализ положения вис на стопах.
71. Анатомический анализ движения прыжка в длину с места
72. Анатомический анализ движения сальто назад.
73. Анатомический анализ движения ходьба.
74. Анатомический анализ движения бег.
75. Общее понятие о внутренних органах. Классификация внутренних органов по строению и функции: полые и паренхиматозные органы.
76. Строение стенки полых внутренних органов.
77. Строение, функции и проекция слюнных желез. Строение, функции и проекция поджелудочной железы.

78. Внутреннее строение и функции печени.
79. Строение и функции полости рта и ее органов.
80. Строение, функции и проекция глотки.
81. Строение, функции и проекция пищевода.
82. Строение, функции и проекция желудка.
83. Строение, функции и проекция тонкой кишки.
84. Строение, функции и проекция толстой кишки.
85. Брюшина, ее строение, ход, образования и функциональное значение.
86. Строение и функции носовой полости. Особенности строения стенки дыхательных путей.
87. Строение, функции и проекция гортани.
88. Строение, функции и проекция трахеи и бронхов.
89. Внешнее строение легких: части, поверхности, доли. Отличия в строении правого и левого легких.

5. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Курсовые работы (рефераты) не предусмотрены.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Основная литература

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии)/М.Ф Иваницкий – М.: Терра-Спорт, -2014.- 624с.**8.2.**
2. Замараев, В.А. Анатомия для студентов физкультурных вузов/В. А. Замараев.-М.: Юрайт, 2017.- 416с.
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 464 с. — (Серия : Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/2719D740-D723-4EB5-B0EC-2E32AF4CF55B.

Дополнительная литература

1. Курепина, М. М. Атлас анатомии человека/М М. Курепина. – М: Владос, 1976.- 239с.

2. Анатомия человека: В 2 томах/ под ред. М.Р. Сапина. - М.: Медицина, 2007.

6.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
Российское образование http://www.edu.ru/
Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru
Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России) http://fano.gov.ru/ru/
Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/
Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru(link is external)
Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http ://biblioclub.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Программное обеспечение

При изучении данной дисциплины используется:

GNU GPL: Операционная система Linux + Офисный пакет LibreOffice + Браузер Chromium, Mozilla Firefox.

7.2. Материально-техническое обеспечение

При изучении данной дисциплины рекомендуется использовать:

Учебник. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии)/М.Ф Иваницкий – М.: Терра-Спорт, -2014.- 624с.**8.2.**

Атласы по анатомии человека

Учебно-методические пособия подготовленные на кафедре

Таблицы, муляжи и препараты имеющиеся на кафедре различных органов

Мультимедийный проектор, учебные классы