

**Компонент ОПОП 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профили) Безопасность жизнедеятельности. Туристско-рекреационная деятельность**

наименование ОПОП

**Б1.О.07.08**

шифр дисциплины

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Дисциплины  
(модуля)**

**Анатомия и физиология**

---

Разработчик (и):  
Ерохова Наталья Валерьевна  
ФИО

Декан факультета физической культуры и спорта  
должность

кандидат педагогических наук, доцент  
ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и  
адаптивной физической  
культуры

наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

\_\_\_\_\_ А.С. Шемереко  
подпись

**Мурманск  
2024**

## Пояснительная записка

Объем дисциплины 5 з.е.

### 1. Результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с индикаторами достижения компетенций, установленными образовательной программой

Компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
<p><b>ОПК-3</b> 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</p>	<p>ИД-1ОПК-3 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. ИД-2ОПК-3 Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. ИД-3ОПК-3 Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.</p>	<p>Знать: - функциональные и морфологические основы повышения жизнеспособности организма. - физиологию тренированности. Уметь: - создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. - определять функциональное состояние обучающегося и спортсмена. Владеть: - навыками обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся. - навыками современных методов и технологий обучения и диагностики.</p>
<p><b>ПК-5</b> Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области</p>	<p>ИД-1 ПК-5 Демонстрирует знание принципов проектирования, владения проектными технологиями. ИД-2 ПК-5 Разрабатывает и реализует индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области. ИД-3 ПК-5 Использует передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области.</p>	<p>Знать: - функциональные и морфологические основы повышения жизнеспособности организма. - физиологию тренированности. Уметь: - создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. - определять функциональное состояние обучающегося и спортсмена. Владеть: - навыками обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся. - навыками современных методов и технологий обучения и диагностики.</p>

<p><b>ПК-6</b> Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья</p>	<p>ИД-1 ПК-6 Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. ИД-2 ПК-6 Выбирает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей.</p>	<p>Знать: - функциональные и морфологические основы повышения жизнеспособности организма. - физиологию тренированности. Уметь: - создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. - определять функциональное состояние обучающегося и спортсмена. Владеть: - навыками обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся. - навыками современных методов и технологий обучения и диагностики.</p>
--	---	--

## 2. Содержание дисциплины (модуля)

### Тема 1. Опорно-двигательная система.

Строение кости как органа. Общий план строения скелета человека. Соединение костей скелета человека. Кости черепа, их соединение. Кости туловища и их соединение. Кости верхней конечности, ее соединение. Кости нижней конечности, ее соединение. Строение мышцы как органа. Классификация мышц. Вспомогательный аппарат мышц. Основные группы мышц. Мышцы головы и шеи. Мышцы туловища. Мышцы верхней конечности. Мышцы нижней конечности.

### Тема 2. Пищеварительная система.

Ротовая полость и ее органы. Пищевод. Желудок. Тонкий кишечник. Толстый кишечник. Поджелудочная железа. Печень.

### Тема 3. Дыхательная система.

Наружный нос, носовая полость, носоглотка. Гортань. Трахея, бронхи. Легкие. Дыхательные объемы.

### Тема 4. Сердечно-сосудистая система.

Кровеносная система. Органы кровообращения: сердце, кровеносные сосуды. Внешнее и внутреннее строение сердца. Типы кровеносных сосудов: артерии, капилляры, вены. Сосуды малого круга кровообращения. Артерии и вены большого круга кровообращения. Ветви дуги аорты, грудной и брюшной аорты. Системы верхней и нижней полой вен. Лимфатическая система.

### Тема 5. Выделительная (мочевая) система.

Строение и функции мочевой системы. Механизм образования мочи. Строение и функции женской половой системы. Строение и функции мужской половой системы.

### Тема 6. Нервная система.

Центральный и периферический отделы нервной системы. Понятие о соматической и вегетативной нервной системе. Оболочки мозга. Спинной мозг: строение, функции. Отделы головного мозга. Вегетативная (автономная) нервная система.

## **Тема 7. Анализаторы. Органы чувств.**

Анализатор, его звенья. Зрительный анализатор, орган зрения. Слуховой анализатор, орган слуха. Вестибулярный анализатор, орган равновесия. Анализатор мышечной чувствительности, орган мышечного чувства. Анализатор кожной чувствительности, орган кожной чувствительности. Обонятельный анализатор, орган обоняния. Вкусовой анализатор, орган вкуса.

### **3. Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины (модуля)**

- мультимедийные презентационные материалы по дисциплине (модулю) представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ;
- методические указания к выполнению практических представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ;
- методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) представлены на официальном сайте МАУ в разделе «Информация по образовательным программам, в том числе адаптированным».

### **4. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**

Является отдельным компонентом образовательной программы, разработан в форме отдельного документа, включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины (модуля);
- задания текущего контроля;
- задания промежуточной аттестации;
- задания внутренней оценки качества образования.

**5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы** (печатные издания, электронные учебные издания и (или) ресурсы электронно-библиотечных систем)

#### **Основная литература**

1. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 268 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/437343>.
2. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для академического бакалавриата / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 416 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/433238>.
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 464 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/427567>.
4. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для прикладного бакалавриата / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 141 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/429445>.

#### **Дополнительная литература**

5. Завьялова, Т. П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 167 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/EAD186D6-8374-4D59-BD96-C85F1573AFA2/profilaktika-narusheniy-oporno-dvigatel'nogo-apparata-u-obuchayuschihya#page/1>
6. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для академического бакалавриата / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва :



Подготовка к промежуточной аттестации	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Всего часов по дисциплине</b>	<b>180</b>	-	<b>180</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
/ из них в форме практической подготовки	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**Формы промежуточной аттестации и текущего контроля**

Экзамен	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Зачет/зачет с оценкой	зач/ О	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Курсовая работа (проект)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Количество расчетно-графических работ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Количество контрольных работ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Количество рефератов	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Количество эссе	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**Перечень практических занятий по формам обучения**

<b>№ п\п</b>	<b>Темы практических занятий</b>
<b>1</b>	<b>2</b>
	<b>Очная форма</b>
1	Тема 1. Опорно-двигательная система.
2	Тема 2. Пищеварительная система.
3	Тема 3. Дыхательная система.
4	Тема 4. Сердечно-сосудистая система.
5	Тема 5. Выделительная (мочевая) система.
6	Тема 6. Нервная система.
7	Тема 7. Анализаторы. Органы чувств.