

**Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»**

Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

(индекс и наименование дисциплины)

Специальность **49.02.03 Спорт**

На базе **основного общего образования**

Форма обучения **очная**

Курс **2** семестр **4**

Москва, 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП. 07 Анатомия и физиология человека разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт» (Зарегистрировано в Минюсте России 21.05.2021 N 63547) и учебного плана.

Организация-разработчик: институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ

Разработчик (-и): Коновалова И.И. - преподаватель, институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОП.07 Анатомия и физиология человека является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.03 Спорт.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01	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; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; 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
ОК 02	определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; использовать современное программное обеспечение оценивать практическую значимость результатов поиска; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации современные средства и устройства информатизации порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств

	оформлять результаты поиска	
ОК 08	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения
ПК 1.1	планировать тренировочный процесс с использованием различных методов, приемов и форм организации, с учетом этапа спортивной подготовки, группы занимающихся в ИВС; использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в ИВС при планировании тренировочных занятий;	требования федеральных стандартов спортивной подготовки по ИВС, определяющие особенности спортивной подготовки на различных этапах; теоретические и методические основы планирования тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки в ИВС
ПК 1.2	подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий ИВС с учётом задач спортивной подготовки; проводить тренировочные занятия по основным разделам спортивной подготовки в ИВС; использовать различные средства, методы, приемы формирования у занимающихся представлений о теоретических основах физической культуры, ИВС и интереса к занятиям физической культурой и спортом; использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, воспитания физических качеств; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; использовать собственный тренировочный опыт в ИВС при проведении тренировочных занятий;	теоретические и методические основы различных разделов спортивной подготовки в ИВС; разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий ИВС, особенности их эксплуатации; техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в ИВС; техника профессионально значимых двигательных действий ИВС; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы занятий на различных этапах спортивной подготовки в ИВС; условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом; методические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств в ИВС с учётом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей занимающихся; средства, методы, приемы формирования у занимающихся представлений о теоретических основах физической культуры, ИВС и

		<p>интереса к занятиям физической культурой и спортом;</p> <p>технику безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма на тренировочных занятиях;</p> <p>способы и приемы страховки и самостраховки в ИВС;</p>
ПК 1.3	<p>использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников</p> <p>разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач</p> <p>оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности</p> <p>организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия</p>	<p>формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>технология организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>технологии разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия</p> <p>методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий</p> <p>техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации</p> <p>техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю</p>
ПК 1.4.	анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность	подходы к анализу тренировочного процесса и соревновательной деятельности
ПК 1.7.	<p>анализа результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки на различных этапах</p> <p>анализа результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки на различных этапах</p>	<p>критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности к занятиям ИВС;</p> <p>методики массового и индивидуального отбора в ИВС;</p>

	анализа результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки на различных этапах анализа результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки на различных этапах	
ПК 1.8.	находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности; проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;	общероссийские антидопинговые правила и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; особенности антидопингового обеспечения в ИВС;
ПК 1.9.	вести учет собственной тренировочной и соревновательной деятельности; оценивать собственное физическое и психическое состояние, в том числе динамику его изменения; формулировать предложения и рекомендации по совершенствованию программ тренировок и тактики выступления на соревнованиях по результатам самоконтроля;	правила организации самоконтроля, методы и техники самоконтроля спортсмена; объективные и субъективные показатели самоконтроля за тренировочной и соревновательной деятельностью; основы анализа показателей самоконтроля;
ПК 2.1.	осуществлять планирование проведения учебных занятий с учетом избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья); определять задачи и содержание учебных занятий с учетом избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья);	требования к планированию учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта; теоретические и методические основы планирования учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;
ПК 2.2.	подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь с учетом задач учебного занятия;	сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы учебных занятий;

	<p>устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися, создавать педагогические условия для формирования на учебных занятиях благоприятного психологического климата, использовать различные средства педагогической поддержки учащихся; использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности учащихся (в том числе информационнокоммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья); использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья); применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; проводить учебные занятия в соответствии с требованиями дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта, в том числе с использованием средств базовых и новых видов физкультурноспортивной деятельности и избранного вида спорта;</p>	<p>условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом; формы, методы, средства и приемы организации деятельности учащихся (в том числе информационнокоммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья); методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья); технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма на учебных занятиях по физической культуре и спортом; способы и приемы страховки и самостраховки; особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ; подходы к анализу учебных занятий при освоении дополнительных общеобразовательных программ</p>
--	--	---

	<p>стимулировать и мотивировать деятельность и общение обучающихся на учебных занятиях;</p> <p>оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях;</p> <p>составлять протокол наблюдения учебного занятия с учётом цели анализа;</p> <p>устанавливать соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать результаты</p>	
ПК 3.1	<p>находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры</p> <p>планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой</p> <p>планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состоянием здоровья и организационными условиями занятий</p> <p>разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями</p>	<p>значение, место и основные исторические этапы становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании</p> <p>учебный предмет «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ</p> <p>требования и логику планирования учебного процесса по физической культуре</p> <p>общая цель и задачи физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода</p>
ПК 3.2.	<p>подбирать показатели и системы тестов для определения уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся;</p> <p>руководить действиями занимающегося во время выполнения тестирования;</p> <p>регистрировать и фиксировать контрольные показатели физической и функциональной подготовленности занимающегося;</p> <p>использовать контрольноизмерительные приборы и средства измерения;</p> <p>использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической</p>	<p>содержание и техники комплексного контроля уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся</p> <p>нормативы физической и функциональной подготовленности занимающихся;</p> <p>назначение и особенности использования контрольноизмерительные приборы и средства измерения при проведении тестирования физической и функциональной подготовленности занимающихся;</p>

	и функциональной подготовленности занимающегося; анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающегося; интерпретировать результаты тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося;	
ПК 3.3	определять пути самосовершенствования профессионального мастерства; обобщать передовой опыт подготовки спортсменов и разрабатывать предложения по его использованию; обобщать и анализировать собственный соревновательный и тренировочный опыт; представлять результаты собственной профессиональной деятельности;	источники, способы обобщения, представления и распространения опыта спортивной подготовки;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество ак. час.
Объем дисциплины	84
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	54
- теоретические занятия	18
- практические занятия	36
Самостоятельная работа	18
Промежуточная аттестация: в форме экзамена в 4 семестре	10+2К

Рабочая программа для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается индивидуально с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 07 Анатомия и физиология человека

Наименование разделов и тем	Вид учебного занятия	Содержание учебного материала	Объем в ак. час.	Формат проведения занятия	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5	6
Курс 2 Семестр 4					
Раздел 1. Опорно-двигательный аппарат			14		
Тема 1.1. Кости и их соединения	УЗ	Скелет головы (череп): мозговой и лицевой отдел.. Наружное основание черепа. Внутренняя поверхность основания черепа. Соединения костей черепа. Скелет туловища: позвоночник и грудная клетка. Соединения костей туловища	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление таблицы Виды суставов. Классификация движений в суставах	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	УЗ	Скелет верхней конечности: кости пояса и свободной верхней конечности. Скелет нижней конечности: кости пояса и свободной нижней конечности	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..

	ПЗ	Составление таблицы Соединения костей верхней конечности. Определение топографического расположения костей верхней конечности на модели скелета человека	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление таблицы Соединения костей нижней конечности. Определение топографического расположения костей нижней конечности на модели скелета человека	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 1.2. Мышечная система	УЗ	Строение мышечного волокна. Типы мышечных волокон. Двигательная единица. Вспомогательный аппарат мышцы: фасции, костно-фиброзные каналы, костные или хрящевые блоки, сесамовидные кости, синовиальные сумки. Мышцы-синергисты, мышцы-антагонисты. Мышцы-агонисты. Мышцы головы: мимические и жевательные. Мышцы шеи: поверхностные и глубокие	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление кластера Мышцы туловища. Определение топографического расположения мышц туловища на рисунках	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление таблицы Мышцы верхней конечности. Определение топографического расположения мышц верхней конечности на рисунках	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.;

					ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление таблицы Мышцы нижней конечности.Определение топографического расположения мышц нижней конечности на рисунках	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Раздел 2. Системы органов регулирования и управления двигательной деятельностью			8		
Тема 2.1. Эндокринная система	УЗ	Особенности гормонов. Жизненный цикл гормонов. Способы передачи гормональных сигналов. Релизнг-факторы: либерины и статины. Значение и место гормонов в регуляции обмена веществ. Эндокринные функции при мышечной деятельности. Симпато-адреналовая система	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Проведение анализа изменений эндокринных функций при различных состояниях	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 2.2 Нервная система	УЗ	Основные физиологические характеристики возбудимых тканей. Возникновение возбуждения и его проведение. Основные функции и взаимодействия нейронов.. Возбуждающие и тормозящие синапсы. Нейромедиаторы. Особенности деятельности нервных центров. Координация деятельности ЦНС. Вегетативная нервная система	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление и анализ схемы Нейромедиаторы и их функции	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08,

					ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 2.3. Сенсорные системы	УЗ	Общие закономерности деятельности сенсорных систем. Кодирование и передача сенсорной информации в ЦНС. Переработка, взаимодействие и значение сенсорной информации.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Проведение анализа значения сенсорных систем в спортивной деятельности	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Раздел 3. Висцеральные системы			16		
Тема 3.1. Кровь	УЗ	Физико-химические свойства плазмы крови. Свертывание крови: понятие, фазы. Противосвертывающая система. Регуляция системы крови. Гемопэтины. Гемопоз.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление кластера Изменение системы крови при мышечной работе.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..

Тема 3.2. Кровообращение	УЗ	Свойства сердечной мышцы. Механизм возбуждения сердечной мышцы. Функции сердца при мышечной деятельности. Регуляция работы сердца в покое и при мышечной деятельности.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Изучение электрических явлений в сердце	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	УЗ	Метаболизм и кровоснабжение сердца. Кровоток. Регуляция органного кровообращения. Кровообращение в скелетных мышцах. Перераспределение объема крови при мышечной работе.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Метаболизм и кровоснабжение сердца. Кровоток. Регуляция органного кровообращения. Кровообращение в скелетных мышцах. Перераспределение объема крови при мышечной работе.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 3.3. Дыхательная система	УЗ	Функции лёгких в покое и при мышечной деятельности. Механизмы дыхательных движений. Паттерн дыхания и его типы. Лёгочные объёмы и ёмкости. Лёгочная вентиляция. Обмен и транспорт газов в организме. Регуляция дыхания в покое и при мышечной деятельности.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.;

					ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Исследование функциональных показателей системы внешнего дыхания	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 3.4. Пищеварительная система	ПЗ	Изучение влияния мышечной деятельности на двигательную функцию желудочно-кишечного тракта. Изучение влияния мышечной деятельности на секреторную и экскреторную функции пищеварительных желез.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 3.5. Обмен веществ и энергии	ПЗ	Знакомство с методами определения обмена веществ	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 3.6. Выделительная система	УЗ	Общая характеристика выделительных процессов. Гомеостатическая функция почек. Влияние мышечной работы на выделительные функции	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Изучение химических свойств мочи	3	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4,

					ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Раздел 4. Спортивная физиология			16		
Тема 4.1. Адаптация к физическим нагрузкам	УЗ	Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Динамика функций организма при адаптации и ей стадии. Срочная и долговременная адаптация к физически нагрузкам. Понятие о физиологических резервах организма.	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Оценка срочных реакций на физические упражнения разного характера	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Оценка долговременной адаптации организма к тренировочным нагрузкам	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 4.2. Функциональн ые изменения в организме при физических нагрузках	УЗ	Изменения функций органов и систем в процессе двигательной деятельности. Функциональные сдвиги при нагрузках различной мощности	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..

	ПЗ	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление кластера Функциональные состояния спортсменов	2	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 4.3. Физическая работоспособность спортсменов	УЗ	Понятие о физической работоспособности. Принципы и методы тестирования физической работоспособности. Связь физической работоспособности с направленностью тренировочного процесса. Резервы физической работоспособности	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
	ПЗ	Составление и анализ таблицы Утомление при физических нагрузках	4	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Тема 4.4. Физиологическая характеристика восстановителя	УЗ	Общая характеристика процессов восстановления. Физиологические механизмы процессов восстановления. Физиологические закономерности процессов восстановления	1	очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.4, ПК 1.7. - ПК 1.9, ПК 2.1.; ПК 2.2.;

ных процессов					ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.5..
Самостоятельная работа обучающихся			18		
Промежуточная аттестация в форме экзамена + консультация			12		
Объем дисциплины			84		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению программы дисциплины

Кабинет анатомии, физиологии и гигиены, оснащенный

- оборудованием: посадочные места студентов, рабочее место преподавателя, рабочая доска, наглядные пособия (учебники, карточки, раздаточный материал, демонстрационные схемы и таблицы, муляжи внутренних органов и частей тела).

- техническими средствами обучения: мультимедийный проектор, проекционный экран, ноутбук преподавателя, колонки.

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.

3.2.1. Основные печатные издания

3.2.1.1. Сапин М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебное издание / Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. - Москва : Академия, 2023. - 384 с. (Специальности среднего профессионального образования). - URL: <https://academia-moscow.ru> - Режим доступа: Электронная библиотека «Academia-moscow». - Текст : электронный.

3.2.2. Основные электронные издания

3.2.2.1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 421 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14057-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538054> (дата обращения: 06.03.2025).

3.2.2.2. Любимова, З. В. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для вузов / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 421 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18025-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535734> (дата обращения: 06.03.2025).

3.2.2.3. Любимова, З. В. Организм человека. 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, 2024. — 349 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18036-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/534163> (дата обращения: 06.03.2025).

3.2.3. Дополнительные источники

3.2.3.1. 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, 2024. — 353 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18058-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538156> (дата обращения: 06.03.2025).

3.2.3.2. Солодков, А. С. Физиология человека : общая, спортивная, возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 11-е изд. — Москва : Спорт, 2023. — 624 с. : ил., табл., схем., граф. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699132> (дата обращения: 06.03.2025). — ISBN 978-5-907601-21-5. — Текст : электронный.

3.2.4. Перечень ресурсов и информационных справочных систем информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

3.2.4.1. 3D Анатомический атлас [сайт]. URL: <https://anatomylearning.com/> (дата обращения: 06.03.2025).

3.2.4.2. Атлас анатомии человека.[сайт]. URL: <https://www.imaios.com/ru/e-anatomy> (дата обращения: 06.03.2025).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
топографическое расположение органов и частей тела	описывает топографическое расположение органов и частей тела, используя понятия, принятые в анатомии и физиологии	устный опрос письменный опрос
методы анатомии и физиологии	характеризует методы анатомии и физиологии с точки зрения применения в практической деятельности педагога в образовательной организации	устный опрос письменный опрос практическая работа
строение и функционирование систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами	описывает строение и функции систем органов здорового человека	устный опрос тестирование практическая работа
физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	тестирование устный опрос ситуационные задачи
анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам	поясняет анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам	устный опрос письменный опрос ситуационные задачи
понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека	описывает механизмы осуществления метаболических процессов и гомеостаза; механизмы развития	тестирование устный опрос

	физиологической адаптации человека	
взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма	перечисляет механизмы, обеспечивающие развитие функциональных возможностей организма	письменный опрос устный опрос ситуационные задачи
физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления	Перечисляет и объясняет методы определения двигательной активности; описывает механизмы восстановления	устный опрос письменный опрос ситуационные задачи
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
определять топографическое расположение и строение органов и частей тела	точно показывает на муляжах и иллюстрациях, называет органы и части тела в соответствии с принятыми в анатомии и физиологии терминами	устный опрос
использовать антропометрические исследования для оценки физического развития	определяет с помощью соответствующего инструментария антропометрические показатели и оценивает их	устный опрос практическая работа
применять знания по анатомии физиологии в профессиональной деятельности	оперирует анатомическими терминами при анализе физических упражнений	устный опрос письменный опрос ситуационные задачи
измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	применяет и использует методики для определения показателей различных систем организма человека; измерение А/Д, пульса, ЧДД и др	устный опрос письменный опрос практическая работа
оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность	применяет методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных функциональных проб для определения и оценивания функционального состояния	практическая работа устный опрос ситуационные задачи
отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой	проводит анатомический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека	письменный опрос устный опрос ситуационные задачи