

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СОВРЕМЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(ПОЧУ «СКПО»)**

УТВЕРЖДАЮ
Директор ПОЧУ «СКПО»
П.Ф. Зубаилова
«29» мая 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.09 АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

по специальности:

49.02.01 Физическая культура

Квалификация

Педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения – очная

Дербент 2025

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.09 Анатомия и физиология человека разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01 Физическая культура

Организация-разработчик: Профессиональное образовательное частное учреждение «Современный колледж профессионального образования» (ПОЧУ «СКПО»).

Разработчик:

преподаватель ПЦК ЕСЭд Гашумова Р.С.
(занимаемая должность) (степ., инициалы,
фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК
Естественнонаучных и социально-экономических дисциплин
«28» мая 2025 г., протокол № 10

Председатель ПЦК Новрузов Т.Ф.
(степ., инициалы, фамилия)

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.09 АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

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

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Формулировка компетенции	Умения	Знания
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	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
ЛР 29	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д		
ЛР 33	Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий		
ЛР 36	Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	180
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	110
в том числе:	
теоретические занятия	48
практические занятия	60
консультация	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	60
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	<i>10</i>

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

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1 Анатомия и физиология как наука. Понятие об органе и системах органов. Учение о тканях		16	
Тема 1.1 Анатомия и физиология как науки. Органы и системы органов. (интегрированное занятие с дисциплиной «Основы латинского языка с медицинской терминологией»)	Лекционные занятия 1. Предмет нормальной анатомии и физиологии, его значение в медицине. 2. Методы анатомии и физиологии. 3. Структурные уровни организации организма человека.	2	ОК 08
	Практические занятия 1. Органы и системы органов. 2. Части тела, плоскости и оси.	2	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Анатомическая терминология.	2	
Тема 1.2 Ткани организма человека	Лекционные занятия 1. Эпителиальные ткани: расположение в организме, функции, классификация эпителиев. 2. Соединительные ткани: функции, классификация, расположение. 3. Мышечные ткани: функции, виды (поперечно-полосатая, гладкая и сердечная).	4	ОК 08
	Практические занятия 1. Ткани организма человека 2. Нервная ткань – расположение, строение, функции. Классификация нейронов по функции. Нервное волокно. Рецепторы и эффекторы	4	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Составление таблицы «Ткани организма человека»	2	
Раздел 2 Кровь: состав, свойства		16	
Тема 2.1 Кровь: состав, функции	Лекционные занятия 1. Кровь – жидкая ткань организма. Функции крови.	2	ОК 08

	2. Состав крови: плазма и форменные элементы. 3. Состав плазмы.		
	Практические занятия 1. Кровь: состав, функции 2. Изучение форменных элементов крови. Эритроциты: строение, функции, норма. Гемоглобин: строение, функции, норма.	2	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Лейкоциты: строение, функции, норма. Лейкоцитарная формула. 2. Тромбоциты: строение, функции, норма.	4	
Тема 2.2 Свойства крови	Лекционные занятия 1. Гемостаз: определение, механизмы. Гемокоагуляция: определение, факторы свертывания, стадии. 2. Резус-фактор. Понятие о резус-конflikте.	2	ОК 08
	Практические занятия 1. Свойства крови 2. Группы крови. Принцип определения группы крови. Групповая несовместимость. Агглютинация.	4	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Составить таблицу «Группы крови» 2. СОЭ: нормы для мужчин и женщин, диагностическое значение.	4	
Раздел 3 Опорно-двигательный аппарат		10	
Тема 3.1 Кость как орган. Скелет.	Лекционные занятия 1. Кость как орган. Классификация костей. Соединение костей. 2. Скелет человека: функции, отделы. 3. Первая медицинская помощь при повреждении костей скелета.	2	ОК 08
	Практические занятия 1. Кость как орган. Скелет. 2. Мышца как орган	4	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Составление кроссвордов по темам «Кости скелета» Мышцы нижних конечностей	4	
Раздел 4 Нервная регуляция процессов жизнедеятельности. Нервная система. Органы чувств		40	
Тема 4.1 Общие вопросы анатомии и физиологии	Самостоятельная работа обучающегося 1. Значение нервной системы. 2. Классификация нервной системы.	4	ОК 08

нервной системы	3. Рефлекс. Рефлекторная дуга.		
	Практические занятия 1. Физиология нервной системы 2. Общие принципы строения центральной нервной системы: понятие о сером и белом веществе, нейрон, нервное волокно, синапс.	4	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Классификация нервной системы	4	
Тема 4.2 Мозг	Лекционные занятия 1. Спинной мозг: топография, внешнее и внутреннее строение. 2. Головной мозг: топография, отделы и части.	4	ОК 08
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Работа с рисунками.	4	
Тема 4.3 Периферическая нервная система. Черепные нервы Вегетативная нервная система	Лекционные занятия 1. Значение периферической нервной системы. Строение нерва. Классификация нервов по функции. 2. Черепные нервы (ЧМН), их ветви, области иннервации.	4	ОК 08
	Практические занятия 1. Периферическая нервная система. Черепные нервы	2	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Работа с рисунками. 2. Составление таблицы «Спинномозговые нервы, нарушения при повреждении». 3. Составление таблицы «Влияние вегетативной иннервации на системы организма».	6	
Тема 4.4 Эндокринные железы	Лекционные занятия 1. Общая характеристика эндокринной системы и основные свойства гормонов. 2. Гипофиз: топография, строение. 3. Щитовидная железа и паращитовидные железы: топография, строение. 4. Эпифиз: топография, строение.	4	ОК 08
	Практические занятия 1. Эндокринные железы Гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности 2. Вилочковая железа: топография, строение. 3. Поджелудочная железа: топография, строение. 4. Надпочечники: топография, строение.	8	

	5. Половые железы: топография, строение.		
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Действие на организм гормонов желёз внутренней секреции. 2. Первая медицинская помощь при гипергликемической коме	4	
Раздел 5. Сердечнососудистая система. Процесс кровообращения и Лимфообращения		20	
Тема 5.1 Общие вопросы анатомии и физиологии сердечнососудистой системы (интегрированное занятие с дисциплиной «Основы патологии») Строение и работа сердца. Кровообращение	Лекционные занятия 1. Общая характеристика сердечнососудистой системы. Кровеносные сосуды: артерии, капилляры, вены. 2. Круги кровообращения.	2	ОК 08
	Практические занятия 1. Микроциркуляторное русло. 2. Места прижатия артерий для определения пульса и временной остановки кровотечения. 3. Строение и работа сердца.	6	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Работа с рисунками.	4	
Тема 5.2 Лимфатическая система человека	Лекционные занятия 1. Общая характеристика лимфатической системы. 2. Состав, свойства лимфы. 3. Образование и движение лимфы. 4. Лимфатические узлы и их функции.	4	ОК 08
	Практические занятия 1. Лимфатическая система человека	2	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Составление таблицы «Лимфатические стволы и протоки»	2	
Раздел 6. Дыхательная система человека		22	
Тема 6.1 Анатомия и физиология органов дыхания	Лекционные занятия 1. Обзор дыхательной системы. Значение дыхания. 2. Органы дыхательной системы: топография, строение, функции. 3. Плевра: строение, функции. 4. Акт дыхания.	4	ОК 08
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Дыхательный цикл. Механизмы вдоха и выдоха. 2. Лёгочные объёмы и ёмкости. Лёгочная вентиляция. 3. Дыхательный центр.	4	

	Практические занятия 1. Работа с рисунками. 2. Первая помощь при остановке дыхания.	4	
Раздел 7. Пищеварение. Обмен веществ и энергии		10	
Раздел 7. Пищеварение. Обмен веществ и энергии	Лекционные занятия 1. Общая характеристика внутренних органов и пищеварительной системы. 2. Полость рта. Органы полости рта: язык, зубы. 3. Глотка и пищевод: топография, строение, функции.	4	ОК 08
	Практические занятия 1. Желудок: топография, строение, функции. 2. Тонкий кишечник: топография, строение, функции. 3. Толстый кишечник: топография, строение, функции.	6	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Брюшина: строение, функции. 2. Обмен веществ и энергии. Терморегуляция	2	
Раздел 8. Мочеполовая система человека		36	
Тема 8.1 Обзор мочевой системы. Почки, мочевыводящие пути. Физиология мочевой системы	Лекционные занятия 1. Общая характеристика мочевой системы 2. Почки: топография, строение и функции. 3. Мочевыводящие пути: топография, строение, функции.	2	ОК 08
	Практические занятия 1. Процесс мочеобразования. 2. Состав и свойства мочи. 3. Мочеиспускание и его регуляция.	6	
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Первая медицинская помощь при приступе мочекаменной болезни.	2	
Тема 8.2 Топография, строение и функции почек	Лекционные занятия 1. Топография, строение и функции почек	2	ОК 08
Тема 8.3 Мочевыводящие пути. Физиология мочевой системы.	Практические занятия 1. Мочевыводящие пути. Физиология мочевой системы.	2	ОК 08
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Работа с рисунками. 2. Составление таблицы «Процесс мочеобразования».	4	

Тема 8.4 Половая система: женская и мужская	Лекционные занятия 1. Женские половые органы – внутренние и наружные: строение и функции. 2. Физиология женской половой системы. Менструальный цикл. Овуляция.	2	ОК 08
	Практические занятия 1. Мужские половые органы – внутренние и наружные: строение и функции. 2. Сперматогенез.	2	
Тема 8.5 Женская половая система	Лекционные занятия 1. Женская половая система	4	ОК 08
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Работа с рисунками.	2	
Тема 8.6 Мужская половая система	Практические занятия 1. Мужская половая система	2	ОК 08
	Самостоятельная работа обучающегося 1. Работа с рисунками.	2	
Консультация		2	
Промежуточная аттестация		10	ОК 08
Всего		180	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Республика Дагестан, 368607, г. Дербент, ул. Тагиева 33 «з»

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов (в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации и государственной итоговой аттестации) № 27

Учебная мебель (столы и стулья ученические, преподавательские стул и стол);

доска – 1 шт.;

шкаф- 1 шт.;

учебная доска- 1 шт.;

Средства обучения:

противогазы, ИПП, медицинские материалы;

учебно-наглядные материалы;

проекционный экран;

мультимедийный проектор – 1 шт.;

ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет»;

комплект лицензионного ПО (операционная система - Windows 10 Pro, текстовый редактор - Microsoft Word 2016

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека : учебник / Н.И. Федюкович. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 574 с. : ил. – (Среднее медицинское образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601645>
2. Ериков, В. М. Анатомио-физиологические особенности организма человека : учебное пособие : [16+] / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. А. Сидоренко ; Рязанский государственный университет им. С. А. Есенина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 317 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596059>
3. Апчел, В. Я. Основы возрастной анатомии и физиологии : учебное пособие : [16+] / В. Я. Апчел, Л. П. Макарова, Е. А. Никитина ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2021. – 208 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=691654>

Дополнительная литература:

1. Федюкович, Н. И. Анатомия и физиология человека : учебник / Н. И. Федюкович. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. – 574 с. : ил. – (Среднее медицинское образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601645>

2. Валенкова, Е. Н. Анатомия и физиология человека : учебное пособие / Е. Н. Валенкова. – Минск : РИПО, 2024. – 368 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717836>

3. Недзведь, М. К. Патологическая анатомия и патологическая физиология человека : учебник / М. К. Недзведь, Ф. И. Висмонт, Т. М. Салтсидис. – Минск : РИПО, 2021. – 288 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697627>

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Справочно-правовые системы

Консультант Плюс

Электронные ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система «[Университетская библиотека онлайн](http://www.biblioclub.ru/)» // www.biblioclub.ru/.

Электронные образовательные ресурсы

1. Библиотека МЭШ ucebник.mos.ru
2. ГНПБ им. К.Д. Ушинского. - <http://www.gnpbu.ru/>
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». - <http://window.edu.ru/>
5. Научно-методический журнал «Начальная школа» - <https://n-shkola.ru/>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>
7. Педагогическая периодика - <http://periodika.websib.ru/>
8. Российская государственная библиотека // <https://www.rsl.ru/>
9. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>
10. Российская электронная школа. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам. <https://resh.edu.ru>
11. Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ - <http://gramota.ru/>
12. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов College.ru
13. Федеральный центр электронных образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
14. Электронное издание «Практическая педагогика» - <https://www.pped.ru/doshkolnoe>
15. Электронный периодический журнал «Вестник Образования» - <https://vestnik.edu.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p>- основные положения и терминологию анатомии и физиологии человека;</p> <p>- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;</p> <p>- основные закономерности роста и развития организма человека в разновозрастные периоды;</p> <p>возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;</p> <p>- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;</p> <p>- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;</p> <p>- способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</p> <p>. - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</p> <p>- понятия метаболизма, гомеостаза,</p>	<p>- владение и грамотное использование терминологии в области анатомии и физиологии человека;</p> <p>- поясняет строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;</p> <p>-аргументированное выражение собственного мнения, согласованное с научными положениями;</p> <p>- поясняет анатомо-физиологические особенности разновозрастных групп населения;</p> <p>- поясняет анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам</p> <p>- поясняет основные понятия динамической и функциональной анатомии систем обеспечения и регуляции движения;</p> <p>- перечисляет способы коррекции функциональных нарушений у разновозрастных групп населения;</p> <p>- грамотно поясняет физиологические процессы жизнедеятельности систем организма человека;</p> <p>- описание механизмов осуществления метаболических процессов и гомеостаза;</p>	<p>Устный опрос, Проверочные работы, Решение ситуационных задач;</p> <p>Тестирование Экзамен</p>

<p>физиологической адаптации человека;</p> <p>- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;</p> <p>- роль центральной нервной</p>	<p>- представление механизма развития физиологической адаптации человека;</p> <p>- воспроизведение механизма регулирующих функций нервной и эндокринной систем;</p> <p>-перечисление отделов</p>	
<p>системы в регуляции движений</p> <p>- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;</p> <p>- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</p>	<p>центральной нервной системы обеспечивающих регуляцию движений;</p> <p>- перечисление механизмов обеспечивающих развитие функциональных возможностей организма;</p> <p>-перечисление методов определения двигательной активности;</p> <p>описание механизмов восстановления;</p>	
<p>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола, отслеживать динамику изменений;</p>	<p>- определяет топографическое расположение и строение органов и частей тела;</p> <p>- определяет возрастные особенности строения организма человека;</p> <p>-оперирует анатомическими терминами при анализе физических упражнений;</p>	<p>Оценка результатов выполнения практической работы</p> <p>Наблюдение за ходом выполнения практической работы.</p> <p>Экзамен</p>
<p>- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;</p>	<p>-определяет антропометрические показатели, применяет знания по анатомии и физиологии для составления программы тренировок;</p>	
<p>- оценивать функциональное</p>		

<p>состояние человека и его работоспособность;</p> <p>- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в разновозрастные периоды;</p> <p>-отслеживать динамику изменений конституциональных</p>	<p>применение и использование методик для определения показателей различных систем организма человека; Измерение А/Д, пульса, ЧДД и др.</p>	
<p>- особенностей организма в процессе занятий физической культурой</p>	<p>- применение методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных функциональных проб для определения и оценивания функционального состояния;</p> <p>- применение методик оценивания влияния факторов внешней среды на организм человека в разновозрастные периоды;</p> <p>- проводит анатомический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека</p>	

