

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.01.01 Анатомия и физиология  
на 288 часа(ов), 8 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.03.01 - Педагогическое образование

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Физкультурное образование (для набора 2022)  
Форма обучения: Заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование знаний по важнейшим разделам анатомии и физиологии, как основы глубокого понимания функционирования организма человека.

Задачи изучения дисциплины:

1) изучение особенностей строения организма и физиологических процессов, происходящих на разных уровнях организации живой материи, направленных на достижение полезного результата.

2) овладение знаниями, умениями, навыками в области анатомии и физиологии человека, необходимыми в профессиональной деятельности.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Обязательная часть Б1.О.07 Модуль "Предметно-содержательный" Часть, формируемая участниками образовательных отношений Б1.В.01 Модуль "Медико-биологические основы физкультурного образования" Б1.В.01.01 Анатомия и физиология

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных(ые) единиц(ы), 288 часов.

Виды занятий	Семестр 2	Семестр 3	Всего часов
Общая трудоемкость			288
Аудиторные занятия, в т.ч.	22	12	34
Лекционные (ЛК)	10	6	16
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	0	0	0
Лабораторные (ЛР)	12	6	18
Самостоятельная работа студентов (СРС)	122	60	182
Форма промежуточной аттестации в	Экзамен	Экзамен	72

семестре			
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)			

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-8	ОПК-8.1 Знает: закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественно-научных знаний	Знать: - роль и место естественно-научных знаний в области анатомии и физиологии в жизни человека и общества, в т.ч. в профессиональной образовательной деятельности;
ОПК-8	ОПК- 8.2. Умеет: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работ в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей	Уметь: – использовать современные, в т.ч. интерактивные, формы и методы воспитания анатомо-физиологической грамотности во внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей физкультурно-спортивно-спортивной, физкультурно-оздоровительной направленности;
ОПК-8	ОПК- 8.3. Владеет: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, с учетом возможностей образовательной организации	Владеть: – методами, формами и средствами обучения детей анатомо-физиологической грамотности в условиях реализации проектной деятельности, учебно-исследовательской деятельности в рамках образовательной области "Физическая культура".

ПК-3	ПК-3.1 Знает медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности	Знать: - анатоμο-физиологические основы базовых видов ФСД, фундаментальные концепции анатомии и физиологии, необходимые для проведения медико-биологических исследований;
ПК-3	ПК-3.2 Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения физической культуре в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся	Уметь: - осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения анатоμο-физиологическим основам физической культуры в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся;
ПК-3	ПК-3.3 Владеет: умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной формы обучения физической культуре.	Владеть: - умениями отбора вариативного содержания в области формирования анатоμο-физиологической грамотности у обучающихся с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной формы обучения физической культуре.

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
					ЛК	ПЗ (СЗ)	ЛР	
1	1.1	Анатомия и физиология как основные естественно-научные дисциплины, изучающие структуры и механизмы, об	Введение в анатомию, физиологию. Анатоμο-физиологические особенности органов движения и опоры. Остеология. Миология.	68	4	0	4	60

		еспечивающие жизнедеятельность человека.						
2	2.1	Анатомия и физиология регуляторных систем организма. Учение о нервной системе	Возбудимые ткани. Анатомия и физиология центральной нервной системы. Анатомия и физиология автономной нервной системы.	76	6	0	8	62
3	3.1	Гормональная регуляция физиологических функций.	Учение об органах внутренней секреции. Принципы гормональной регуляции. Образование, секреция и механизмы действия гормонов.	34	2	0	2	30
4	4.1	Учение о сердце и сосудах. Учение о внутренних органах.	Строение и деятельность сердца. Пищеварительная система. Дыхательная система. Мочеполовая система.	38	4	0	4	30
Итого				216	16	0	18	182

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Введение в анатомию, физиологию. Анатомо-физиологические особенности органов движения и опоры. Остеология. Миология.	Краткая история развития анатомии, физиологии. Опорно-двигательный аппарат. Физиология возбудимых тканей. Физиология мышечной ткани.	4

2	2.1	Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Классификация нервной системы.	Спинальный мозг. Головной мозг. Функциональная анатомия конечного мозга. Анатомо-физиологические особенности вегетативной нервной системы.	6
3	3.1	Учение об органах внутренней секреции.	Анатомо-физиологические особенности эндокринной системы. Регуляция биосинтеза гормонов. Секреция и перенос гормонов. Механизмы действия гормонов на клетку. Гипоталамо-гипофизарная система.	2
4	4.1	Учение о сердце и сосудах. Учение о внутренних органах.	Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Физиология сердечно-сосудистой системы. Анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы. Анатомо-физиологические особенности пищеварительных желез. Физиология пищеварения. Обмен веществ и энергии. Анатомо-физиологические особенности дыхательных путей. Физиология дыхания.	4

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Органы, системы и аппараты органов. Анатомическая номенклатура.	Введение в анатомию, физиологию. Оси и плоскости тела человека. Скелет туловища. Череп. Скелет верхней конечности. Скелет нижней конечности. Скелетные мышцы. Физиология мышечной ткани.	4

		Опорно-двигательный аппарат.		
2	2.1	Анатомия и физиология регуляторных систем организма. Учение о нервной системе.	Центральная нервная система. Спинной мозг. Головной мозг. Конечный мозг. Промежуточный мозг. Средний мозг. Задний мозг. Продолговатый мозг. Механизмы деятельности центральной нервной системы. Физиология центральной нервной системы.	8
3	3.1	Гормональная регуляция физиологических функций.	Принципы гормональной регуляции. Железы внутренней секреции: гипофиз, щитовидная железа, околощитовидные железы, надпочечники, поджелудочная железа, половые железы.	2
4	4.1	Учение о сердце и сосудах. Учение о внутренних органах.	Сердечно-сосудистая система. Строение сердца и сосудов. Деятельность сердца. Электрические явления в сердце, проведение возбуждения сердца. Регуляция деятельности сердца. Функции сосудистой системы.	4

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Анатомия и физиология как основные естественно-научные дисциплины, изучающие структуры и механизмы, обеспечивающие жизнедеятельность человека. Опорно-двигательный аппарат.	Реферат: Краткий исторический очерк развития анатомии и физиологии. Жизнь и деятельность И.П. Павлова; И.И Сеченова; П.Ф. Лесгафт; П.К. Анохина. Строение мышечной ткани, сократительный и трофический аппарат мышечного волокна. Виды мышечной ткани. Классификация мышц. Подъемная сила мышц и	60

			<p>факторы ее определяющие.</p> <p>Вспомогательный аппарат мышц. Виды работы мышц. Рычаговый принцип работы мышц.</p> <p>Составить словарь анатомических и физиологических терминов. Составить и заполнить таблицу «Суставы». Составить опорный конспект «Принципы организации управления функциями».</p> <p>«Двигательные системы ствола мозга».</p> <p>«Становление рефлексов и развитие двигательных навыков в онтогенезе».</p>	
2	2.1	<p>Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Высшая нервная деятельность.</p> <p>Периферическая нервная система. Сенсорные системы. Органы чувств.</p> <p>Понятие об анализаторах.</p>	<p>Электронная презентация: «Анатомия и физиология ствола мозга», «Лимбическая система», «Базальные ядра», «Кора головного мозга», «Цитоархитектонические поля К. Бродмана».</p> <p>Реферат: Понятие о высшей нервной деятельности. Развитие представлений о высшей нервной деятельности.</p> <p>Классификация условных рефлексов. Учение о типах высшей нервной деятельности. Развитие речи в онтогенезе и ее нарушения. Структурно-функциональная характеристика и роль анализаторов, регуляция их деятельности.</p>	62
3	3.1	<p>Анатомо-физиологические особенности лимфатической системы.</p> <p>Внутренняя среда</p>	<p>Составить и заполнить таблицу «Строение лимфатической системы», «Форменные элементы крови». Доклад «Состав и</p>	30



		организма. Кровь.	образование лимфы». Реферат «Группы крови. История открытия групп крови». Электронная презентация: «Эритроциты: строение и функции».	
4	4.1	Анатомо-физиологические особенности системы дыхания. Анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы. Анатомо-физиологические особенности системы органов мочеобразования и мочевыделения. Физиология органов мочеобразовательной и мочевыделительной системы.	Составить опорный конспект: Процесс дыхания; механизм дыхания, пищеварительные процессы, вспомогательные органы пищеварительной системы. Презентация: Механизмы впитывания питательных веществ. Реферат: Химический состав и свойства мочи. Составить и заполнить таблицу «Секреция желудочного сока».	30

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

##### **5.1.1. Печатные издания**

1. Балежина, Ольга Петровна. Физиология: биопотенциалы и электрическая активность клеток : Учебное пособие для вузов / Балежина О. П., Гайдуков А. Е., Сергеев И. Ю. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 165 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/471813> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-04264-1 : 519.00.

2. Дашиева, Долгорма Аюшиевна. Анатомия и морфология человека : учеб. пособие / Д. А. Дашиева. - Чита : ЗабГУ, 2014. - 130 с. : ил. - ISBN 978-5-9293-1121-5 : 130-00. Количество экземпляров – 72

3. Козлов, Валентин Иванович. Анатомия нервной системы : учеб. пособие / Козлов

Валентин Иванович, Цехмистренко Татьяна Александровна. - Москва : Мир : БИНОМ. Лаборатория знаний, 2011. - 206 с. : ил. - ISBN 978-5-03-003856-8. - ISBN 978-5-9963-0019-8 : 243-22. Количество экземпляров – 10.

4. Замараев, Виктор Алексеевич. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : Учебник и практикум для вузов / Замараев В. А., Година Е. З., Никитюк Д. Б. - Москва : Юрайт, 2021. - 416 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/469385> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-9916-8588-7 : 1129.00.

5. Замараев, Виктор Алексеевич. Анатомия : Учебное пособие для вузов / Замараев В. А. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 268 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/471364> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-07276-1 : 769.00.

6. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учеб. для вузов физ. культуры. - Москва : ТЕРРА-Спорт : Олимпия Пресс, 2001. - 520 с. : ил. - ISBN 5-93127-113-9 : 100-00.

### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 255 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00145-7.

2. Замараев, Виктор Алексеевич. Анатомия: Учебник и практикум / Замараев Виктор Алексеевич; Замараев В.А., Година Е.З., Никитюк Д.Б. - Электрон. дан. - М : Издательство Юрайт, 2018. - 416. - (Бакалавр. Академический курс). - 1-е издание. - ISBN 978-5-9916-8588-7 : 969.00.

## **5.2. Дополнительная литература**

### **5.2.1. Печатные издания**

1. Арефьева, Анжелика Вячеславовна. Нейрофизиология : Учебное пособие для вузов / Арефьева А. В., Гребнева Н. Н. - Москва : Юрайт, 2021. - 189 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/471841> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-04758-5 : 459.00.

2. Зарема Владимировна. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : Учебник Для академического бакалавриата / Любимова З. В., Никитина А. А. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2019. - 447 с. - (Бакалавр. Академический курс). - URL: <https://urait.ru/bcode/425265> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-9916-2935-5 : 959.00.

3. Фомин, Н.А. Физиология человека : учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов / Фомин Н.А. - 2-е изд., перераб. - Москва : Просвещение, 1992. - 351 с. - ISBN 5-09-004107-5 : 25-00. Обреимова, Н.И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков : учеб. пособие для студентов дефектол. фак. пед. вузов. - Москва : Академия, 2000. - 376 с. : ил. - (Высш. образование). - ISBN 5-7695-039-4 : 119-00.

4. Сапин, Михаил Романович. Анатомия и физиология детей и подростков : учеб. пособие / Сапин Михаил Романович, Брыксина Зинаида Глебовна. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2009. - 432 с. - ISBN 978-5-7695-5824-5 : 437-50. Количество экземпляров – 10.

5. Дубровский, В.И. Спортивная физиология : учеб. / Дубровский В.И. - Москва : ВЛАДОС, 2005. - 462 с. : ил. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-01449-8 : 160-00.

### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для академического бакалавриата / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 414 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04086-9.

2. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для СПО / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 447 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05816- Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/45E60D87-645E-4A93-B448-81B8D373B8E3>

3. Любимова, Зарема Владимировна. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : Учебник / Любимова Зарема Владимировна; Любимова З.В., Никитина А.А. - 2-е изд. - М. : Издательство Юрайт, 2016. - 447. - (Бакалавр. Академический курс). - ISBN 978-5-9916-3976-7. - ISBN 978-5-9916-3978-1: 132.68. Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/6CDA3C72-B8D8-42A2-8E15-7DC0FD1BEE53>

4. Курепина, М.М. Анатомия человека. Атлас : атлас / М. М. Курепина, Г. Г. Воккен. - 3-е изд. - Москва : Просвещение, 1979. - 126 с. : ил. - 1-40. Количество экземпляров 64.

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань».	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
Электронно-библиотечная система «Юрайт»	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>

### 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, АБВУУ FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

1) 1С-Битрикс: Корпоративный портал - Компания 1С: Предприятие 8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях 7-Zip АБВУУ FineReader Adobe Audition Adobe Flash Adobe In Design Adobe Lightroom Adobe Photoshop

2) Google Chrome

3) Microsoft Open XML SDK 2.5 для Office

4) MOODLE

### 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных презентаций, содержащих слайды теоретического характера (основные понятия и определения, положения, нормативные документы и т.д.) и практического характера (иллюстрированный материал, видеоролики, видеофильмы и другое, соответствующие тематике лекций).

Лабораторные занятия планируются по принципу систематизации и углубления знаний учебного материала по разделам программы в форме обсуждения рефератов, дискуссий, докладов, подготовки отчетов, письменных практических работ, содержащих анализ и синтез различного материала.

При самостоятельном рассмотрении теоретических вопросов студентам следует обращаться к содержанию лекционного материала, изучать рекомендованную основную литературу, положения, федеральные законы, нормативно-правовые документы и т.д. Для более углубленного изучения дисциплины студентам рекомендуются изучать представленную дополнительную литературу, просматривать материалы периодических изданий, интернет-сайты, научно-популярные фильмы и т.д.

Разработчик/группа разработчиков:  
Долгорма Аюшиевна Дашиева

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.