

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени
П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра анатомии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль):
Психология спорта

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Санкт-Петербург 2025

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:
В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения (1,2 семестры). Вид промежуточной аттестации: **экзамен**.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none">- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;- проведения анатомического анализа физических упражнений.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none">- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- интерпретировать результаты антропометрических измерений, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- анатомической терминологией, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; опытом проведения анатомического анализа физических упражнений.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры				
		1	2	3	4	5
Контактная работа преподавателей с обучающимися	96	48	48			
В том числе:						
Занятия лекционного типа	32	16	16			
Занятия семинарского типа (практические занятия)	64	32	32			
Промежуточная аттестация (экзамен)	36	18	18			
Самостоятельная работа студента	84	42	42			
Общая трудоемкость	часы	216	108	108		
	зачетные единицы	6	3	3		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Анатомия систем исполнения движений	Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза. Опорно-двигательный аппарат. Динамическая анатомия.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека, морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показывать оси и правильно выполнять движения вокруг них в суставах; проводить анатомический анализ статических положений и движений спортсмена, обосновывать с анатомической точки зрения целесообразность и пользу того или иного упражнения, оценивать эффективность статических положений и движений человека. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> — анатомической терминологией, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; опытом проведения анатомического анализа физических упражнений.

2	Анатомия систем обеспечения и регуляции жизнедеятельности	Внутренние органы. Сердечно-сосудистая и лимфоидная системы. Нервная система. Эндокринный аппарат.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы анатомических исследований и анатомические термины, анатомическое строение и функцию органов, систем и аппаратов органов, детали их строения; взаимоотношения органов друг с другом; закономерности роста и развития организма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения, правильно их называть; показывать проекцию органов на поверхности тела; анализировать особенности дыхания, работу мышц, влияние анализируемого упражнения на опорно-двигательный аппарат и дать рекомендации. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомической терминологией; методами анатомических исследований, способен применять знания об индивидуальных особенностях занимающихся с учетом возраста и пола, опытом определения медико-биологических факторов, влияющих на эффективность деятельности в ИВС.
---	---	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 1 СЕМЕСТР ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	ЛЕКЦИЯ № 1. Введение в предмет. Содержание анатомии. Классификация анатомических наук. Принципы изучения анатомии, ее социальная значимость. Уровни организации живого организма.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 2. Учение о костях. Скелет, его функции. Классификация костей. Строение кости как органа. Химический состав и физические свойства костей. Развитие и рост костей. Возрастные особенности костей.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 3. Учение о соединениях костей. Виды соединений костей. Основные и вспомогательные элементы суставов. Биомеханика суставов. Факторы, определяющие подвижность суставов. Классификация суставов. Возрастные особенности соединений костей. Возрастные особенности подвижности суставов.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 4. Учение о мышцах. Строение мышечного волокна. Части и формы мышц. Механизм мышечного сокращения. Строение мышцы как органа. Вспомогательные элементы мышц. Классификация мышц. Возрастные особенности мышц.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 5. Функциональная анатомия мышц. Синергизм и антагонизм мышц. Сила мышц. Виды работы мышц. Направление тяги мышц. Виды рычагов в соединении звеньев тела.	2

1	ЛЕКЦИЯ № 6. Мышцы, обеспечивающие движение туловища. Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота. Функциональная характеристика мышц туловища.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 7. Анатомический анализ статических положений спортсмена. Характеристика внешних и внутренних сил. Понятие об общем центре тяжести и площади опоры. Виды равновесия тела. Характеристика степени устойчивости тела. Общая классификация движений.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 8. Анатомический анализ движений спортсмена. Анатомический анализ ходьбы. Анатомический анализ плавания кролем на груди. Анатомический анализ прыжка в длину с места. Анатомический анализ метания копья. Анатомический анализ сальто назад.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие №1. <i>Изучение и закрепление нового материала.*</i> Скелет туловища. Позвоночный столб: шейные, грудные, поясничные позвонки; крестец. Грудная клетка: грудина, ребра.	2
1	Занятие № 2. <i>Изучение и закрепление нового материала.*</i> Скелет черепа. Кости мозгового и лицевого черепа. Череп в целом. Наружное и внутреннее основание черепа.	2
1	Занятие № 3. <i>Изучение и закрепление нового материала.*</i> Скелет верхней конечности. Ключица. Лопатка. Плечевая кость. Локтевая кость. Лучевая кость. Кости запястья. Кости пясти. Кости пальцев кисти.	2
1	Занятие № 4. <i>Изучение и закрепление нового материала.*</i> Скелет нижней конечности. Тазовая кость. Бедренная кость. Большенеберцовая кость. Малоберцовая кость. Кости предплюсны. Кости плюсны. Кости пальцев стопы.	2
1	Занятие № 5. Текущий контроль по костям (6/15)	2
1	Занятие № 6. Соединения костей туловища. Соединения позвонков. Соединения ребер с позвоночником и грудиной.	2
	Занятие № 7. Соединения костей черепа. Соединение позвоночника с черепом. Соединения костей черепа.	
1	Занятие № 8. <i>Изучение и закрепление нового материала.*</i> Соединения костей верхней конечности. Грудино-ключичный сустав. Акромиально-ключичный сустав. Плечевой сустав. Локтевой сустав. Соединения костей предплечья. Лучезапястный сустав. Суставы кисти.	2
1	Занятие № 9. <i>Изучение и закрепление нового материала.*</i> Соединения костей нижней конечности. Крестцово-подвздошный сустав. Тазобедренный сустав. Коленный устав. Соединения костей голени. Голеностопный сустав. Суставы стопы.	2
1	Занятие № 10. Текущий контроль по соединениям костей (6/15).	2
1	Занятие № 11. Мышцы головы и шеи. Мышцы лица. Жевательные мышцы. Мышцы шеи. Функциональная характеристика мышц головы и шеи.	2
1	Занятие № 12. Изучение и закрепление нового материала.* Мышцы пояса верхней конечности. Мышцы, обеспечивающие движения в грудино-ключичном суставе.	2
1	Занятие № 13. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы плеча. Мышцы, обеспечивающие движения в плечевом суставе. Мышцы предплечья и кисти. Мышцы, обеспечивающие движения в локтевом и лучезапястном суставах. Мышцы, обеспечивающие движения пальцев.	2

1	Занятие № 14. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> .Мышцы таза и бедра. Мышцы пояса нижних конечностей. Мышцы бедра. Мышцы, обеспечивающие движения в тазобедренном суставе. Мышцы голени и стопы. Мышцы голени. Мышцы стопы. Мышцы, обеспечивающие движения в коленном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения стопы и пальцев.	2
1	Занятие № 15. Текущий контроль по мышцам(8/20).	2
1	Занятие № 16. Анатомический анализ положений спортсмена.	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов. Функциональное значение внутренних органов. Общие принципы строения полых и паренхиматозных органов. Строение стенки полых органов. Структурно-функциональные единицы.	2
2	Лекция № 2.Общие вопросы строения сердечно-сосудистой системы. Строение артерий, вен, капилляров. Строение сердца. Круги кровообращения.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 3. Иммунная и лимфатическая системы. Лимфатическое русло. Органы лимфоидной (иммунной) системы.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 4. Общие вопросы строения нервной системы. Нервная ткань. Рефлекс, рефлекторная дуга. Центральная нервная система. Спинной мозг, отделы. Оболочки спинного мозга.	2
3	ЛЕКЦИЯ № 5. Головной мозг. Отделы головного мозга. Ствол мозга. Конечный мозг. Корковые центры. Двигательные и чувствительные проводящие пути. Оболочки головного мозга.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 6. Периферическая нервная система. Черепные нервы. Спинномозговые нервы, их ветви. Нервные сплетения, их ветви и области иннервации. Черепные нервы.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 7. Вегетативная нервная система, ее отделы. Вегетативная рефлекторная дуга. Аналиторы.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 8. Аналиторы. Органы чувств. Аналитор зрения.Аналитор слуха.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие №1. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> Пищеварительная система. Полость рта. Зубы. Слюнные железы. Глотка. Лимфоэпителиальное кольцо. Пищевод. Желудок. Тонкая и толстая кишка. Печень и поджелудочная железа.	2
2	Занятие №2. Изучение и закрепление нового материала* Дыхательная система. Полость носа. Гортань. Трахея. Бронхи. Легкие. Плевра.	2
2	Занятие № 3. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> . Мочевая и половая системы. Почки. Фиксирующий аппарат почек. Мочеточник. Мочевой пузырь. Мочеиспускательный канал. Внутренние женские половые органы. Внутренние мужские половые органы.	2
2	Занятие № 4. Текущий контроль по внутренним органам (6/15).	2
	Занятие № 5. Сердце. Ветви восходящей части аорты. Камеры сердца. Строение сердечной стенки. Клапанный аппарат сердца. Проводящая система сердца. Перикард. Аорта, ее отделы. Ветви дуги аорты.	
2	Занятие № 6. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Ветви нисходящей части аорты.	2

	Грудная аорта, ее ветви. Брюшная аорта, ее ветви. Артерии таза. Артерии нижней конечности.	
2	Занятие № 7. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Венозная система. Система верхней полой вены, ее притоки. Система нижней полой вены, ее притоки. Система воротной вены, ее притоки, функциональное значение.	2
2	Занятие № 8. Текущий контроль по сердечнососудистой и иммунной системе (6/15).	2
2	Занятие № 9. Спинной мозг. Ствол мозга. Спинной мозг, топография и строение. Сегмент спинного мозга. Продолговатый, задний, средний и промежуточный мозг.	2
2	Занятие № 10. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Конечный мозг. Поверхность полушарий головного мозга. Полушария конечного мозга. Рельеф коры больших полушарий. Локализация функций в коре больших полушарий.	2
3	Занятие № 11. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> *Проводящие пути центральной нервной системы. Классификация проводящих путей центральной нервной системы. Восходящие проводящие пути. Нисходящие проводящие пути.	2
2	Занятие № 12. Изучение и закрепление нового материала*. Спинномозговые нервы. Образование спинномозгового нерва, его ветви. Шейное сплетение. Плечевое сплетение.Грудные спинномозговые нервы. Поясничное сплетение. Крестцовое сплетение.Иннервация мышц.	2
2	Занятие № 13. Изучение и закрепление нового материала. * Черепные нервы. Чувствительные, двигательные и смешанные черепные нервы.	2
2	Занятие № 14. Изучение и закрепление нового материала*. Вегетативная нервная система.	2
2	Занятие № 15. Изучение и закрепление нового материала*. Органы чувств.	2
2	Занятие № 16.Текущий контроль по центральной нервной системе и органам чувств (6/20).	2

* - занятия в интерактивной форме

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для вузов / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18057-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560638>
2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М.Ф. Иваницкий ; под редакцией Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. — 17 изд. — Москва : Спорт, 2023. — 623 с. : ил.
3. Красноруцкая, И.С. Анатомо-физиологические особенности эндокринной системы : учебное пособие / И.С. Красноруцкая ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2024. — 86 с.: ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Петренко, В.Е. Анатомия человека. Вегетативная нервная система : учебное пособие / В.Е. Петренко ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-

- Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2025. — 117 с.: ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Страдина, М.С. Функциональная анатомия регуляторных систем : учебное пособие / М.С. Страдина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 130 с.: ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
 6. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для вузов / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14917-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561698>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Ермоленко, Е.К. Функциональная анатомия опорно-двигательного аппарата человека : учебник / Е.К. Ермоленко, Т.Г. Гричанова. — Москва : Советский спорт, 2021. — 748 с. : рис., схем., табл.
2. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 252 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20182-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557698>
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565309>
4. Калмин, О.В. Анатомия внутренних органов : учебное пособие для вузов / О.В. Калмин. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 109.[1] с. : ил.
5. Калмин, О.В. Анатомия нервной системы : учебное пособие / О.В. Калмин, О.А. Калмина. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 231 с. : рис., схем., табл.
6. Калмин, О.В. Анатомия опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / О.В. Калмин. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 260 с. : рис., схем., табл.
7. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебное пособие / В.И. Козлов, О.А. Гурова. — 4-е изд., стер. — Москва : Практическая медицина, 2021. — 364 с. : ил.
8. Красноруцкая, И.С. Основы физического развития : учебное пособие / И.С. Красноруцкая, Е.В. Петренко ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2022. — 226 с.: ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
9. Сапин, М.Р. Анатомия человека : в двух томах : учебник. Т. 1 / М.Р. Сапин, З.Г. Брыксина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Академия, 2015. — 262 с. : ил.
10. Сапин, М.Р. Анатомия человека : в двух томах : учебник. Т. 2 / М.Р. Сапин, З.Г. Брыксина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Академия, 2015. — 344 с. : ил.
11. Ткачук, М.Г. Анатомия : учебник / М.Г. Ткачук, И.А. Степаник. — Москва : Советский спорт, 2010. — 392 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/>

- ЭБС «Руконт» <https://lib.rucont.ru/>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>
- Российская Государственная Библиотека <https://www.rsl.ru/>
- Российская Национальная Библиотека <https://nlr.ru/>
- РИНЦ https://elibrary.ru/project_risc.asp
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://elibrary.ru/>

Состав программного обеспечения:

Операционные системы:

Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

Windows 7 Enterprise K

Windows 7 Professional

Windows 8 Pro

Windows 8.1 Pro

WindowsVista – MAK

ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп (отечественная ОС, нужно ее везде писать)

Офисные пакеты приложений:

Office 2007 Suites

Office 2016 for Mac Standard

Office Professional Plus 2010

Office Professional Plus 2013

Office Standard 2010

Office Standard 2013

Office Standard 2016

Мой офис (отечественное ПО, нужно его везде писать)

Браузеры:

Google Chrome

Opera

Mozilla Firefox

Chromium (устанавливается на отечественные ОС, его везде нужно писать)

Internet Explorer

Yandex.Browser

Safari

Pale Moon

Microsoft Edge

Архиваторы:

7zip

Программы просмотра PDF:

Adobe Acrobat Reader

Foxit Reader

Sumatra PDF

Связь:

Skype

Распознавание текста и конвертирование файлов:

Abby fine reader Professional 12

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

1. Анатомический музей.
2. Специализированные аудитории.
3. Анатомические музейные и учебные препараты.
4. Муляжи. Планшеты. Таблицы.
5. Антропометрические инструменты.
6. Мультимедийный комплекс.

7. Комплект видеофильмов.
8. Мультимедийные лекции.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Автор-разработчик канд. мед. наук, доцент Дюсенова А.А.