



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

---

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

ОДОБРЕНО:  
Руководитель ОП

Т.В. Карасёва  
(подпись)

«28» августа 2025 г.

**Рабочая программа дисциплины**  
Анатомия человека

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Физкультурно-оздоровительная деятельность

Иваново



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

### 1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Анатомия человека» является познание принципов строения, функционирования и закономерностей развития организма человека.

### 2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина является обязательной для изучения.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дисциплин: «Биомеханика двигательной активности», «Физиология спорта», «Спортивная медицина» и прохождению производственной практики.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен обладать знаниями в области анатомии, физиологии, безопасности жизнедеятельности, полученными ранее в ходе предшествующего этапа образования.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

#### 3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

б) общепрофессиональные (ОПК):

ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2: Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

#### 3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- строение, функции и топографию органов и их систем у человека (ОПК-9.1);
- особенности происхождения человека и закономерности развития органов тела человека (ОПК-9.1);
- изменение строения и функций органов основных физиологических систем организма человека в зависимости от условий жизни и состояния здоровья (ОПК-9.1);
- анатомические основы физиоскопии и физиометрии (ОПК-2.1).

**Уметь:**

- находить и показывать на муляжах и препаратах кости, мышцы, органы, сосуды и нервы организма человека (ОПК-1.2);
- воспроизводить и описывать схемы строения и функционирования органов и их систем (ОПК-1.2).

**Иметь:**

- навыки планирования занятий с учетом анатомо-морфологических особенностей занимающихся (ОПК-1.3).

### 4. Объем и содержание дисциплины



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

Объем дисциплины составляет 10 зачетных единицы (360 академических часа).

**4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа**

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1.	Анатомия человека как наука. Основные понятия и развитие человека	1	2	2 практ. занятие 2 лабор. занятие	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов
2.	Опорно-двигательный аппарат	1	26	10 практ. занятие 10 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
3	Органы чувств	1		4 практ. занятие 4 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
Итого за семестр:			36	32	Экзамен
3.	Висцеральные системы	2	12	10 практ. занятие 10 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
4.	Эндокринная система	2	2	2 практ. занятие 2 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
5.	Нервная система	2	2	2 практ. занятие 2 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
6.	Сосудистая система	2	2	2 практ. занятие 2 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
Итого за семестр:			18	32	Экзамен
Итого по дисциплине:			54	64	

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)	Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения)
-------	---------------------------	---------	---	--



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Анатомия человека как наука. Основные понятия и развитие человека	1	2	2 практ. занятие	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов
2.	Опорно-двигательный аппарат	1	4	4 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
3	Органы чувств	1	2	2 практ. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
Итого за семестр:			8	8	Экзамен
3.	Висцеральные системы	2	2	2 практ. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
4.	Эндокринная система	2		2 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
5.	Нервная система	2	2	2 практ. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
6.	Сосудистая система	2	2	2 лабор. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
Итого за семестр:			6	8	Экзамен
Итого по дисциплине:			14	16	

#### 4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

##### Тема 1. Анатомия человека как наука. Основные понятия и развитие человека

Содержание дисциплины, цели, задачи. Анатомия как предмет преподавания; значение понимания биологических законов развития организма человека для физической культуры. Направления и методы в изучении анатомии. Уровни структурной организации: современные представления целостности организма; организм и среда; клетки и ткани, органы и системы органов, аппараты и организм в целом. Части, области, поверхности тела. Условные оси, плоскости, линии, ориентиры, анатомические термины. Развитие организма человека: понятие об онтогенезе и филогенезе; этапы развития организма (от оплодотворения до рождения; от рождения до созревания); возрастная морфология и ее значение для обоснования средств и методов физического воспитания; морфологические характеристики физического развития; типы телосложения; половой диморфизм.

##### Тема 2. Опорно-двигательный аппарат

Виды и разновидности систем опорно-двигательного аппарата, особенности их строения и функциональная роль. Кость как орган: строение, свойства, возрастные изменения. Классификация костей по форме, строению, величине, функции. Виды соединения костей. Признаки сустава, виды суставов по форме, количеству сочленяющихся поверхностей, осей движения, наличию вспомогательных образований. Виды подвижности суставов. Мышечная система. Мышечные ткани. Скелетные мышцы: специфика строения мышечных волокон; мышца как орган; вспомогательный аппарат мышц: фасции, синовиальные каналы, синовиальные сумки, сесамовидные кости. Классификация мышц по величине, форме, направлению мышечных волокон, расположению, функции. Прикрепление мышц к костям. Виды работы мышц: статическая, динамическая. Направление тяги мышц. Законы рычага в работе мышц.

##### Тема 3. Висцеральные системы

Сердечно-сосудистая система. Сердце: размеры, топография, проекция на поверхности тела, строение (полости, клапаны, оболочки) входящие и выходящие сосуды; кровоснабжение и иннервация сердца; проводящая система сердца. Дыхательная система. Общий обзор органов дыхательной системы, их взаимное расположение, проекция на внешние структуры тела. Возду-



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

хоносные пути: носовая полость, носоглотка, гортань, трахея, бронхи; строение, функции. Легкие: строение (бронхиальное дерево, доли, сегменты, ацинус); ворота легкого, средостение. Взаимосвязь дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Пищеварительная система. Общий обзор органов пищеварительной системы: взаимное расположение, функции. Пищеварительный тракт. Ротовая полость: стенки, зубы, язык, слюнные железы. Глотка, перекрест воздухоносных путей и пищеварительного тракта; лимфоидное глоточное кольцо. Пищевод, желудок, тонкий и толстый кишечник: их положение, отделы, строение стенки; морфологические и функциональные различия полых органов пищеварительного тракта. Пищеварительные железы: мелкие железы слизистой оболочки ротовой полости, пищевода, желудка, кишечника; их строение и функции. Печень: положение, строение, функции; особенности кровоснабжения. Поджелудочная железа: положение, строение, функции. Мочеполовая система. Почки: топография, внешнее и внутреннее строение. Структурно-функциональная единица почки – нефрон. Внутренние и наружные половые органы.

#### **Тема 4. Эндокринная система**

Общий обзор желез внутренней секреции, их функциональные взаимосвязи, особенности строения. Гормоны. Топография, строение и функции гипофиза, эпифиза, щитовидной, паращитовидных, вилочковой, поджелудочной, половых желез, надпочечников. Возрастные изменения эндокринной системы.

#### **Тема 5. Нервная система**

Общая характеристика особенностей строения и функций нервной системы. Нейрон, нервная ткань. Топография нервной системы; центральные и периферические отделы соматической и вегетативной нервной системы. Центральная нервная система. Спинной мозг: размеры, форма, положение, оболочки, внутреннее строение, сегменты, корешки, проводящие пути. Головной мозг: строение, отделы, оболочки, положение. Продолговатый мозг, мост, мозжечок, средний мозг, промежуточный мозг, большие полушария: особенности строения и функции, ядра, подкорковые и корковые центры. Периферическая нервная система: черепно-мозговые нервы: чувствительные, двигательные, смешанные; ход нервов, область иннервации, корковые центры. Спинномозговые нервы: образование, топография, функциональная характеристика ветвей, сплетения и их ветви; области иннервации. Вегетативная нервная система: симпатический и парасимпатический отделы; центральная и периферическая часть; центры вегетативной иннервации органов; сплетения.

#### **Тема 6. Сосудистая система**

Система крови. Кровообращение, схема движения крови в организме, круги кровообращения. Сосуды: артерии, вены, капилляры (строение стенки). Топография сосудов большого и малого кругов кровообращения; аорта и ее ветви к различным органам; схема венозного оттока крови (нижняя и верхняя полые вены и их составляющие); легочный ствол и легочные артерии, легочные вены. Лимфатическая система; лимфатические капилляры, сосуды, протоки. Схема оттока лимфы от различных частей тела. Различия в строении кровеносных и лимфатических сосудов, отличие лимфы от крови. Лимфоидные органы: лимфатические узлы, селезенка (строение, топография, функции).

#### **Тема 7. Органы чувств**

Общая схема строения анализатора. Зрительный, слуховой, обонятельный, вестибулярный, вкусовой, кожный анализаторы: периферическая (рецепторы), проводниковая (нервы) и центральная (корковые центры) части; функции. Проприо- и висцеральная чувствительность: пути передачи информации от двигательного аппарата и внутренних органов.

### **5. Образовательные технологии**



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

---

Образовательные технологии: проблемного обучения, технология развития критического мышления, технология учебной дискуссии. Методы: дискуссия, групповая работа.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения.

#### **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа студентов по учебно-воспитательному курсу предполагает работу с дополнительной литературой для закрепления пройденного материала; изучение, анализ и конспектирование литературы по тем темам, разделам, вопросам, которые вынесены на самостоятельное изучение. Подготовка и оформление рефератов и докладов по отдельным вопросам и обсуждение их на семинарских занятиях. Систематизация изученного материала в виде схем, таблиц, слайдов и т.п.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в Приложении 1 к РП.

#### **7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Тестовый контроль проводится в письменной форме. «Типовые варианты тестовой работы представлены в фонде оценочных средств (Приложение 2)».

Экзамен проводится в устной форме.

Критерии оценки «Отлично». Ответ обладает строгостью, четкостью и полнотой. Приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Студент демонстрирует уверенное владение терминологией и отвечает на все дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Хорошо». Ответ частично раскрывает предложенную для обсуждения тему. При этом приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Студент демонстрирует хорошее владение терминологией и отвечает на большинство дополнительных вопросов по теме обсуждения или

Ответ обладает строгостью, четкостью и полнотой, но не все относящиеся к теме обсуждения понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями, или приведенные примеры содержат ошибки, которые не являются принципиальными или

Ответ обладает полнотой. Приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Но студент затрудняется дать правильные ответы на дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Удовлетворительно». Ответ частично раскрывает предложенную для обсуждения тему. Не все относящиеся к теме обсуждения понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями или приведенные примеры содержат принципиальные ошибки, или студент затрудняется прокомментировать приведенные им примеры. Студент демонстрирует слабое владение терминологией и отвечает на некоторые дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Неудовлетворительно». Студент демонстрирует отсутствие знания и понимания по предложенной для обсуждения теме и не отвечает на дополнительные вопросы.

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

Основная литература:

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : [12+] / М.Ф. Иваницкий. – Изд. 13-е. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. : ил. –URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430427>. – ISBN 978-5-9907240-5-1



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

2. Атлас анатомии человека / . 2-е изд., доп. и перераб. М. :Рипол Классик, 2014. 576 с. [Электронный ресурс]. URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=353533](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=353533)
3. Петренко, В.М. О конституции человека: введение в общую анатомию человека / В.М. Петренко. М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. 137 с. : [Электронный ресурс]. URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439694](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439694)
4. Воробьев, В.П. Атлас анатомии человека. Том первый / В.П. Воробьев ; под ред. Р.Д. Синельникова. - Москва ; Ленинград : Государственное медицинское издательство, 1938. 348 с. [Электронный ресурс]. URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=120029](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=120029)

Дополнительная литература:

1. Гайворонский, И.В. Нормальная анатомия человека: для медицинских вузов : учебник / И.В. Гайворонский. - 8-е изд., перераб. и доп. СПб. : СпецЛит, 2013. Т.1. 568 с. : ил., табл., схем. ISBN 978-5-299-00575-2. - ISBN 978-5-299-00574-5 ; То же [Электронный ресурс]. URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104907](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104907)
2. Гайворонский, И.В. Нормальная анатомия человека: для медицинских вузов : учебник / И.В. Гайворонский. 8-е изд., перераб. и доп. СПб. : СпецЛит, 2013. Т.2. 453 с. : ил., табл., схем. Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-299-00576-9. - ISBN 978-5-299-00574-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104908](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104908)

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет»  
<https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru;](http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka)  
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и (или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и (или) Yandex Browser.

## 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: демонстрационное оборудование (модели, макеты, демонстрационные устройства и др.; электронные пособия (презентации, электронные словари и т.п.), аудио-визуальные пособия (аудиозаписи, видеоматериалы и т.п.), печатные пособия (таблицы, плакаты, стенды, портреты, схемы и т.п.).



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

---

**Автор рабочей программы дисциплины:** к.п.н, доцент каф. физической культуры и безопасности жизнедеятельности Лощаков А.М.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности «28» августа 2025 г., протокол № 1

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Т.В. Карасёва  
(подпись) (И.О.Фамилия)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О.Фамилия)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О.Фамилия)