Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Чайковская государственная академия физической культуры и спорта»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Факультет дополнительного образования и повышения квалификации

УТВЕРЖДАЮ:
Ректор ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»
_____ Ф.Х. Зекрин
«25» октября 2024 г.
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Анатомия человека: миология и динамическая морфология»

Категория обучающихся	16 лет и старше, без предъявления требований к уровню образования
Форма обучения	*Очная*
Срок освоения программы	*72 часа*
Уровень освоения программы	*Общекультурный (до 120 час)*
Итоговая аттестация	*Не предусмотрена*

Разработчики программы:
кафедра: АФК и МБД

Лаврова Н.Ю. канд. биол. наук, доцент

Мальцева И.С. к.п.н

Подписи разработчиков:

_____

_____

Согласовано:

декан ФДОиПК
Мальцева И.С., к.п.н
_____

Проректор по УР
Фендель Т.В., доцент, к.п.н.
_____

Чайковский 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1.	**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ……**	3
1.1	Цель реализации программы……	4
1.2	Планируемые результаты обучения……..	4
2.	**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ……**	5
2.1	Учебный план…….	5
2.2	Календарный учебный график……..	5
2.3	Рабочие программы дисциплин…….	5
2.3.1	Рабочая программа дисциплины «Анатомия человека: миология и динамическая морфология»……	5
2.3.2	Рабочая программа «Индивидуальная консультация»…….	11
2.4	Оценка качества освоения программы……	13
3.	**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ……..**	13
3.1	Материально-технические условия…….	13
3.2	Кадровые условия…….	14
3.3	Учебно-методическое и информационное обеспечение……..	14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная программа имеет естественнонаучную направленность (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», п.11).

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Программа соответствует действующим нормативным актам, в ней представлены современные подходы и актуальные направления развития науки в цикле математических и естественнонаучных дисциплин.

Отсутствие интереса и желания изучать предмет «Анатомия и физиология человека» или «Анатомия человека» в период обучения в школе, среднем профессиональном образовании или вузе не позволяют сформировать предметные и метапредметные результаты, знания и умения, которые в дальнейшем могут быть востребованы в жизни и в профессиональной деятельности. Проходя профессиональную переподготовку и окунаясь в новую профессию или специальность, многие взрослые люди начинают ощущать знаниевый «голод». Конечно, его можно утолить самостоятельным изучением учебников и учебно-методических пособий, но это требует большой затраты энергии и времени, которого как всегда не хватает. А самое главное, нет рядом с тобой педагога, который, понимая возникшие проблемы и трудности, может подобрать индивидуальный подход и разработать задания, соответствующие уровню подготовленности обучающегося. Определить сильные стороны человека и на их основе, построить образовательный процесс – создавая для каждого ситуацию успеха.

Обучаться, через погружение в учебный процесс высшего образования, посещение занятий вместе со студентами, это еще один из вариантов, который позволяет осваивать темы в процессе совместной деятельности, через общение, эмоциональную поддержку; а школьникам еще и заглянуть в будущее, побывать на следующем уровне образования.

Новизна программы «Анатомия человека», реализуемая академией, заключается в интегрированном способе проведения занятий:

- формирование связей между анатомией, медициной и физической культурой и спортом;
- освоение материала идет совместно со студентами вуза, в тех же лекционных и лабораторных аудиториях;
- занятия носят практико-ориентированный характер: работа с тренажерами, привязка тем к конкретным бытовым и повседневным видам деятельности, здоровому образу жизни и с основой на знания физической культуры и спорта;
- программа вуза систематически обновляется и содержит последние наработки науки в изучаемых областях;
- программа предполагает так же индивидуальные консультации с каждым обучающимся, которые часто востребованы лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья или выдающиеся способности;
- занятия проводит кандидат биологических наук, который владеет разнообразными

формами и методами организации и проведения занятий с обучающимися;

- программа не обязывает посещать занятия весь год, каждый может выбрать для себя интересующие его темы и изучить их.

1.1 Цель реализации программы

Целью общеобразовательной общеразвивающей программы для лиц от 16 лет и старше, является удовлетворение потребностей в интеллектуальном совершенствовании базового уровня знаний по курсу «Анатомия человека», в развитии личностных качеств и организации свободного времени.

Реализация цели дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется посредством следующих задач:

1) стимулировать интерес обучаемых к предлагаемым заданиям за счет насыщения их предметными и метапредметными знаниями по физиологии, медицине, физической культуре и спорту;

2) способствовать формированию знаний и умений в изучаемых темах

3) способствовать актуализации личностных качеств, личностно-престижной мотивации, быть готовым применять полученные знания в жизни, процессе профессиональной деятельности или образовательном процессе.

1.2 Планируемые результаты обучения

Результаты обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе для взрослых представляют собой совокупность знаний, умений, практического опыта и компетенций, приобретаемых обучающимися.

Основная компетенция	*Практический опыт*	*Умения*	*Знания*
К-1. Способен применять знания «Анатомии человека» при реализации принципов здорового образа жизни, в бытовой, профессиональной и учебной видах деятельности К-2. Способен осуществлять поиск информации, обрабатывать и представлять наработанные результаты К-3. Способен использовать и развивать личностный потенциал	- работы с муляжами, планшетами, костными препаратами. - работы самостоятельно и в группах. - анализа и обобщения полученной информации по темам занятий - поиска новой информации, представлять и обсуждать результаты своей работы	- определяет места крепления и положения мышц: головы и шеи, спины, груди, дыхательные мышцы, брюшного пресса, пояса верхних конечностей и плеча, свободной верхней конечности, таза и бедра, голени и стопы. - подбирает упражнения для развития различных групп мышц, - демонстрирует движения изучаемых групп мышц - проводит анализ и обобщение полученной информации, структурирует ее в новый способ решения задания - креативно мыслить, - проявлять силу воли для достижения результата	- анатомия скелетных мышц - микроскопическое строение скелетных мышц - функциональные группы мышц, - понятия «виды мышечной работы», «тонус мышц». - общая динамическая морфология, - анатомический анализ положений тела.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебный план

№	Перечень и последовательность распределения курсов, дисциплин, модулей	Общая трудоемкость, час	Всего аудиторных час	Аудиторные занятия, час		Самостоятельная работа слушателей, час	Формы промежуточной/ итоговой аттестации
				Теоретические занятия/ с ДОТ и ЭО	Семинарские занятия/ с ДОТ и ЭО		
1	Дисциплина «Анатомия человека: миология и динамическая морфология»	64	20	6	14	44	-
2	Индивидуальная консультация	8	8		8		-
	Итого	72	28	6	22	44	-

Учебно-тематическое планирование

№	Перечень и последовательность распределения тем курса	Общая трудоемкость, час.	Всего аудиторных час	Аудиторные занятия, час		Самостоятельная работа слушателей, час	Формы текущего контроля
				Теоретические занятия/ с ДОТ и ЭО	Семинарские занятия/ с ДОТ и		
1	Тема Миология	52	16	2	14	36	Письменные задания
2	Тема Динамическая морфология	12	4	4	0	8	-
3	Индивидуальная консультация	8	8		8	-	беседа
	Всего	72	28	6	22	44	

2.2 Календарный учебный график

Месяц обучения	*Неделя обучения*	*День недели*						
		1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*
октябрь	*1*							
ноябрь	*1-4*							
декабрь	*1-4*							

Аудиторные занятия, самостоятельная работа
Не учебный день

2.3 Рабочая программа курса (учебных предметов, дисциплин, модулей)

2.3.1 Рабочая программа дисциплины «Анатомия человека: миология и динамическая морфология»

Курс направлен на получение знаний, умений и практического опыта для формирования компетенции:

К-1. Способен применять знания «Анатомии человека» при реализации принципов здорового образа жизни, в бытовой, профессиональной и учебной видах деятельности В результате изучения дисциплины обучающийся будет

К-2. Способен осуществлять поиск информации, обрабатывать и представлять наработанные результаты

Знать:

- анатомия скелетных мышц
- микроскопическое строение скелетных мышц
- функциональные группы мышц,
- понятия «виды мышечной работы», «тонус мышц».
- общая динамическая морфология,
- анатомический анализ положений тела.

Уметь:

- Определяет места крепления и положения мышц: головы и шеи, спины, груди, дыхательные мышцы, брюшного пресса, пояса верхних конечностей и плеча, свободной верхней конечности, таза и бедра, голени и стопы.
- подбирает упражнения для развития различных групп мышц,
- демонстрирует движения изучаемых групп мышц
- проводит анализ и обобщение полученной информации, структурирует ее в новый способ решения задания

Практический опыт:

- работы с муляжами, планшетами, костными препаратами.
- работы самостоятельно и в группах.
- анализа и обобщения полученной информации по темам занятий
- поиска новой информации

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**28/0**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения (ДОТиЭО)		6/0
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения (ДОТиЭО)		14/0
Самостоятельная работа обучающегося		**44**
Промежуточная аттестация		-
Общая трудоемкость		62

Содержание курса/дисциплины/модуля

№ п/п	Тема	Содержание занятий/ самостоятельной работы	Всего часов
1	Миология	*Теоретическое занятие 1. Лекция «Анатомия скелетных мышц».* Понятие о мышце и ее функциях. Макроскопическое строение мышцы. Места начала и прикрепления мышц. Вспомогательный аппарат мышц. Классификация скелетных мышц по форме, размерам, количеству головок, ходу мышечных волокон. Мышцы односуставные, двусуставные и многосуставные, антагонисты и синергисты.	2
		Теоретическое занятие 2. Лекция «Микроскопическое строение скелетных мышц». Уровни строения скелетной мышцы. Поперечнополосатое мышечное волокно, миофибриллы, протофибриллы. Саркомер. Двигательные единицы. Изменения, возникающие в мышечном волокне при его сокращении. Типы мышечных волокон.	2
		Самостоятельная работа. Изучить (прочитать внимательно, выучить определения и основные понятия, классификации Лекции 1-2)	2

		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 1. Мышцы головы и шеи. Мышцы шеи: поверхностные, связанные с подъязычной костью и глубокие. Особенности их работы при различных видах опоры. Функциональные группы мышц, производящих движения головы и шеи. Места начала и прикрепления крупных мышц шеи. Мышцы головы: мимические и жевательные. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами. Демонстрация движений головы и шеи.	2
		Самостоятельная работа. Выучить понятия «виды мышечной работы», «тонус мышц». Повторение движения шеи, места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html* *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц головы и шеи».*	6
		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 2. Мышцы спины. Движения позвоночного столба и локализация производящих их мышц. Мышцы спины: места начала и прикрепления, функции при различных видах опоры, при одностороннем и двустороннем сокращении. Упражнения для развития мышц спины. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами. Демонстрация движений туловища на натурщике.	2
		Самостоятельная работа. Повторение движения туловища в которых участвуют мышцы спины, места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html* *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в движениях позвоночного столба».*	6
		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 3. Мышцы брюшного пресса и груди. Дыхательные мышцы. Мышцы передней, боковых и задней стенок брюшной полости. Места начала и прикрепления мышц живота, их функции при различных видах опоры, одностороннем и двустороннем сокращении. Места наименьшего сопротивления брюшной стенки. Мышцы груди: места начала и прикрепления, функции при разных видах опоры. Упражнения для развития мышц живота и груди. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами. Механизм дыхательных движений. Мышцы вдоха: основные, вспомогательные, косвенные. Диафрагма. Мышцы выдоха. Типы дыхания. Демонстрация движений туловища на натурщике.	2

		Самостоятельная работа. Повторение движения туловища, в которых участвуют мышцы брюшного пресса и груди, повторите особенности работы и расположения дыхательных мышц. Повторите места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html* *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц брюшного пресса, груди и дыхательных мышц».*	6
		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 4. Мышцы пояса верхних конечностей и плеча. Мышцы, двигающие лопатку и ключицу. Функциональные группы мышц плеча: их положение относительно осей вращения плечевого сустава, места начала и прикрепления крупны мышц. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами. Демонстрация движений пояса верхних конечностей и плеча на натурщике. Упражнения для развития мышц плеча.	2
		Самостоятельная работа. Повторение движения пояса верхних конечностей и плеча. Повторите места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html* *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в строении и работе пояса верхних конечностей и плеча».*	6
		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 5. Мышцы свободной верхней конечности. Функциональные группы мышц, производящих движения предплечья в локтевом суставе, места их начала, прикрепления и положение относительно осей вращения локтевого сустава. Функциональные группы мышц лучезапястного сустава: особенности их положения по отношению к осям вращения лучезапястного сустава. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами. Демонстрация движений в суставах свободной верхней конечности. Упражнения для развития мышц предплечья.	2
		Самостоятельная работа. Повторение движения в суставах свободной верхней конечности. Повторите места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html*	6

		Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы. *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц свободной верхней конечности».*	
		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 6. Мышцы таза и бедра. Функциональные группы мышц бедра, особенности их положения относительно осей вращения в тазобедренном суставе. Места начала и прикрепления крупных мышц бедра, их функции при различных видах опоры. Упражнения для их развития. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами.	4
		Самостоятельная работа. Повторение движения в тазобедренном суставе. Повторите места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html* *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц таза и бедра».*	6
		Занятие семинарского типа (лабораторная работа) 7. Мышцы голени и стопы. Функциональные группы мышц, производящих движения голени, их расположение относительно осей вращения в коленном суставе, места начала и прикрепления. Функциональные группы мышц, производящих движения стопы, особенности их расположения по отношению к осям вращения голеностопного и таранно-пяточно-ладьевидного суставов. Места начала и прикрепления крупных мышц голени, их функции при различных видах опоры. Упражнения для развития этих мышц. Работа с муляжами, планшетами, костными препаратами. Демонстрация движений голени и стопы на натурщике.	2
		Самостоятельная работа. Повторение движения голени и стопы. Повторите места начала и места прикрепления мышц. *Домашнее задание: записать места начала, прикрепления и функции мышц. Выполнить работу в рабочей тетради.* *Для закрепления названия мышц, их расположения и их функций, рекомендуем поработать в онлайн-анатомическом атласе https://www.innerbody.com/htm/body.html* *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц голени и стопы».*	6
2	Динамическая морфология	*Занятие лекционного типа 2. Лекция «Общая динамическая морфология».* Общий центр тяжести (ОЦТ) тела человека: методы его определения, возрастные, половые и индивидуальные особенности положения. Площадь опоры тела. Условие сохранения равновесия. Угол устойчивости. Виды опоры, виды равновесия. Увеличение устойчивости тела путем изменения	2

		положения его звеньев.	
		Занятие лекционного типа 3. Лекция «Анатомический анализ положений тела». Общая характеристика и классификация положений тела (ориентация тела в пространстве, поза, распределение нагрузки на правую и левую половины тела, вид опоры, вид равновесия). Анатомическая характеристика положения стоя. Антропометрическая, спокойная и напряженная стойка: особенности работы мышц при их удержании в зависимости от положения вертикали ОЦТ тела относительно передней и задней границ площади опоры, поперечных осей вращения в суставах нижних конечностей.	2
		Самостоятельная работа. Изучить (прочитать внимательно, выучить определения и основные понятия, классификации Лекции 3-4) Домашнее задание: выполнить работу в рабочей тетради. *Изучить литературу по теме семинарского занятия, указанную в списке литературы.* *Подготовить 5 интересных и необсуждаемых на занятии фактов к индивидуальной консультации по теме «Очевидное и невероятное в сохранении положения тела в пространстве».*	8
			Итого: 62

Формы и критерии оценивания текущего контроля, и шкала оценивания устного сообщения или задания для самостоятельной работы:

Перечень вопросов по темам (разделам) дисциплины для текущего контроля:

Тема миология:

1. Понятие о мышце и ее функциях. Макроскопическое строение мышцы.
2. Места начала и прикрепления мышц. Вспомогательный аппарат мышц.
3. Классификация скелетных мышц по форме, размерам, количеству головок, ходу мышечных волокон. Мышцы односуставные, двусуставные и многосуставные, антагонисты и синергисты.
4. Уровни строения скелетной мышцы.
5. Поперечнополосатое мышечное волокно, миофибриллы, протофибриллы. Саркомер. Двигательные единицы
6. Типы мышечных волокон
7. Мышцы шеи: поверхностные, связанные с подъязычной костью и глубокие.
8. Особенности работы мышц шеи.
9. Функциональные группы мышц, производящих движения головы и шеи.
10. Места начала и прикрепления крупных мышц шеи. Мышцы головы: мимические и жевательные.
11. Мышцы спины. Движения позвоночного столба.
12. Мышцы спины: места начала и прикрепления, функции при различных видах опоры, при одностороннем и двустороннем сокращении.
13. Упражнения для развития мышц спины.
14. Мышцы брюшной полости. Места начала и прикрепления мышц живота, их функции при различных видах опоры, одностороннем и двустороннем сокращении.
15. Места наименьшего сопротивления брюшной стенки.
16. Мышцы груди: места начала и прикрепления, функции при разных видах опоры.
17. Упражнения для развития мышц живота и груди.
18. Механизм дыхательных движений.
19. Мышцы вдоха: основные, вспомогательные, косвенные.
20. Диафрагма.
21. Мышцы выдоха.
22. Типы дыхания.
23. Мышцы, двигающие лопатку и ключицу.
24. Функциональные группы мышц плеча.
25. Упражнения для развития мышц плеча.

26. Функциональные группы мышц, производящих движения предплечья в локтевом суставе.

27. Функциональные группы мышц лучезапястного сустава

28. Упражнения для развития мышц предплечья.

29. Мышцы таза и бедра. Функциональные группы мышц бедра, особенности их положения относительно осей вращения в тазобедренном суставе.

30. *Мышцы голени и стопы.* Функциональные группы мышц, производящих движения голени, их расположение относительно осей вращения в коленном суставе, места начала и прикрепления.

31. Функциональные группы мышц, производящих движения стопы, особенности их расположения по отношению к осям вращения голеностопного и таранно-пяточно-ладьевидного суставов.

32. Места начала и прикрепления крупных мышц голени, их функции при различных видах опоры.

33. Упражнения для развития этих мышц.

34. Понятия «виды мышечной работы», «тонус мышц».

35. Общая характеристика и классификация положений тела (ориентация тела в пространстве, поза, распределение нагрузки на правую и левую половины тела, вид опоры, вид равновесия).

36. Анатомическая характеристика положения стоя.

37. Антропометрическая, спокойная и напряженная стойка: особенности работы мышц при их удержании в зависимости от положения вертикали ОЦТ тела относительно передней и задней границ площади опоры, поперечных осей вращения в суставах нижних конечностей.

Критерии оценки письменной работы (заданий в рабочих тетрадях)

Характеристика	
Вид оценочного средства текущего контроля, предназначенного для выявления обучающимися освоения учебной информации по одной или нескольким темам дисциплины в соответствии с разработанными преподавателями вариантами.	
Критерии оценивания	
Оценка выставляется пропорционально доле правильных ответов	
Показатели оценивая	**Баллы**
90-100% правильных ответов и выполненных заданий	5
80-89% правильных ответов и выполненных заданий	5
70-79% правильных ответов и выполненных заданий	3
Менее 70% правильных ответов и выполненных заданий	2

Шкалы оценивания		
Баллы	Уровень	Отметка
5	высокий	Отлично/зачтено
4	выше среднего	Хорошо/зачтено
3	средний	Удовлетворительно/зачтено
2	низкий	Неудовлетворительно/не зачтено

2.3.2 Рабочая программа раздела курса «Индивидуальная консультация»

Цель программы - оказание помощи детям и взрослым, осваивающим учебный курс, в коррекции и закреплении знаний, в создании условий для самореализации.

Основные задачи:

1. Поддержка стремления прорабатывать полученную информацию и структурировать ее в новый способ решение задания.

2. Формирование у обучающихся способности решать самостоятельно проблемы учебного характера и сохранять желание познавать новое.

3. Способствование формирование положительного переноса знаний с учебного

материала на бытовую или профессиональную виды деятельности.

Результаты проведения индивидуальных консультаций:

Консультации способствуют формированию компетенций:

К-2. Способен осуществлять поиск информации, обрабатывать и представлять наработанные результаты

К-3. Способен использовать и развивать личностный потенциал

Умеет:

- проводить анализ и обобщать полученную информацию, структурировать ее в новый способ решение задания
- креативно мыслить,
- проявлять силу воли для достижения результата

Имеет практический опыт:

- работы самостоятельно и в группах.
- анализа и обобщения полученной информации по темам занятий
- поиска новой информации, представлять и обсуждать результаты своей работы

Объём дисциплины/модуля и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**8/0**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения(ДОТиЭО)		0
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения (ДОТиЭО)		8
Самостоятельная работа обучающихся		**0**
Промежуточная аттестация		-
Общая трудоемкость		8

Организация и содержание индивидуальных консультаций

Консультации проводятся через 1-2 дня после семинарских занятий. Обучающийся после выполнения домашнего задания семинарского занятия, должен подготовить 5 интересных заданий фактов, которые он не встретил по теме занятия.

Рассказ о выявленном факте обучающийся начинает со слов «Я думаю, что…». Преподаватель, выслушав рассказ, должен ответить «Верно - неверно». Далее, они совместно разбирают этот рассказ и выстраивают метапредметные связи (с позицией в анатомии, физиологии, движением и видами деятельности).

Взрослые, обучающиеся по программе курса, готовят практико-ориентированные вопросы, связанные с профессией настоящей или будущей, со спортивной деятельностью или жизненным опытом.

Подготовка к консультациям и консультации способствуют формированию умения находить и анализировать информацию, общаться в устной форме, доказывать свою точку зрения, обсуждать сходные и противоположные взгляды, делать самостоятельные выводы.

Принципы работы на консультациях:

1) Высокий уровень сложности. Учёба должна порождать вопросы, которые обучающийся сможет решить с помощью педагога.

2) Быстрый темп. В процессе повторения изученного материала, обучающийся погружается в поиск нового в изученном.

3) Ориентация на самообучение. В ходе обучения, обучающиеся сталкиваются с проблемами, которые должны решать самостоятельно. Педагог может лишь направить их к правильному ответу.

4) Развитие личностных качеств. Помимо интеллектуального развития, консультации способствуют развитию креативного мышления и силы воли.

5) Индивидуальный подход. Консультации направлены на развитие индивидуальных особенностей и способностей обучающихся.

Темы консультаций:

1. «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц головы и шеи»
2. «Очевидное и невероятное в движениях позвоночного столба»
3. «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц брюшного пресса, груди и дыхательных мышц»
4. «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц пояса верхних конечностей и плеча»
5. «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц свободной верхней конечности»
6. «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц таза и бедра»
7. «Очевидное и невероятное в строении и работе мышц голени и стопы»
8. «Очевидное и невероятное в сохранении положения тела в пространстве».

Критерии оценки работы на индивидуальных консультациях:

Критерии оценивания	
– правильность ответа по содержанию и его аргументация, – последовательность и логичность изложения, – самостоятельность суждений и выводов, – умение связывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью.	
Показатели оценивая	**Баллы**
Аргументированное, полное, последовательное и логичное изложение учебного материала.	1
Глубина прочность, систематичность знаний, владение категориальным аппаратом.	1
Применение теоретических знаний для решения практических задач.	1
Логичное, структурно связное высказывание.	1
Полнота ответов на вопросы.	1
Итого	5

Шкалы оценивания		
Баллы	Уровень	Отметка
5	высокий	Отлично/зачтено
4	выше среднего	Хорошо/зачтено
3	средний	Удовлетворительно/зачтено
2	низкий	Неудовлетворительно/не зачтено

Самые интересные выявленные факты, выявленные обучающимися, зачитываются на семинарских занятиях.

2.4 Оценка качества освоения программы

Итоговая аттестации не предусмотрена. Оценка качества освоения программы проводится по результатам текущего контроля. По освоению программы слушатель получает сертификат обучения установленного образца.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

3.1 Материально-технические условия

Лекционные (теоретические) занятия проводятся в аудитории 202, 248 с вместимостью до 150 чел. Семинарские (лабораторные) занятия в ауд. 11 «Анатомия» (вместимость до 20 чел.). Аудитории, должны быть укомплектованы для проведения лекционных и семинарских занятий.

Требования к оснащению аудитории и подготовленности слушателей:

1. В аудитории: ноутбук, проектор и экран для показа демонстрационного материала, веб камера, петличный микрофон (по необходимости);
2. Для семинарских (лабораторных) занятий – ноутбук, проектор и экран для показа

демонстрационного материала, спортивное оборудование и инвентарь (по теме занятий), муляжи, планшеты, костные препараты.

3. *Для слушателей* наличие установленных на компьютере приложений и программ: Microsoft Word (Ворд), программы Microsoft Excel и PowerPoint, устойчивый сигнал Интернет.

3.2 Кадровые условия:

Для преподавателей - наличие высшего образования и работа в области преподаваемой дисциплины/модуля обязательно. Наличие ученой степени и звания по усмотрению организаторов курсов.

3.3 Учебно-методическое обеспечение

Основная литература

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник для институтов физической культуры / М. Ф. Иваницкий. – Москва : Издательство «Спорт», 2022. – 624 с. – ISBN 978-5-907225-77-0. – Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. – URL: https://www.iprbookshop.ru/116355.html

2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник. – М.: Олимпия, 2018; 2016; 2014. – 40 экз.

Дополнительная литература

1. Лаврова, Н.Ю. Анатомия опорно-двигательного аппарата: учебно-методическое пособие для студентов очной и заочной формы обучения ЧГИФК по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура; 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура); 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм / Н. Ю. Лаврова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2020. – 136 с. – URL: http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=ЛАВРОВА%20Анатоми%20ОДА%20УМП%2049.03.01%20.pdf&reserved=ЛАВРОВА%20Анатоми%20ОДА%20УМП%2049.03.01

2.Лаврова, Н.Ю. Анатомия систем обеспечения движений: учебно-методическое пособие для обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, 49.03.04 Спорт / Н. Ю. Лаврова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», 2021. – 98 с. – URL:http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=Анат%20сист%20обесп%20движений%20УМП%2049.03.01,%2049.03.02,%2049.03.03,%2049.03.04%202021%20ОФО,.pdf&reserved=Анат%20сист%20обесп%20движений%20УМП%2049.03.01,%2049.03.02,%2049.03.03,%2049.03.04%202021%20ОФО,

3.Лаврова, Н.Ю. Анатомия центральной нервной системы: учебно-методическое пособие для обучающихся очной формы по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура),49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, 49.03.04 Спорт/ Н. Ю. Лаврова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», 2021. – 42 с. – URL:http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=Анат%20ЦНС%20УМП%20ОФО%2049.03.01,%2049.03.02.,%2049.03.03,%2049.03.04%202021%20.pdf&reserved=Анат%20ЦНС%20УМП%20ОФО%2049.03.01,%2049.03.02.,%2049.03.03,%2049.03.04%202021

4.Лаврова, Н.Ю. Тетрадь для лабораторных работ по дисциплине «Анатомия человека»: рабочая тетрадь для обучающихся очной формы по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, 49.03.04 Спорт / Н. Ю. Лаврова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», 2022. – 68 с. – URL:http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=2022%20Раб.тетрадь%20для%20лаб%20работ%20ОФО%2049.03.01,%2002,%2003.pdf&reserved=2022%20Раб.тетрадь%20для%20лаб%20работ%20ОФО%2049.03.01,%2002,%2003

5.Руководство к выполнению контрольной работы по дисциплине «Анатомия человека» для обучающихся заочной формы по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура,49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, 49.03.04 Спорт/ сост. Н. Ю. Лаврова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», 2022. – 14 с. – URL:http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=Рук-во%20к%20КР%20анатомия%202022%20%20ЗФО%2049.03.01,%202,%20.pdf&reserved=Рук-во%20к%20КР%20анатомия%202022%20%20ЗФО%2049.03.01,%202,

6.Страдина М. С. Возрастные особенности человека. Опорно-двигательный аппарат : учебное пособие / М. С. Страдина. – Санкт-Петербург. – СПб. : [б.и.], 2014. – 128 с. – URL: http://192.168.1.5/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=ВОЧ%20опорно-двигательный%20аппарат%20(2014).pdf&reserved=ВОЧ%20опорно-двигательный%20аппарат%20(2014)

7.Страдина М. С. Возрастные особенности человека. Системы обеспечения и регуляции жизнедеятельности : учебное пособие / М. С. Страдина. – Санкт-Петербург. – СПб. : [б.и.], 2014. – 93 с. – URL: http://192.168.1.5/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=ВОЧ%20системы%20обеспечения%20и%20регуляции%20жизнедеятельности%20(2014).pdf&reserved=ВОЧ%20системы%20обеспечения%20и%20регуляции%20жизнедеятельности%20(2014)

8.Ткачук М. Г. Спортивная морфология : учебник / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. – СПб.: [б.и.], 2019. – 290 с. – URL: http://192.168.1.5/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=Спортивная%20морфология.pdf&reserved=Спортивная%20морфология

Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	*Наименование программного продукта*
	Лицензионное программное обеспечение
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY Fine Reader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2-4)
13.	Video Studio Pro X4 License (1-10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
	Свободно распространяемое программное обеспечение
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDU Viewer
20.	Telegram
21.	https://www.innerbody.com/htm/body.html