

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Кемеровский государственный институт культуры

НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Анатомия, физиология, биодинамика»

Рабочая программа дисциплины

Направление подготовки

52.03.02 «Хореографическое исполнительство»

Профиль

«Артист-танцовщик ансамбля народного танца, педагог-репетитор»

Квалификация (степень)

«Бакалавр»

Форма обучения

Очная

Кемерово 2019

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 52.03.02 «Хореографическое исполнительство», профилю «Артист-танцовщик ансамбля народного танца, педагог-репетитор», квалификация (степень) выпускника – бакалавр).

Утверждена на заседании кафедры социально-культурной деятельности 29.08.2019 г., протокол № 1

Переутверждена на заседании кафедры социально-культурной деятельности 31.08.2020 протокол № 1

Переутверждена на заседании кафедры социально-культурной деятельности 31.08.2021 протокол № 1

Переутверждена на заседании кафедры социально-культурной деятельности 31.08.2024 протокол № 1

Анатомия, физиология, биодинамика, рабочая программа дисциплины по направлению подготовки 52.03.02 «Хореографическое исполнительство» профиль: «Артист-танцовщик ансамбля народного танца, педагог-репетитор», квалификация (степень) выпускника – «бакалавр». / *Сост.* Гусев, С. И. – Кемерово: Кемеровский гос. ин-т культуры, 2019. - 51 с.

Автор (составитель):

С. И. Гусев, д. м. н.

Содержание рабочей программы дисциплины

1. Цели освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы бакалавриата .	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
4. Объем, структура и содержание дисциплины	
4.1. Объем дисциплины (модуля).....	5
4.1. Структура дисциплины	6
4.2. Содержание дисциплины	8
5. Образовательные и информационно-коммуникационные технологии	
5.1 Образовательные технологии.....	18
5.2 Информационно-коммуникационные технологии обучения	18
6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы (СР) обучающихся	
6.1. Перечень учебно-методического обеспечения для СР	19
6.2. Примерная тематика рефератов	20
6.3. Методические указания для обучающихся по организации СРС	26
7. Фонд оценочных средств	
7.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости	29
7.2. Вопросы к экзамену для итоговой аттестации.....	42
7.3. Критерии оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций.....	42
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	
9.1.Основная литература.....	43
9.2. Дополнительная литература.....	45
9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»	45
.....	
10. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	49
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	48
12. Список ключевых слов.....	48

1. Цели освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика» формирование у студентов знаний о строении организма человека, общих принципах функционирования органов, систем и аппаратов, об анатомо-профессиональных особенностях организма человека, занимающегося хореографией, необходимых для их дальнейшей успешной работы в соответствии с профессиональными информационными потребностями и применению этих знаний в практической деятельности.

Задачи курса

- сформировать у студентов знания о строении всех элементов опорно-двигательного аппарата, особенностях их функции и биодинамических свойствах и изменениях при физических нагрузках;
- сформировать у студентов знания о строении и движениях суставов нижней и верхней конечности, туловища, а также их профессиональных изменениях;
- выработать у студентов представление о строении и функциях систем внутренних органов, нервной и сосудистой систем и особенностях их у занимающихся хореографией;
- сформировать у студентов знания об основных повреждениях и заболеваниях, характерных для занимающихся хореографией, принципах первой помощи и реабилитации.

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата

Дисциплина принадлежит к части дисциплин по выбору учебного плана. Для её освоения необходимы знания особенности физического развития человека в объеме общеобразовательного курса и элементарные умения в организации занятий физической культурой и методик массажа. Дисциплина «Анатомия, физиология, биодинамика» является предшествующей для практически многих дисциплин основной образовательной программы, поскольку способствует становлению у студентов навыков физического развития, сохранения профессионального здоровья в учебной, научно-исследовательской и профессиональной деятельности.

3. . Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций (УК, ОПК, ПК) и индикаторов их достижения.

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций		
	знать	уметь	владеть
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Способы поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	УК-7.2. Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	
ПК-2. Способен сохранять и поддерживать свою профессиональную форму, используя знания о биомеханике, анатомии и физиологии, охране труда в хореографии.		ПК-2.2. Применять в собственной профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии и физиологии, охране труда в хореографии.	ПК-2.1. Поддержкой должного уровня профессиональной физической формы для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.

4. Структура и содержание дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика»

Дисциплина изучается в 1 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часа. Зачет проводится в 1 семестре.

Практическая подготовка при реализации учебной дисциплины (модуля) организуется путем проведения практических (лабораторных, семинарских занятий), предусматривающих участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Практическая подготовка включает в себя отдельные занятия лекционного типа, которые предусматривают передачу учебной информации обучающимся, необходимой для последующего выполнения работ, связанной с будущей профессиональной деятельностью.

4.1. Структура дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика» для студентов дневной формы обучения.

№ п/п	Раздел Дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам)

		Учебная работа		Самостоятельная работа (интерактив)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		лекции	практ.		
	всего				
Раздел I Введение в дисциплину. Основы анатомии, физиологии, биодинамики					
1.1.	Анатомия, физиология, биодинамика как предметы и их значение в хореографии.	2		2	Устный опрос Доклад, презентация
1.2.	Основные определения, понятия в анатомии, физиологии		2		Выполнение заданий Устный опрос
Раздел II Особенности строения и биодинамика опорно-двигательного аппарата					
2.1	Анатомическое строение костей, скелета и его функции. Позвоночник – особенности строения и биодинамика. Череп - особенности строения и функции.	2		2	Устный опрос Доклад, презентация
2.2	Коленный сустав, суставные поверхности, мениски, крестообразные связки. Биодинамика движений в суставе	2		4	Устный опрос Доклад, презентация
2.3	Строение и функции стопы. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамики движений.	2		4	Устный опрос Доклад, презентация
2.4	Анатомия, физиология, биодинамика опорно-двигательного аппарата		2		Выполнение заданий Устный опрос
Раздел III Анатомия и физиология основных органов и систем человека					
3.1	Сердечно-сосудистая система, анатомия и физиология	2		10	Устный опрос Доклад, презентация
3.2	Анатомия, физиология, биодинамика сердечно-сосудистой системы человека		2		Выполнение заданий Устный опрос
3.3	Дыхательная система особенности строения и функции дыхания.	2			Устный опрос Доклад, презентация
3.4	Анатомия, физиология системы дыхания человека		2	8	Выполнение заданий Устный опрос
3.5	Анатомия и физиология системы пищеварения	2		10	Устный опрос Доклад, презентация
3.6	Особенности анатомии, физиологии, биодинамики пищеварительной системы человека. Терморегуляция		2	10	Выполнение заданий Устный опрос
3.7	Кожа и подкожная клетчатка, анатомия, физиология и патология.	2			Устный опрос Доклад, презентация
3.8	Мочеполовая система, анатомия, физиология.	2		10	Устный опрос Доклад, презентация

3.9	Анатомия и физиология эндокринной системы человека		2	4	Выполнение заданий Устный опрос	
3.10	Анатомическое строение и физиология анализаторов Зрительный анализатор. Слуховой анализатор. Вестибулярный, обонятельный, вкусовой анализаторы.	2		4	Устный опрос Доклад, презентация	
3.11	Анатомия, физиология, биодинамика сенсорных систем		2		Выполнение заданий Устный опрос	
3.12	Анатомия, физиология, биодинамика нервной системы		2			
	Итого семестр		20	16	38	Зачет

В интерактивных формах проводится 20 часов занятий, что составляет 28,6 % от аудиторных часов.

4.2. Содержание дисциплины

4.2. Содержание дисциплины

<i>Содержание</i>	<i>Результаты обучения</i>	<i>Формы текущего контроля, промежуточной аттестации Виды оценочных средств</i>
Раздел I Введение в дисциплину. Общие закономерности роста и развития организма человека		
1.Анатомия, биодинамика, физиология как предметы и их значение в хореографии. Анатомия и физиология как предметы. Предмет их изучения, значение их для хореографов. Уровни организации человеческого организма: клеточный, тканевый, органный, системный и аппаратный, организменный. Возрастная периодизация пре- и постнатального развития.	Формируемые компетенции: УК-7, ПК-2 Знать: УК-7.1. Способы поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. Уметь: УК-7.2. Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом	Устный опрос Доклад, презентация
2.Биодинамика определение, основные направления.		Устный опрос Доклад, презентация
		Устный опрос Доклад, презентация

	<p>внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p> <p>ПК-2.2. Применять в собственной профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии и физиологии, охране труда в хореографии.</p> <p>Владеть:</p> <p>ПК-2.1. Поддержкой должного уровня профессиональной физической формы для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.</p>	
<p>Раздел II Особенности строения и биомеханика опорно-двигательного аппарата</p>		
<p>2.1. Анатомическое строение костей. Классификация костей, функции</p> <p>Ход кровеносных сосудов, питающих кость. Диафиз, эпифизы, метафизы и апофизы, их значение в росте, развитии костей и функциях костей.</p>	<p>Формируемые компетенции: УК-7, ПК-2</p> <p>Знать:</p> <p>УК-7.1. Способы поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.</p>	<p>Устный опрос</p> <p>Доклад, презентация</p>
<p>2.2. Особенности соединения костей. Суставы, анатомия, классификация и особенности биодинамики. Связочный аппарат.</p> <p>Непрерывные соединения костей: синдесмозы, синхондрозы и синостозы, их функции и биомеханическая характеристика.</p> <p>Прерывные соединения костей - суставы.</p> <p>Обязательные компоненты сустава: суставные поверхности, суставная полость, синовиальная жидкость, суставная сумка; их строение и функции.</p> <p>Классификация суставов. Виды движений в одноосных, двуосных и многоосных суставах.</p>	<p>Уметь:</p> <p>УК-7.2. Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной</p>	<p>Устный опрос</p> <p>Доклад, презентация</p>
<p>2.3. Строение скелета и его функции. Череп - особенности строения и функции.</p> <p>Кости скелета. Особенности строения и функции скелета. Основные кости черепа. Соединение костей черепа.</p>		
<p>2.4. Классификация и строение мышц. Мышцы спины, головы, живота и конечностей. Особенности биодинамики мышц</p>		<p>Устный опрос</p> <p>Доклад, презентация</p>

<p>Мышцы спины, головы, живота и конечностей. Внутреннее и внешнее строение мышцы. Особенности строения веретенообразных, одно-, двуперистых и плоских мышц. Анатомический и физиологический поперечники мышц, их значение. Работа мышц. Виды рычагов, их отличия и значение. Вспомогательный аппарат мышц: фасции, синовиальные влагалища сухожилий, блоки и сумки: их строение и функции.</p>	<p>профессиональной деятельности. ПК-2.2. Применять в собственной профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии и физиологии, охране труда в хореографии.</p>	
<p>2.5.Верхняя конечность. Плечевой, локтевой, лучезапястные, межфаланговые суставы. Кости, связки, суставы и биодинамика движений Связки и мышцы позвоночника, биодинамика движений. Строение типичного позвонка. Особенности строения шейных, грудных, поясничных позвонков. Крестец и копчик как слившиеся позвонки. Соединения позвонков: межпозвоночные диски как амортизаторы, строение их пульпозного ядра и фиброзного кольца; связки позвоночника. Позвоночник в целом. Его физиологические изгибы, их формирование. Патологические изгибы, их выявление и коррекция. Движения позвоночника. Движения в атланто-затылочном и атланто-осевых суставах и движения головы. Движения в остальных отделах позвоночника. Мышцы, их совершающие: точки прикрепления, расположение и функции.</p>	<p>Владеть: ПК-2.1. Поддержкой должного уровня профессиональной физической формы для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.</p>	
<p>2.6.Строение таза, кости и мышцы. Кости, связки, мышцы тазобедренного сустава и бедра. Кости, связки, мышцы тазобедренного сустава. Скелет таза. Тазовая кость: процесс синостозирования подвздошной, седалищной и лобковой костей, их строение. Крестец и копчик, их строение. Крестцово-подвздошный сустав как простой тугоподвижный сустав: его суставные поверхности, связочный аппарат и капсула. Связки таза, не укрепляющие суставы. Запирательная мембрана. Лобковый симфиз как полупрерывное соединение двух тазовых костей. Мышцы таза: внутренние и наружные мышцы, точки их прикрепления, расположение и функции. Суставные поверхности, суставная губа. Связка головки бедренной кости как проводник сосудов, питающих кость. Внесуставные связки как фиксаторы и ограничители движений в суставе. Виды движений в суставе. Значение выворотного положения в тазобедренном суставе. Мышцы, действующие на сустав: точки их прикрепления и функции. Синовиальные сумки в области сустава.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>

<p>Строение бедренной кости. Мышцы бедра: передняя, медиальная и задняя группы: точки их прикрепления, расположение и функции.</p>		
<p>2.7. Коленный сустав, суставные поверхности, мениски, крестообразные связки. Биодинамика движений в суставе. Суставные поверхности, мениски, крестообразные связки как основной фиксирующий механизм сустава; внутрисуставные и внесуставные связки. Синовиальные складки, жировые складки. Внутрисуставные и внесуставные сумки. Движения в суставе; мышцы, действующие на сустав: точки их прикрепления, расположение и функции.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>2.8. Строение и функции стопы. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамики движений. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамики движений. Скелет стопы: предплюсна, плюсна и фаланги пальцев, строение костей этих отделов, их участие в функциях стопы. Суставы стопы. Подтаранный как наиболее подвижный сустав предплюсны, остальные межпредплюсневые суставы и предплюснеплюсневые суставы как тугоподвижные суставы: их строение, виды движений и мышцы, действующие на суставы. Плюснефаланговые и межфаланговые суставы как эллипсоидные и блоковидные суставы: их строение, виды движений и мышцы, действующие на сустав. Длинные и короткие связки стопы. Мышцы стопы: тыльная и подошвенная группа: точки их прикрепления, расположение и функции. Стопа как целое. Своды стопы: медиальный продольный как рессорный и латеральный продольный как опорный, поперечный свод стопы. Их пассивные затяжки (связки) и активные затяжки (мышцы голени и стопы).</p>		

<p>2.9.Строение позвоночника, особенности структуры и функции позвонков и их соединений. Связки и мышцы позвоночника. Физиологические и патологические изгибы, биодинамика движений позвоночника.</p> <p>Связки и мышцы позвоночника, биодинамика движений</p> <p>Строение типичного позвонка. Особенности строения шейных, грудных, поясничных позвонков. Крестец и копчик как слившиеся позвонки.</p> <p>Соединения позвонков: межпозвоночные диски как амортизаторы, строение их пульпозного ядра и фиброзного кольца; связки позвоночника. Позвоночник в целом. Его физиологические изгибы, их формирование. Патологические изгибы, их выявление и коррекция.</p> <p>Движения позвоночника. Движения в атлanto-затылочном и атлanto-осевых суставах и движения головы. Движения в остальных отделах позвоночника. Мышцы, их совершающие: точки прикрепления, расположение и функции.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>Раздел III Анатомия и физиология основных органов и систем человека</p>		
<p>3.1.Строение нервной системы человека. Головной и спинной мозг.</p> <p>Головной и спинной мозг.</p> <p>Деление нервной системы на центральную и периферическую, соматическую и вегетативную. Нейрон как единица нервной системы, его строение, виды нейронов.</p> <p>Центральная нервная система. Спинной мозг, принципы его строения, расположение, функции. Головной мозг: ствол и полушария, принципы строения, расположение, функции. Черепные нервы, их связь с головным мозгом, функции.</p> <p>Периферическая нервная система.</p> <p>Спинномозговые нервы, их формирование, участие в образовании нервных сплетений. Ход крупных нервов на верхней и нижней конечности. Черепные нервы, их связь с головным мозгом, функции.</p> <p>Рефлекторная дуга как морфо-функциональная единица нервной системы.</p> <p>Двигательный анализатор, принципы его строения и функционирования.</p>	<p>Формируемые компетенции: УК-7, ПК-2</p> <p>Знать:</p> <p>УК-7.1. Способы поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.</p> <p>Уметь:</p> <p>УК-7.2. Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной</p>	<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>3.2.Сердечно-сосудистая система, особенности строения и физиология.</p> <p>Сердце, его расположение. Камеры сердца, их связь с кругами кровообращения. Клапанный аппарат сердца, его роль в кровообращении. Строение стенки сердца, роль эндокарда, миокарда и</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>

<p>эпикарда в работе сердца. Проводящая система сердца, узлы и пучки, ее образующие. Перикард как серозная оболочка сердца.</p> <p>Работа сердца. Систола и диастола как фазы работа сердца, значение миокарда и клапанов для работы сердца. Частота сердечных сокращений и систолический объем как составляемые минутного объема сердца, их соотношение при разных уровнях тренированности сердца. Факторы питания, различных физических нагрузок, вредных привычек как положительные и отрицательно действующие на работу сердца.</p> <p>Кровеносные сосуды как часть сосудистой системы. Строение стенки сосудов. Артериальное, микроциркуляторное и венозное звенья кровеносного русла, принципы их строения, функции. Большой круг кровообращения: артериальные магистрали и венозные коллекторы головы, шеи, туловища, конечностей. Ход глубоких и поверхностных кровеносных сосудов на нижней и верхней конечности.</p> <p>Лимфатические сосуды как часть сосудистой системы, их отличия от кровеносных сосудов. Основные лимфатические коллекторы, их роль в токе лимфы. Лимфатические узлы как фильтры лимфы. Расположение основных групп лимфатических узлов. Значение знаний направления тока лимфы в различных областях тела человека для массажа.</p>	<p>профессиональной деятельности.</p> <p>ПК-2.2. Применять в собственной профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии и физиологии, охране труда в хореографии.</p> <p>Владеть:</p> <p>ПК-2.1. Поддержкой должного уровня профессиональной физической формы для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.</p>	
<p>3.3. Дыхательная система особенности строения и функции дыхания.</p> <p>Наружный нос и полость носа, их строение и участие в акте дыхания. Венозные сплетения полости носа как источник носовых кровотечений, первая помощь при носовых кровотечениях. Гортань, ее расположение, строение, участие в голосообразовании и дыхании. Трахея, бронхи, легкие, расположение, строение, функции. Плевра как серозная оболочка легких, ее участие в акте дыхания.</p> <p>Дыхательный аппарат: скелет грудной клетки, основная и вспомогательная дыхательная мускулатура, плевра, верхние и нижние дыхательные пути - участие этих элементов в акте вдоха и выдоха. Дыхание в хореографии. Гигиена органов дыхания.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>3.4. Анатомия и физиология системы пищеварения.</p> <p>Полость рта: ее отделы, строение их стенок. Язык, зубы, их строение и участие в речевом и</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>

<p>жевательном аппарате. Глотка, ее отделы и их сообщения. Пищевод, желудок, тонкая и толстая кишка, их строение и значение в пищеварительном процессе. Слюнные железы, печень и поджелудочная железа как большие экзокринные железы, расположение, строение и функции. Перистальтика, ее закономерности, значение этих знаний для танцовщиков. Гигиена питания. Пищевая ценность основных пищевых продуктов. Калорийность пищи. Режим питания при занятиях хореографией.</p>		
<p>3.5. Кожа и подкожная клетчатка, анатомия, физиология и патология. Эпидермис как наружный защитный слой кожи, его строение, значение ороговевания эпителия кожи. Функциональный гиперкератоз стоп у танцовщиков. Собственно дерма, ее значение для функционирования кожи. Подкожно-жировая клетчатка, ее значение, особенности распределения у мужчин и женщин. Сальные и потовые железы, их расположение и значение для кожи организма в целом. Волосы и ногти как производные кожи, их строение и функции. Кожный анализатор. Гигиена кожи, ее производных и ее значение для танцовщиков</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>Раздел IV. Анатомия, физиология и биодинамика в хореографии</p>		
<p>4.1. Мочеполовая система, анатомия, физиология. Почки как органы образования мочи, их строение, процесс образования первичной и вторичной мочи. Факторы фиксации почки, внутрибрюшное давление как первостепенный фактор и его изменения. Экскреторное дерево почки, мочеточники. Их строение и расположение. Мочевой пузырь, мочеиспускательный канал особенности его строения и расположения у мужчин и женщин. Сфинктеры мочеиспускательного канала, их значение. Акт мочеиспускания. Гигиена органов мочевого выделения. Мужские внутренние половые органы, расположение, строение, функции. Наружные мужские половые органы, расположение, строение, функции. Значение процесса опускания яичек. Гигиена мужских половых органов. Женские внутренние половые органы, расположение, строение, функции. Наружные женские половые органы, расположение, строение, функции. Менструально-овариальный цикл.</p>	<p>Формируемые компетенции: УК-7, ПК-2 Знать: УК-7.1. Способы поддержки должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. Уметь: УК-7.2. Использовать основы физической культуры для осознанного выбора</p>	<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>

<p>Гигиена женских половых органов. Методы контрацепции.</p>	<p>здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних</p>	
<p>4.2. Эндокринная система, анатомия, физиология. Щитовидная, околотитовидные железы. Расположение, влияние на рост и развитие тела, минеральный обмен. Поджелудочная железа, расположение, влияние на углеводный обмен. Надпочечники, расположение, функции мозгового и коркового вещества надпочечников. Гипофиз, его расположение. Передняя доля, ее влияние на функции других эндокринных желез, физическое развитие и процесс синастозирования костей. Задняя доля, ее связь с промежуточным мозгом, функции. Шишковидное тело, расположение, его влияние на работу гипофиза и биологические ритмы организма. Красный костный мозг и тимус как центральные органы иммунной системы. Лимфатические узлы, селезенка, лимфоидные фолликулы кишечника, миндалины глотки как периферические органы иммунной системы. Принцип работы иммунной системы и ее значение для организма.</p>	<p>условий реализации конкретной профессиональной деятельности. ПК-2.2. Применять в собственной профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии и физиологии, охране труда в хореографии. Владеть: ПК-2.1. Поддержкой должного уровня профессиональной физической формы для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.</p>	<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>4.3. Зрительный анализатор. Слуховой анализатор. Вестибулярный, обонятельный, вкусовой анализаторы. Строение глазного яблока. Оболочки глазного яблока, их части и функции. Ядро глазного яблока, светопреломляющие среды. Вспомогательный аппарат глаза. Глазодвигательные мышцы, их функции. Веки и конъюнктивы, их строение и функции. Слезный аппарат, его составные части, функции. Принципы строения и функционирования зрительного анализатора. Гигиена органа зрения. Наружное, среднее и внутреннее ухо как периферическая часть органа слуха. Ушная раковина и наружный слуховой проход, их строение и функции. Значение бинаурикулярного слуха. Барабанная перепонка как граница наружного и среднего уха, ее функция. Барабанная полость, слуховые косточки, их функции. Слуховая труба, ее сообщение и функции, значение акта глотания. Слуховая часть лабиринта внутреннего уха, расположение рецепторов органа слуха. Принципы строения и функционирования слухового анализатора. Гигиена органа слуха. Вестибулярная часть лабиринта внутреннего уха, расположение рецепторов органа равновесия.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>

<p>Принципы строения и функционирования вестибулярного анализатора. Мозжечок как низший центр равновесия. Значения органа равновесия для танцовщиков. Гигиена органа равновесия.</p> <p>Принципы строения и функционирования вкусового и обонятельного анализаторов.</p>		
<p>4.4. Психофизиология. Условные, безусловные рефлексы, виды. Типы ВНД. Эмоции.</p> <p>Понятие о высшей нервной деятельности (ВНД), её отличия от низшей нервной деятельности (ННД). Условные и безусловные рефлексы, виды. Формы психической деятельности. Анализ и синтез в процессах нервной деятельности</p> <p>Условно-рефлекторное переключение, динамический стереотип. Особенности высшей нервной деятельности человека.</p> <p>Количественные и качественные особенности. Понятие о сигнальных системах действительности. Формирование второй сигнальной системы в онтогенезе. Локализация центров второй сигнальной системы. Функциональная асимметрия полушарий. Значение речи. Внушение и гипноз. Понятие о конституции и темпераменте.</p> <p>Типы ВНД. Специфические «человеческие» типы ВНД. Мотивации. Эмоции. Поведение как высшая форма интегративной деятельности организма. Особенности физиологии поведения человека. Физиология пола и полового поведения.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>4.5. Стресс. Физиология стресса. Понятие о стрессе. Классификация стрессорных реакций</p> <p>Стадии развития стрессорной реакции. Психические, поведенческие и висцеральные проявления стресса. Антистрессорные системы организма. Количественная оценка стрессов. Адаптивная роль стрессов в жизни человека. Приемы поведенческой антистрессорной защиты человека. Стресс, психоэмоциональные состояния в хореографии Причины и профилактика.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>4.6. Сознание, память, интеллект. Физиология сна и отдыха.</p> <p>Механизмы выработки временной связи. Обучение. Формы неассоциативного (облигатного) пассивного обучения. Активное, ассоциативное (факультативное) обучение. Память. Виды памяти. Стадии и механизмы запоминания. Первичная (кратковременную) память, вторичная (промежуточную) память, третичная (долговременная) память.</p>		

<p>Ритмы физиологических функций. Классификация биоритмов. Природа биоритмов. Десинхронозы. Сознание и его уровни. Виды и структура сна. Механизмы развития сна. Значение сна.</p>		
<p>4.7. Основы биодинамики движений в хореографии. Характеристика двигательных (локомоторных) качеств. Сила. Силовые качества. Плечо и момент силы. Момент инерции. Развитие силы и ее измерение. Работа сил, действующих на тело и его кинетическая энергия. Методика развития (тренировка) силы мышц. Биодинамика мышц. Особенности структуры и биомеханика мышечной ткани. Строение мышц. Механические свойства мышц. Центр масс тела. Масса тела. Распределение массы тела человека. Работа и мощность человека. Эргометрия. Развитие быстроты, ловкости, выносливости, гибкости. Движения головы и шеи. Движения туловища. Осанка физиологическое и эстетическое значение осанки. Движения верхней конечности в естественных условиях и при занятиях хореографией. Функциональные группы мышц, производящих движения в плечевом поясе: вперед, назад, вверх, вниз, вращающие лопатку и круговые движения. Функциональные группы, производящих движения в плечевом, локтевом, лучезапястном суставах и суставах кисти. Нижняя конечность и ее работа в балете. Функциональные группы мышц, производящих движения в поясе нижних конечностей. Функциональные группы мышц, производящих движения в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах и суставах стопы. Значение положения (наклона) таза при занятиях балетом. Ягодичная область как центр статики. Выворотное положение ног (супинация бедра) и его значение; развитие и сохранение выворотности. Определение степени опорности нижних конечностей. Понятие о плоскостопии.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>4.8. Физиология обмена веществ, терморегуляция, гомеостаз Процессы теплоотдачи, терморцепторы. Температура тела человека, гомеостаз. Регуляция обмена веществ и энергии в организме человека. Температура тела и ее биологическая роль. Физиологические механизмы изменения теплопродукции. Реакции организма на изменения температуры среды Физиологические принципы</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>

<p>адекватного питания. Режим питания. Соотношение в рационе различных компонентов пищи.</p>		
<p>4.9. Адаптация. Основы физиологии тренировок и утомления. Общая характеристика процессов адаптации. Уровни и виды адаптации. Специфическая и неспецифическая адаптация. Механизмы адаптивных изменений функций тканей и органов. Адаптация и здоровье Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Изменения функций различных органов и систем организма при физических нагрузках. Понятие о физической работоспособности. Исследование и оценка физической работоспособности. Резервы физической работоспособности. Физиологические основы утомления и процессов восстановления. Переутомление и перенапряжение ведущих органов и систем организма.</p>		<p>Устный опрос Доклад, презентация</p>
<p>4.10. Анатомические и профессиональные особенности строения скелета и особенности биодинамики в хореографии. Особенности анатомии, физиология детей и подростков, критерии отбора для занятий хореографией. Физическое развитие артистов балета. Анатомические и физиологические критерии отбора детей и подростков для занятий хореографией. Причины, профилактика травм и заболеваний в хореографии. Наиболее нагружаемые звенья опорно-двигательного аппарата танцовщика и методика профилактики балетного травматизма. Современные принципы спортивной медицины и перенос их в балетную практику. Новое определение понятия "тренированность" и его трансформация в балетную медицину. Предупреждение повреждений в балетной практике. Современные принципы балетной медицины (тренировка гибкости, программы силовых тренировок наиболее нагружаемых звеньев опорно-двигательного аппарата танцовщика).</p>		

6. Образовательные и информационно-коммуникационные технологии обучения

6.1. Образовательные технологии

Основу преподавания учебной дисциплины составляют методы проблемного обучения, когнитивная, продуктивная технология, технология развития критического мышления. Для выполнения практических заданий используются методы дискуссии, создания докладов и презентаций и их обсуждения; формирования практических навыков, диагностики компетенций, тестовый контроль.

6.2. Информационно-коммуникационные технологии обучения

Под информационной технологией обучения в профессиональной подготовке будущих бакалавров понимают систему общепедагогических, психологических, дидактических, частно-методических процедур взаимодействия педагогов и обучаемых, включающих реализацию содержания, методов, форм и средств обучения на основе информационно-коммуникационных технологий. Всё это позволяет интенсифицировать образовательный процесс, повысить качество самостоятельной работы студентов очной и заочной форм обучения за счёт доступа к информационной среде. В ходе изучения студентами учебной дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика» применение электронных образовательных технологий (e-learning) предполагает размещение различных электронно-образовательных ресурсов на сайте электронной образовательной среды КемГИК по web-адресу:

<http://edu.kemguki.ru/course/modedit.php?update=52061&return=0&sr=>. Электронно-образовательные ресурсы учебной дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика» включают следующие электронно-образовательные ресурсы: рабочую учебную программу, тематическое планирование, списки литературы, ссылки на учебно-методические ресурсы Интернет и другие.

7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

7.1. Перечень учебно-методического обеспечения для СРС обучающихся

Учебно-программные ресурсы

Учебная программа

Тематическое планирование

Учебно-теоретические ресурсы

Учебно-практические ресурсы

Описание планов семинарских занятий

Учебно-методические ресурсы

Методические указания студентам к выполнению самостоятельной работы

Учебно-наглядные ресурсы

Электронные презентации

Учебно-библиографические ресурсы

Список рекомендуемой литературы

7.2. Методические указания для обучающихся по усвоению дисциплины

Самостоятельная работа как вид учебной деятельности может быть определена как целенаправленная, внутренне мотивированная, структурированная самим субъектом в совокупности выполняемых действий и корригируемая им по процессу и результату деятельность. Ее выполнение требует достаточно высокого уровня самосознания, рефлексивности, самодисциплины, личной ответственности, доставляет обучающемуся удовлетворение как процесс самосовершенствования и самопознания.

Под самостоятельной работой подразумеваются разнообразные виды индивидуальной и коллективной деятельности студента в учебное и внеучебное время без непосредственного участия преподавателя. Автор считает, что самостоятельная работа студента становится эффективной при выполнении ряда условий, к которым можно отнести следующее: обеспечение правильного сочетания объемов аудиторной и самостоятельной работы; методически правильная организация работы студента в аудитории и вне ее; обеспечение студента необходимыми методическими материалами с целью превращения процесса самостоятельной работы в процесс творческий; осуществление контроля за ходом самостоятельной работы и мер, поощряющих студента за её качественное выполнение.

Самостоятельная работа студентов – это планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа деятельность, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов). В данном определении в содержание понятия самостоятельной работы студентов включается не только учебная, но и учебно-исследовательская и научно-исследовательская работа. Самостоятельная работа студента предназначена не только для овладения каждой дисциплиной, но и для формирования навыков самостоятельной работы вообще – в учебной, научной, профессиональной деятельности; для приобретения способности принимать на себя ответственность, самостоятельно решать проблему, находить конструктивные решения, выход из кризисной ситуации и т. д. Активная самостоятельная работа способствует формированию навыков творческой деятельности в решении учебных, исследовательских и профессиональных задач будущего специалиста-профессионала, которые он должен приобрести за время учёбы. Таким образом, самостоятельная работа

студентов направлена на формирование навыков не только учебной, но и исследовательской деятельности, результатом которой являются соответствующие информационно-образовательные продукты. Это самоуправляемая деятельность, направленная на формирование у студентов психологической установки, необходимого объема и уровня знаний, навыков и умений для решения определенного класса познавательных задач на основе поиска, переработки и применения информации в сфере учебной, научно-исследовательской и будущей профессиональной деятельности.

Самостоятельная учебная деятельность студентов выполняет следующие дидактические функции: развивающую, информационно-обучающую, ориентирующую, стимулирующую, воспитывающую и исследовательскую. Развивающая функция направлена на повышение культуры умственного труда и повышение уровня интеллектуальных, творческих способностей студентов. Информационно-обучающая – увеличивает результативность учебной деятельности студентов на аудиторных занятиях; ориентирующая и стимулирующая – придаёт процессу обучения профессиональную направленность; воспитательная – развивает профессиональные качества будущего специалиста; исследовательская – повышает уровень профессионально-творческого мышления студентов.

Цель самостоятельной учебной деятельности студентов – овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю направления подготовки, опытом творческой, исследовательской работы. К её задачам следует отнести:

- углубление и расширение теоретических знаний и практических умений студентов, их систематизацию и закрепление;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических и лабораторных

занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговому государственному экзамену.

К видам самостоятельной учебной деятельности студентов, реализуемых при изучении дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика», относится: составление докладов с презентациями при подготовке к семинарским занятиям на основе работы с соответствующими информационными ресурсами, участие в дискуссиях, выполнение тестовых заданий, контрольных работ.

Подготовка докладов к семинарским занятиям, написание контрольных работ, связаны с созданием научно-аналитического обзора, поскольку основу подготовки к данным видам самостоятельной работы студентов составляет работа с различными видами информационных источников: справочными, учебными, научными.

Научно-аналитический обзор – это необходимая составная часть таких видов самостоятельной учебной деятельности социального педагога, как курсовая и дипломная работа, научная статья и доклад. Его основное предназначение заключается, во-первых, в ориентации в информационном потоке по выбранной проблеме исследования, во-вторых, в оценке разработанности, состояния и основных тенденций её развития. Рассмотрим этапы создания, структуру и содержание научно-аналитического обзора.

К основным этапам создания научно-аналитического обзора относятся следующие:

1. Структурно-семантический анализ темы обзора.
2. Поиск информации.
3. Построение плана обзора.
4. Анализ первичных документов по теме обзора.
5. Составление текста обзора (синтез информации).
6. Оформление текста обзора.
7. Редактирование обзора.

Структурный анализ темы обзора предполагает выделение ключевых слов, характеризующих её предмет и аспект. Под ключевыми словами понимаются слова и словосочетания, которые несут в себе основной смысл темы. Это могут быть существительные, прилагательные, причастия, числительные, а также словосочетания, состоящие из них. К ключевым словам не относятся глаголы, деепричастия, местоимения, наречия, предлоги и союзы. Ключевыми словами вышеназванной темы являются: социально-педагогическая деятельность, подростки, клуб по месту жительства.

Далее проводится семантический анализ ключевых слов с целью выявления их смыслового содержания. С помощью справочной литературы, нормативных изданий, выписываются определения ключевых слов, выявляются разночтения при их толковании различными авторами. Из выбранных определений, исходя из целей и задач исследования, выбирается вариант определения каждого ключевого слова, который автор научно-аналитического обзора считает для своего исследования наиболее приемлемым.

На основе выбранных определений необходимо отыскать к каждому ключевому понятию синоним, вышестоящее понятие, нижестоящее понятие. Расширение состава ключевых слов позволит обеспечить широту поиска информации по теме обзора.

Следующим этапом составления научно-аналитического обзора является поиск информации по теме. В списке литературы по теме обзора должны быть представлены различные виды документов: книги, периодические и продолжающиеся издания, неопубликованные документы (диссертации, авторефераты диссертаций), а также электронные ресурсы. Поиск информации можно разбить на две взаимосвязанные процедуры:

1. Поиск и отбор вторичных документов, содержащих информацию по теме обзора.
2. Поиск и отбор первичных документов в каталогах библиотек (традиционных и электронных).

Наиболее полную информацию по периодическим изданиям, включающим научные статьи по теме учебного исследования можно получить в электронной библиотеке «elibrary.ru». На главной странице сайта библиотеки необходимо изучить каталог журналов и их оглавлений, вычлняя статьи с ключевыми словами темы учебного исследования. Достоинством электронной библиотеки «elibrary.ru» является наличие доступа к большому количеству публикаций, а также условия поиска, включающие поиск по ключевым словам, входящим в наименование статей. Таким образом, отобранные в ходе поиска вторичные документы – библиографические описания и /или аннотации и рефераты – позволяют составить список тех первичных документов, которые необходимы для подготовки обзора.

На основании составленного списка литературы следует провести поиск информации в алфавитном каталоге той или иной библиотеки, а также воспользоваться поиском информации по теме обзора в Интернете. Следует подчеркнуть, что поиск информации требует достаточно много времени и терпения с учётом того, что в список литературы должны быть включены разнообразные и достоверные источники.

Самым распространённым видом самостоятельной учебной работы студентов в рамках дисциплины «Анатомия, физиология, биомеханика и основы медицины в

хореографии» является создание докладов и презентаций к ним в ходе подготовки к семинарским занятиям по теме.

Доклад – это один из видов самостоятельной учебной или научной работы обучающихся, результатом которого является публичное выступление, основанное на аналитико-синтетической переработке информации и содержащее представление о практико-ориентированных данных по изучаемой теме. Различают научные и учебные доклады. К учебным докладам относятся доклады, которые готовят студенты по заданию преподавателей для семинарских занятий. Темы докладов формулируются с учётом дополнения лекционного материала по какой-либо дисциплине учебного плана, их подготовка позволяет студентам получить необходимые навыки по самостоятельной работе с учебными и научными текстами, способствует освоению умений публичного выступления. Структура доклада состоит из трёх частей: введения, основной части и заключения. Во введении обязательно называется его тема, упоминается степень изученности темы в научной литературе, в связи с чем, обозначается логическая связь с родственными темами, формулируется проблема, решению которой посвящается данный доклад, обозначается его цель.

Основная часть доклада направлена на подтверждение и доказательство основных выводов учебного исследования при помощи конкретных фактов и аргументов. В заключении вновь уделяется внимание значимости проблемы, которой посвящено учебное исследование, обозначаются перспективы изучения темы в теории и практике. К основным критериям оценки доклада можно отнести следующие: актуальность темы доклада; глубина изучения состояния проблемы в научной литературе; логичность и убедительность раскрытия содержания доклада; научная и практическая значимость работы; перспективы дальнейшего исследования проблемы; использование литературной речи, выразительность произношения и звучность голоса; респектабельность и интеллигентность манер, уместность жестов и мимики. Особое внимание следует уделить ответам на вопросы. При ответах на вопросы, даже если они не приятны, нужно вести себя доброжелательно, уважительно, конструктивно, без излишней экспрессии и раздражения. Часто ответы на вопросы запоминаются больше, чем сам доклад. Ответы на вопросы аудитории позволяют судить о компетентности автора доклада, его умении свободно ориентироваться в заявленной теме. В целях доступности и наглядности представляемой в докладе информации используют

презентацию. Презентация (от лат. Praesentable) - общественное представление чего-либо нового, недавно появившегося, созданного, например: книги, журнала, кинофильма, телепрограммы, организации. Цель презентации — донести до целевой аудитории полноценную информацию об объекте презентации в удобной форме.

Презентации используют для сопровождения устного выступления обучающихся с докладом на конференции, семинаре, при защите курсовых и дипломных работ. Презентация к докладу – это наглядный показ содержащейся в нём информации. Цель презентации – демонстрация в наглядной форме основных положений доклада, позволяющая судить о сформированности у докладчика навыков грамотного представления и оформления информации для публичного выступления. Компьютерная презентация состоит из отдельных кадров, которые называются слайдами. Пошаговая подготовка презентации включает последовательность следующих действий: подготовка текста доклада, разработка структуры презентации, создание презентации, репетиция устного изложения текста доклада с показом презентации. Основными рекомендациями для правильной подготовки и оформления презентации можно считать следующие положения:

1. Презентация должна полностью соответствовать тексту и структуре доклада. При этом не следует переносить на слайд весь текст какого-либо раздела доклада. Следует провести аналитико-синтетическую переработку текста, выделив основные его положения. Предложения должны быть короткими, ёмкими по смыслу и содержать не более 7 слов. Количество предлогов, наречий, прилагательных в них необходимо минимизировать.

2. Каждый слайд следует озаглавить. Заголовки должны привлекать внимание всей аудитории.

3. Для лучшего восприятия информации в презентации нужно использовать различные виды слайдов: с текстом, таблицами, рисунками (диаграммами, схемами, фотографиями, графиками).

4. Основой зрительного ряда считаются рисунки (диаграммы, схемы, графики, фотографии). Они должны быть достаточно крупными, содержать небольшое количество элементов, иметь заголовки и обозначение входящих в них элементов.

5. Чрезмерное употребление в презентации анимационных эффектов, компьютерного озвучивания отвлекает внимание всей аудитории от содержания доклада.

6. Не рекомендуется объединять на одном слайде различную информацию, это придаёт презентации неструктурированный, нелогичный характер. Наиболее удобно воспринимать информацию, когда её основные положения отображаются по одному на каждом слайде.

7. На одном слайде можно использовать не более трёх различных цветов: для фона, текста и заголовка. Сочетание фона и текста должно быть контрастным. Для фона выбираются более холодные тона (синий, серый, зеленый). Особое внимание следует обратить на цвет гиперссылок (если они есть).

8. Шрифт для презентации лучше выбирать простой, без излишней витиеватости, затрудняющей чтение. Размер шрифта для заголовков должен быть не менее 24, а для текста – 18 размера. Не рекомендуется использовать в одной презентации различные типы шрифтов.

Для создания компьютерных презентаций существуют различные программы. Наиболее распространённой среди пользователей является программа PowerPoint, которая входит в состав пакета Microsoft Office. Она проста и доступна для освоения, имеет достаточно широкий спектр возможностей для создания качественных презентаций, отвечающих требованиям, предъявляемым к их оформлению.

При оценке публичного выступления, в частности доклада, подвергается оцениванию и сопровождающая его презентация. Критерии оценки презентации вытекают из рекомендаций по их подготовке и оформлению. К этим критериям относятся: степень раскрытия темы; наличие и уместность использования и правильного оформления рисунков, таблиц; грамотность изложения текста, отсутствие орфографических, пунктуационных и стилистических ошибок; соблюдение единства дизайна всей презентации, его соответствие научному стилю изложения информации; обоснованное использование анимационных, видео и звуковых эффектов; наличие заголовков к слайдам; соответствие структуры презентации тексту доклада.

Недостаточно правильно подготовить и оформить презентацию, нужно ещё правильно её использовать во время выступления с публичным докладом. При выступлении необходимо встать слева от экрана, на котором будут демонстрироваться слайды презентации. Во время презентации не следует поворачиваться спиной к аудитории и лицом к экрану с презентацией. Это будет проявлением неуважения к присутствующим и переключит внимание аудитории на иные присутствующие в помещении объекты. Речь докладчика должна пояснять иллюстрации или текст слайдов, например, при показе таблиц нужно назвать подзаголовки столбцов и строк, чтобы слушающие доклад легче сориентировались в информации, представленной в таблице. При показе диаграмм нужно проговаривать обозначения входящих в них элементов. Если на слайде выделены основные положения доклада, можно более подробно прокомментировать их, таким образом развернуть свёрнутую информацию. Нужно обязательно следить за тем, чтобы презентация шла синхронно с текстом доклада, иначе восприятие доклада будет затруднено. Если будет утеряна нить доклада, нужно обратиться к содержанию слайда, которое подскажет ход дальнейшего изложения материала. Следует соблюдать определённую скорость переключения слайдов. Слайд должен меняться один раз за полторы или две минуты. Именно за такое время, как утверждают психологи, человек может воспринять нужную информацию и провести её первичную мысленную обработку зрительно и на слух.

Соблюдение вышеизложенных положений о правилах подготовки и оформления докладов и презентаций, а также рекомендаций по выступлению с ними, позволит избегать типичных ошибок при публичных выступлениях, повысит их качество, будет способствовать формированию информационной компетентности и повышению уровня информационной культуры обучающихся.

К видам самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины «Анатомия, физиология, биодинамика» относится контрольная работа. Контрольная работа – это форма самостоятельной работы студентов, итоговый этап их учебно-исследовательской деятельности в области конкретной дисциплины. Контрольная работа является одним из основных видов самостоятельной работы обучающихся в вузе, направленной на закрепление, углубление и обобщение знаний по учебным дисциплинам профессиональной подготовки, овладение методами учебных видов исследований, формирование навыков решения творческих задач по определённой теме.

Контрольная работа предназначена для формирования у обучающихся навыков отбора и анализа информации по исследуемой теме, выражение собственного отношения и оценки к полученной информации. В результате выполнения контрольной работы студент должен показать владение основными умениями вести учебно-исследовательскую деятельность, а именно:

- ориентироваться в системе социально-культурных и смежных наук: психологии, культурологии, педагогики, философии, социологии и т. д.;
- осуществлять самостоятельный поиск и отбор необходимой для исследования информации;
- критически оценивать найденную информацию на основе её аналитико-синтетической переработки;
- анализировать, систематизировать, интерпретировать информацию и делать выводы;
- оформлять контрольную работу в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным текстам.

Главная задача студента при написании контрольной работы – представить самостоятельное учебное исследование. Совершенно недопустимо ограничиться простым изложением теоретического и практического материала без попытки собственного анализ.

Эффективность учебно-исследовательского поиска, содержание, структура контрольной работы во многом обуславливается последовательностью шагов. В каждой контрольной работе есть определённый алгоритм пошаговых действий, включающий следующие компоненты: введение, основная часть, заключение.

Большое значение имеет введение. Оно включает следующие традиционные компоненты: актуальность темы; описание степени научной разработанности темы в научной литературе (научно-аналитический обзор); объект, предмет, цель, задачи, методы, описание структуры контрольной работы. В основной части, которая состоит не менее чем из трёх пунктов, в свою очередь, состоящих из не менее, чем двух подпунктов, излагается основное содержание контрольной работы. В заключении подводятся итоги учебного исследования и намечаются возможные пути его дальнейшей разработки.

Структурными элементами текста контрольной работы являются: обложка, титульный лист оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, приложения (по желанию автора).

Правильность оформления текста контрольной работы зависит от знаний студентом соответствующих требований, касающихся выбора шрифта, межстрочного интервала, размера формата и полей листа, нумерации страниц, пунктов и подпунктов, составления их заголовков, расстояний между заголовком и текстом и т. п. Особое внимание следует уделить правильному составлению списка литературы, оформлению приложений, таблиц, иллюстраций.

Контрольная работа как вид самостоятельной деятельности имеет объём от 15 до 20 страниц формата А – 4, имеющих следующие параметры: шрифт -14, межстрочный интервал – полуторный, абзацный отступ-1,25 мм., поля: левое – 30 мм, правое – 10мм, верхнее – 20мм, нижнее – 20мм.

В ходе проведения семинарских занятий по дисциплине «Физкультура и массаж для танцовщиков» предполагается использование дискуссий. Дискуссия (от лат. discussio - рассмотрение, исследование) - способ организации совместной деятельности с целью интенсификации процесса принятия решений в группе посредством обсуждения какого-либо вопроса или проблемы. Дискуссия – это метод развития критического мышления студентов, формирования коммуникативной и дискуссионной культуры, стимулирования активности и инициативности. Как активный метод обучения групповая дискуссия применяется при обсуждении сложных теоретических проблем, поэтому более характерна для освоения гуманитарных дисциплин. Основная задача, решаемая данным методом, - это обмен мнениями между слушателями, уточнение и согласование их позиций, выработка единого подхода, к проблеме. Этот метод позволяет успешно закрепить знания, расширить их и сформировать умение вести диалог.

Дискуссия является одной из наиболее эффективных технологий группового взаимодействия, обладающей особыми возможностями в обучении, развитии и воспитании будущего специалиста. Дискуссия обеспечивает активное включение студентов в поиск истины; создает условия для открытого выражения ими своих мыслей, позиций, отношений к обсуждаемой теме и обладает особой возможностью воздействия на установки ее участников в процессе группового взаимодействия.

Применение дискуссионных методов способствует частичному или полному решению следующих задач:

- осознание участниками своих мнений, суждений, оценок по обсуждаемому вопросу;

- развитие самостоятельного мышления учащихся, предполагающая знание и учет различных, зачастую диаметрально противоположных точек зрения, отказ от доктринерства (идеи превосходства какой-либо концепции);
- выработка уважительного отношения к мнению, позиции оппонентов;
- развитие умения осуществлять конструктивную критику существующих точек зрения, включая точки зрения оппонентов;
- развитие умения воспринимать критические замечания в свой адрес;
- развитие умения формулировать вопросы и оценочные суждения, слушать, не перебивая, вести полемику;
- развитие умения работать в группе единомышленников;
- способность продуцировать множество решений;
- формирование навыка говорить кратко и по существу;
- развитие умения выступать публично, отстаивая свою правоту;
- формирование личностной гражданской позиции.

Условия эффективного проведения дискуссии в общем виде следующие: информированность и подготовленность студентов к дискуссии, свободное владение материалом, привлечение различных источников для аргументации отстаиваемых положений; правильное употребление понятий, используемых в дискуссии, их единообразное понимание; корректность поведения, недопустимость высказываний, задевающих личность оппонента; установление регламента выступления участников; полная включенность группы в дискуссию, участие каждого студента в ней.

При подготовке к зачёту студенты должны подготовиться к выполнению тестирования. Разработанные тесты образуют совокупность заданий, которые позволяют дать объективную и сопоставимую оценку качества когнитивной подготовленности обучающихся в области информационной культуры. При создании тестов обращалось особое внимание на оптимальное отображение содержания учебной дисциплины. Тестовые задания сгруппированы по четырём разделам:

1. Информационное общество и информационная культура учителя как основа формирования познавательных универсальных учебных действий школьников
2. Основные типы информационно-поисковых задач и алгоритмы их решения в области педагогической информации.

3. Аналитико-синтетическая переработка источников информации в профессиональной деятельности учителя.

4. Структура, правила подготовки и оформления результатов учебной и учебно-исследовательской деятельности школьников.

В целях сравнения учебных достижений студентов и упорядочивания испытуемых по уровню их когнитивной подготовленности используются нормативно-ориентированные тесты, представленные тестовыми заданиями закрытого типа, а именно:

- множественный выбор - испытуемому необходимо выбрать один правильный ответ из приведенного списка;
- установление соответствия - испытуемому предлагается установить соответствие элементов двух списков;
- установление последовательности - испытуемый должен расположить элементы списка в определенной последовательности.

При тестировании также задействованы тестовые задания открытого типа, а именно, дополнение, когда испытуемый должен сформулировать ответы с учетом предусмотренных в задании ограничений (например, дополнить предложение).

7.3. Содержание самостоятельной работы студентов

Темы для самостоятельной работы студентов	Виды и содержание самостоятельной работы студентов	
	Для очной формы обучения	
Анатомия, биодинамика, физиология как предметы и их значение в хореографии.	4	Подготовка к дискуссии
Биодинамика определение, основные направления.	2	Подготовка рефератов и презентаций
Кость как орган. Внутреннее и внешнее строение кости. Надкостница, компактное и губчатое вещество кости, костномозговая полость.	2	Подготовка рефератов и презентаций

Особенности соединения костей, суставы, связочный аппарат.	2	Подготовка докладов и презентаций
Классификация и строение мышц. Мышцы спины, головы, живота и конечностей. Строение мышцы и особенности биодинамики	2	Подготовка рефератов и презентаций
Строение скелета и его функции. Череп - особенности строения и функции.	4	Подготовка докладов и презентаций
Верхняя конечность. Плечевой, локтевой, лучезапястные, межфаланговые суставы. Кости, связки, суставы и биодинамика движений	4	Подготовка докладов и презентаций
Строение таза, кости и мышцы. Кости, связки, мышцы тазобедренного сустава и бедра.	4	Подготовка докладов и презентаций
Коленный сустав, суставные поверхности, мениски, крестообразные связки. Биодинамика движений в суставе.	4	Подготовка рефератов и презентаций
Строение и функции стопы. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамики движений.	8	Подготовка докладов и презентаций Подготовка к тестовому контролю
Строение позвоночника, особенности структуры и функции позвонков и их соединений. Связки и мышцы позвоночника.	10	Подготовка докладов и презентаций
Строение нервной системы человека. Головной и спинной мозг.	10	Подготовка докладов и презентаций
Сердечно-сосудистая система, особенности строения и физиология	8	Подготовка докладов и презентаций

Дыхательная система особенности строения и функции дыхания.	10	Подготовка докладов и презентаций
Анатомия и физиология системы пищеварения.	10	Подготовка докладов и презентаций
Кожа и подкожная клетчатка, анатомия, физиология и патология.	10	Подготовка рефератов и презентаций
Мочеполовая система, анатомия, физиология.	14	Подготовка докладов и презентаций
Эндокринная система, анатомия, физиология.	14	Подготовка докладов и презентаций
Зрительный анализатор. Слуховой анализатор. Вестибулярный, обонятельный, вкусовой анализаторы.	14	Подготовка докладов и презентаций
Психофизиология. Условные рефлексы, виды. Типы ВНД. Эмоции.	14	Подготовка рефератов и презентаций
Стресс. Физиология стресса. Понятие о стрессе.	16	Подготовка докладов и презентаций
Сознание, память, физиология сна и отдыха.	14	Подготовка рефератов и презентаций
Основы биодинамики движений в хореографии.	16	Подготовка докладов и презентаций Подготовка к тестовому контролю
Обмен веществ, гомеостаз и особенности биодинамики движений.	14	Подготовка докладов и презентаций

Адаптация. Основы физиологии тренировок и утомления.	16	Подготовка докладов и презентаций
Анатомические и профессиональные особенности строения скелета и особенности движения в балете.	14	Подготовка докладов и презентаций

7.4. Примерная тематика рефератов

1. Анатомия, физиология, биодинамика и основы медицины как предметы и их значение в хореографии.
2. Индивидуальное здоровье человека. Основные показатели здоровья.
3. Основные анатомические понятия: клетка, ткань, орган, система органов, аппарат.
4. Понятие о конституции человека, особенности телосложения мужского и женского организма.
5. Строение и функции костной системы. Структурно-функциональная единица кости.
6. Кость как орган: строение и функции костей. Классификация костей.
7. Виды суставов и их строение. Особенности соединения костей, суставы, связочный аппарат.
8. Строение скелета и его функции. Череп - особенности строения и функции.
9. Строение позвоночника, особенности структуры и функции позвонков. Связки и мышцы позвоночника, биодинамика движений. Строение грудной клетки.
10. Верхняя конечность. Кости, связки, суставы и биодинамика движений.
11. Кости свободной верхней конечности: плечевая кость, кости предплечья и кисти.
12. Плечевой, локтевой, лучезапястные, межфаланговые суставы. Строение, виды и объем движений.
13. Строение таза, кости и мышцы. Кости, связки, мышцы тазобедренного сустава и бедра. Половые особенности таза.
14. Кости свободной нижней конечности: бедренная кость, кости голени и стопы.
15. Коленный сустав, строение, суставные поверхности, мениски, крестообразные связки. Биодинамика движений в суставе.
16. Голеностопный сустав: строение, виды, объем движений.

- 17.Строение и функции стопы. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамика движений.
- 18.Классификация мышц. Мышцы спины, головы, живота и конечностей. Строение мышцы и особенности биодинамики.
- 19.Мышечная система: строение, функции, виды мышечной ткани.
20. Биодинамические принципы работы двигательного аппарата: виды органов, сила мышечной тяги, общий центр тяжести и его роль в определении характера работы мышц при вертикальном положении тела.
- 21.Мышцы спины: расположение, функции.
- 22.Мышцы груди: расположение, функции.
- 23.Мышцы живота: расположение, функции. Брюшной пресс, паховый канал.
- 24.Мышцы шеи: расположение, функции. Мышцы верхней конечности: расположение, функции.
- 25.Мышцы таза и бедра: расположение, функции.
- 26.Мышцы голени и стопы: расположение, функции.
- 27.Строение нервной системы и анализаторов человека.
- 28.Спинной мозг: анатомия, физиология и функции.
- 29.Головной мозг: положение, отделы, желудочки головного мозга, их сообщения.
30. Проводящие пути спинного и головного мозга: виды, нейронный состав.
- 31.Периферическая нервная система: понятие о черепных нервах, общая характеристика черепных нервов.
32. Нервные сплетения (шейное, плечевое, поясничное, крестцовое): формирование, расположение, нервы и области их иннервации.
- 33.Вегетативная нервная система: части и их функциональное значение. Симпатическая и парасимпатические части вегетативной нервной системы: строение, иннервация органов.
- 34.Общая анатомия органов чувств. Кожная и проприоцептивная чувствительность.
35. Обонятельный и вкусовой анализаторы: локализация, функции.
- 36.Орган зрения: общий план строения, связь с головным мозгом, функциональное значение.
37. Орган равновесия и слуха: общий план строения. Внутреннее, среднее и наружное ухо, их функциональное значение. Методика проведения и оценки координационной пробы Ромберга.

38. Сердечно-сосудистая система, анатомия, физиология.
39. Строение и функции сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения. Система микроциркуляции.
40. Сердце: расположение, камеры, клапаны, строение стенок, значение проводящей системы сердца.
41. Дыхательная система, анатомия, физиология.
42. Дыхательные пути: функциональные особенности носовой части глотки, гортани, трахеи.
43. Система пищеварения. Анатомия, физиология.
44. Костно-мышечная система, анатомия, физиология.
45. Мочеполовая система, анатомия, физиология.
46. Эндокринная система, анатомия, физиология.
47. Эндокринные железы: классификация желез внутренней секреции, функциональное значение их гормонов.
48. Мужские внутренние и наружные половые органы: состав, положение и функции.
49. Женские внутренние и наружные половые органы: состав, положение и функции. Циклические и возрастные изменения.
50. Кожа и подкожная клетчатка, анатомия, физиология и патология.
51. Психофизиология. Условные рефлексы, виды.
52. Типы ВНД. Формы психической деятельности.
53. Эмоции. Мотивации и поведение.
54. Стресс, физиология. Причины, стадии развития и профилактика.
55. Психоэмоциональные состояния в хореографии.
56. Анализаторы. Органы чувств.
57. Сенсорные системы. Рецепторы.
58. Физиология боли
59. Сознание, память.
60. Физиология сна и отдыха.
61. Физиология обмена веществ, терморегуляция.
62. Процессы теплоотдачи, терморецепторы. Температура тела человека, гомеостаз.
63. Адаптация. Особенности физиологии поведения человека.
64. Основы физиологии движений, тренировок и утомления. Характеристика двигательных качеств. Силовые качества. Методика развития силы мышц.

65. Развитие быстроты, ловкости, выносливости, гибкости.
66. Биодинамика мышц. Масса тела. Распределение массы тела человека.
67. Анатомические и физиологические особенности движения в хореографии.
68. Движения головы и шеи, туловища.
69. Движения туловища. Осанка: физиологическое и эстетическое значение осанки.
Осанка танцовщиков. Значение положения таза.
70. Верхняя и нижняя конечности и их работа в танце. Функциональная группа мышц, производящих супинацию бедра (выворотность).
71. Физиология обмена веществ и гомеостаз. Функциональные изменения при физических нагрузках.
72. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам.
73. Понятие о физической работоспособности. Исследование и оценка физической работоспособности. Резервы физической работоспособности.
74. Физиологические основы утомления и процессов восстановления. Изменение функций различных органов и систем организма при физических нагрузках.
75. Физическое развитие артистов балета. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках танцовщиков.
76. Анатомические и физиологические причины, профилактика травм и заболеваний в хореографии.
77. Анатомические и физиологические критерии отбора детей и подростков для занятий хореографией.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

Вопросы к дискуссии, темы рефератов, докладов, тестовые задания представлены как в рабочей учебной программе, так и в рабочей учебной программе, размещенной в электронной образовательной среде КемГИК по web-адресу: <http://edu.kemguki.ru/course/view.php?id=6161>

8.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Темы контрольных работ, вопросы для зачёта представлены как в программе, так и в электронном учебно-методическом комплексе дисциплины, размещенном в электронной образовательной среде КемГИК по web-адресу: <http://edu.kemguki.ru/course/modedit.php?update=52061&return=0&sr=>

Задания в тестовой форме представлены в электронной образовательной среде в интерактивном режиме.

8.3. Вопросы к контрольной работе

1. Анатомия, физиология, биодинамика и основы медицины как предметы и их значение в хореографии.
2. Индивидуальное здоровье человека. Основные показатели здоровья.
3. Основные анатомические понятия: клетка, ткань, орган, система органов, аппарат.
4. Понятие о конституции человека, особенности телосложения мужского и женского организма.
5. Строение и функции костной системы. Структурно-функциональная единица кости.
6. Кость как орган: строение и функции костей. Классификация костей.
7. Виды суставов и их строение. Особенности соединения костей, суставы, связочный аппарат.
8. Строение скелета и его функции. Череп - особенности строения и функции.
9. Строение позвоночника, особенности структуры и функции позвонков. Связки и мышцы позвоночника, биодинамика движений. Строение грудной клетки.
10. Верхняя конечность. Кости, связки, суставы и биодинамика движений.
11. Кости свободной верхней конечности: плечевая кость, кости предплечья и кисти.
12. Плечевой, локтевой, лучезапястные, межфаланговые суставы. Строение, виды и объем движений.
13. Строение таза, кости и мышцы. Кости, связки, мышцы тазобедренного сустава и бедра. Половые особенности таза.
14. Кости свободной нижней конечности: бедренная кость, кости голени и стопы.
15. Коленный сустав, строение, суставные поверхности, мениски, крестообразные связки. Биодинамика движений в суставе.
16. Голенистоопный сустав: строение, виды, объем движений.

- 17.Строение и функции стопы. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамика движений.
- 18.Классификация мышц. Мышцы спины, головы, живота и конечностей. Строение мышцы и особенности биодинамики.
- 19.Мышечная система: строение, функции, виды мышечной ткани.
20. Биодинамические принципы работы двигательного аппарата: виды органов, сила мышечной тяги, общий центр тяжести и его роль в определении характера работы мышц при вертикальном положении тела.
- 21.Мышцы спины: расположение, функции.
- 22.Мышцы груди: расположение, функции.
- 23.Мышцы живота: расположение, функции. Брюшной пресс, паховый канал.
- 24.Мышцы шеи: расположение, функции. Мышцы верхней конечности: расположение, функции.
- 25.Мышцы таза и бедра: расположение, функции.
- 26.Мышцы голени и стопы: расположение, функции.
- 27.Строение нервной системы и анализаторов человека.
- 28.Спинной мозг: анатомия, физиология и функции.
- 29.Головной мозг: положение, отделы, желудочки головного мозга, их сообщения.
30. Проводящие пути спинного и головного мозга: виды, нейронный состав.
- 31.Периферическая нервная система: понятие о черепных нервах, общая характеристика черепных нервов.
32. Нервные сплетения (шейное, плечевое, поясничное, крестцовое): формирование, расположение, нервы и области их иннервации.
- 33.Вегетативная нервная система: части и их функциональное значение. Симпатическая и парасимпатические части вегетативной нервной системы: строение, иннервация органов.
- 34.Общая анатомия органов чувств. Кожная и проприоцептивная чувствительность.
35. Обонятельный и вкусовой анализаторы: локализация, функции.
- 36.Орган зрения: общий план строения, связь с головным мозгом, функциональное значение.
37. Орган равновесия и слуха: общий план строения. Внутреннее, среднее и наружное ухо, их функциональное значение. Методика проведения и оценки координационной пробы Ромберга.

38. Сердечно-сосудистая система, анатомия, физиология.
39. Строение и функции сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения. Система микроциркуляции.
40. Сердце: расположение, камеры, клапаны, строение стенок, значение проводящей системы сердца.
41. Дыхательная система, анатомия, физиология.
42. Дыхательные пути: функциональные особенности носовой части глотки, гортани, трахеи.
43. Система пищеварения. Анатомия, физиология.
44. Костно-мышечная система, анатомия, физиология.
45. Мочеполовая система, анатомия, физиология.
46. Эндокринная система, анатомия, физиология.
47. Эндокринные железы: классификация желез внутренней секреции, функциональное значение их гормонов.
48. Мужские внутренние и наружные половые органы: состав, положение и функции.
49. Женские внутренние и наружные половые органы: состав, положение и функции. Циклические и возрастные изменения.
50. Кожа и подкожная клетчатка, анатомия, физиология и патология.
51. Психофизиология. Условные рефлексы, виды.
52. Типы ВНД. Формы психической деятельности.
53. Эмоции. Мотивации и поведение.
54. Стресс, физиология. Причины, стадии развития и профилактика.
55. Психоэмоциональные состояния в хореографии.
56. Анализаторы. Органы чувств.
57. Сенсорные системы. Рецепторы.
58. Физиология боли
59. Сознание, память.
60. Физиология сна и отдыха.
61. Физиология обмена веществ, терморегуляция.
62. Процессы теплоотдачи, терморецепторы. Температура тела человека, гомеостаз.
63. Адаптация. Особенности физиологии поведения человека.
64. Основы физиологии движений, тренировок и утомления. Характеристика двигательных качеств. Силовые качества. Методика развития силы мышц.

65. Развитие быстроты, ловкости, выносливости, гибкости.
66. Биодинамика мышц. Масса тела. Распределение массы тела человека.
67. Анатомические и физиологические особенности движения в хореографии.
68. Движения головы и шеи, туловища.
69. Движения туловища. Осанка: физиологическое и эстетическое значение осанки.
Осанка танцовщиков. Значение положения таза.
70. Верхняя и нижняя конечности и их работа в танце. Функциональная группа мышц, производящих супинацию бедра (выворотность).
71. Физиология обмена веществ и гомеостаз. Функциональные изменения при физических нагрузках.
72. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам.
73. Понятие о физической работоспособности. Исследование и оценка физической работоспособности. Резервы физической работоспособности.
74. Физиологические основы утомления и процессов восстановления. Изменение функций различных органов и систем организма при физических нагрузках.
75. Физическое развитие артистов балета. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках танцовщиков.
76. Анатомические и физиологические причины, профилактика травм и заболеваний в хореографии.
77. Анатомические и физиологические критерии отбора детей и подростков для занятий хореографией

8.4. Вопросы к экзамену

1. Анатомия, физиология, биодинамика и основы медицины как предметы и их значение в хореографии.
2. Индивидуальное здоровье человека. Основные показатели здоровья.
3. Основные анатомические понятия: клетка, ткань, орган, система органов, аппарат.
4. Понятие о конституции человека, особенности телосложения мужского и женского организма.
5. Строение и функции костной системы. Структурно-функциональная единица кости.
6. Кость как орган: строение и функции костей. Классификация костей.

7. Виды суставов и их строение. Особенности соединения костей, суставы, связочный аппарат.
8. Строение скелета и его функции. Череп - особенности строения и функции.
9. Строение позвоночника, особенности структуры и функции позвонков. Связки и мышцы позвоночника, биодинамика движений. Строение грудной клетки.
10. Верхняя конечность. Кости, связки, суставы и биодинамика движений.
11. Кости свободной верхней конечности: плечевая кость, кости предплечья и кисти.
12. Плечевой, локтевой, лучезапястные, межфаланговые суставы. Строение, виды и объем движений.
13. Строение таза, кости и мышцы. Кости, связки, мышцы тазобедренного сустава и бедра. Половые особенности таза.
14. Кости свободной нижней конечности: бедренная кость, кости голени и стопы.
15. Коленный сустав, строение, суставные поверхности, мениски, крестообразные связки. Биодинамика движений в суставе.
16. Голенистопопный сустав: строение, виды, объем движений.
17. Строение и функции стопы. Скелет стопы, суставы стопы, мышцы. Основы биодинамика движений.
18. Классификация мышц. Мышцы спины, головы, живота и конечностей. Строение мышцы и особенности биодинамики.
19. Мышечная система: строение, функции, виды мышечной ткани.
20. Биодинамические принципы работы двигательного аппарата: виды органов, сила мышечной тяги, общий центр тяжести и его роль в определении характера работы мышц при вертикальном положении тела.
21. Мышцы спины: расположение, функции.
22. Мышцы груди: расположение, функции.
23. Мышцы живота: расположение, функции. Брюшной пресс, паховый канал.
24. Мышцы шеи: расположение, функции. Мышцы верхней конечности: расположение, функции.
25. Мышцы таза и бедра: расположение, функции.
26. Мышцы голени и стопы: расположение, функции.
27. Строение нервной системы и анализаторов человека.
28. Спинной мозг: анатомия, физиология и функции.
29. Головной мозг: положение, отделы, желудочки головного мозга, их сообщения.

30. Проводящие пути спинного и головного мозга: виды, нейронный состав.
31. Периферическая нервная система: понятие о черепных нервах, общая характеристика черепных нервов.
32. Нервные сплетения (шейное, плечевое, поясничное, крестцовое): формирование, расположение, нервы и области их иннервации.
33. Вегетативная нервная система: части и их функциональное значение. Симпатическая и парасимпатические части вегетативной нервной системы: строение, иннервация органов.
34. Общая анатомия органов чувств. Кожная и проприоцептивная чувствительность.
35. Обонятельный и вкусовой анализаторы: локализация, функции.
36. Орган зрения: общий план строения, связь с головным мозгом, функциональное значение.
37. Орган равновесия и слуха: общий план строения. Внутреннее, среднее и наружное ухо, их функциональное значение. Методика проведения и оценки координационной пробы Ромберга.
38. Сердечно-сосудистая система, анатомия, физиология.
39. Строение и функции сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения. Система микроциркуляции.
40. Сердце: расположение, камеры, клапаны, строение стенок, значение проводящей системы сердца.
41. Дыхательная система, анатомия, физиология.
42. Дыхательные пути: функциональные особенности носовой части глотки, гортани, трахеи.
43. Система пищеварения. Анатомия, физиология.
44. Костно-мышечная система, анатомия, физиология.
45. Мочеполовая система, анатомия, физиология.
46. Эндокринная система, анатомия, физиология.
47. Эндокринные железы: классификация желез внутренней секреции, функциональное значение их гормонов.
48. Мужские внутренние и наружные половые органы: состав, положение и функции.
49. Женские внутренние и наружные половые органы: состав, положение и функции. Циклические и возрастные изменения.
50. Кожа и подкожная клетчатка, анатомия, физиология и патология.

51. Психофизиология. Условные рефлексы, виды.
52. Типы ВНД. Формы психической деятельности.
53. Эмоции. Мотивации и поведение.
54. Стресс, физиология. Причины, стадии развития и профилактика.
55. Психоэмоциональные состояния в хореографии.
56. Анализаторы. Органы чувств.
57. Сенсорные системы. Рецепторы.
58. Физиология боли
59. Сознание, память.
60. Физиология сна и отдыха.
61. Физиология обмена веществ, терморегуляция.
62. Процессы теплоотдачи, терморецепторы. Температура тела человека, гомеостаз.
63. Адаптация. Особенности физиологии поведения человека.
64. Основы физиологии движений, тренировок и утомления. Характеристика двигательных качеств. Силовые качества. Методика развития силы мышц.
65. Развитие быстроты, ловкости, выносливости, гибкости.
66. Биодинамика мышц. Масса тела. Распределение массы тела человека.
67. Анатомические и физиологические особенности движения в хореографии.
68. Движения головы и шеи, туловища.
69. Движения туловища. Осанка: физиологическое и эстетическое значение осанки.
Осанка танцовщиков. Значение положения таза.
70. Верхняя и нижняя конечности и их работа в танце. Функциональная группа мышц, производящих супинацию бедра (выворотность).
71. Физиология обмена веществ и гомеостаз. Функциональные изменения при физических нагрузках.
72. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам.
73. Понятие о физической работоспособности. Исследование и оценка физической работоспособности. Резервы физической работоспособности.
74. Физиологические основы утомления и процессов восстановления. Изменение функций различных органов и систем организма при физических нагрузках.
75. Физическое развитие артистов балета. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках танцовщиков.

76.Анатомические и физиологические причины, профилактика травм и заболеваний в хореографии.

77.Анатомические и физиологические критерии отбора детей и подростков для занятий хореографией.

8.6. Критерии оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций.

В ходе освоения дисциплины студентами последовательно выполняются задания, соотнесенные с изучаемыми темами дисциплины, результатами обучения (знать, уметь, владеть) и формируемыми компетенциями. Задания включают выполнение итогового теста, составление конспектов лекций, подготовку к дискуссиям, создание докладов и презентаций к ним.

Каждое задание оценивается по 100-балльной шкале. Соотношение четырехбалльной и стобалльной систем оценки качества обучения студентов в ходе текущей аттестации и представлено ниже:

Баллы	Оценка
75-100	Отлично
55-74	Хорошо
35-54	Удовлетворительно
0-34	Неудовлетворительно

Все полученные студентом оценки за выполненные задания фиксируются преподавателем и их суммарная составляющая, включающая результаты текущей, промежуточной аттестации, является основой выставления итоговой оценки за освоение дисциплины с учётом оценки за экзамен.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1.Основная литература

1. Варич, Л. А. Возрастная анатомия и физиология [Электронный ресурс] / Л. А. Варич, Н. Г. Блинова. – Электрон. дан. - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. - 168 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=232821>. – Загл. с экрана.
2. Кувшинов, Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учебное пособие по направлению подготовки 050400.62 "Психолого-педагогическое

образование", профилю "Психология и социальная педагогика", квалификация выпускника: "бакалавр" / Ю. А. Кувшинов. - Кемерово: КемГУКИ, 2013. - 182 с.

3. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учебное пособие для бакалавров / М. Н. Мисюк. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2012. - 431 с.

9.2. Дополнительная литература

1. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Текст]: учебник для студентов институтов физической культуры / М. Ф. Иваницкий, Б. А. Никитюк, А. А. Гладышева, Ф. В. Судзиловский. – Изд. 5-е, перераб. и доп. - Москва: Физкультура и спорт, 1985. - 544 с.
2. Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний [Текст]: учеб. пособие / Г. П. Артюнина. – Москва: Академический проект, 2009. – 766 с.
3. Конопальцева, Н. М. Антропометрия индивидуального потребителя. Основы прикладной антропологии и биомеханики [Текст]: лабораторный практикум / Н. М. Конопальцева, Е. Ю. Волкова, И. Ю. Крылова. - Москва: Форум, 2010. - 251 с.
4. Миловзорова, М. С. Анатомия и физиология человека [Текст]: учебное пособие / М. С. Миловзорова. - Москва: Медицина, 1972. - 231с.
5. Основы прикладной антропологии и биомеханики [Текст]: учебник / Т. Н. Дунаевская, Е. Б. Коблякова, Г. С. Ивлева, Р. В. Иевлева, Е. Б. Коблякова. - Москва: МГУДТ, 2005. - 280 с.
6. Рохлов, В. С. Практикум по анатомии и физиологии человека [Текст]: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / В. С. Рохлов, В. И. Сивоглазов. - Москва: Издательский центр "Академия", 1999. - 160 с.
7. Самусев, Р. П. Анатомия человека [Текст]: учебное пособие для студентов / Р. П. Самусев, Ю. М. Селин. - 3-е изд. перераб. и доп. - Москва: Издательство Оникс, 2005. - 576 с.
8. Сапин, М. Р. Анатомия и физиология детей и подростков [Текст]: учебное пособие / М. Р. Сапин, З. Г. Брыксина. - Москва: Издательский центр "Академия", 2002. - 456 с.
9. Смирнов, В. М. Физиология физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для вузов / В. М. Смирнов, В. И. Дубровский. - Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. - 608 с.
10. Федюкович, Н. И. Анатомия и физиология человека [Текст]: учебное пособие / Н. И. Федюкович. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. - 416 с.

11. Хогарт, Берн. Динамическая анатомия для художников [Текст]: измерения, пропорции, анатомические детали, поверхностные мышцы, ракурс, движение / Хогарт Берн. - Москва: ООО "Издательство АСТ", 2001. - 216 с.
12. Швырев, А. А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии [Текст]: учебное пособие / А. А. Швырев, Р. Ф. Морозова. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 416 с.
13. Шершнева, Л. П. Основы прикладной антропологии и биомеханики [Текст]: учебное пособие / Л. П. Шершнева, Т. В. Пирязева, Л. В. Ларькина. - Москва: Форум, 2004. - 144 с.

9.3. Электронные ресурсы:

1. Атлас анатомии человека [Электронный ресурс]. – 2-е изд., доп. и перераб. - Электрон. дан. - Москва: Рипол Классик, 2014. - 576 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=353533>. – Загл. с экрана.
2. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена [Электронный ресурс] / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. - 2-е изд., стер. – Электрон. дан. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010. - 400 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=57604>. – Загл. с экрана.
3. Гройсман, А. Л. Анатомия и физиология человека с элементами балетной медицины [Электронный ресурс] / А. Л. Гройсман, А. Н. Иконникова. первая. – Электрон. дан. - Москва: Когито-Центр, 2006. - 95 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=144945>. – Загл. с экрана.
4. Зинчук, В. В. Нормальная физиология [Электронный ресурс]: краткий курс / В. В. Зинчук, О. А. Балбатун, Ю. М. Емельяничук. - 3-е изд., испр. – Электрон. дан. - Минск: Вышэйшая школа, 2014. - 432 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=235699>. – Загл. с экрана.
5. Карнеев, А. Г. Биомеханика [Электронный ресурс]: учебное пособие / А. Г. Карнеев, Н. П. Курнакова, Г. А. Коновалов. – Электрон. дан. - Омск: Издательство СибГУФК, 2014. - 148 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=429352>. – Загл. с экрана.

6. Коренберг, В. Б. Лекции по спортивной биомеханике [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. Б. Коренберг. – Электрон. дан. - Москва: Советский спорт, 2011. - 208 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=210440>. – Загл. с экрана.
7. Корягина, Ю. В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности [Электронный ресурс] / Ю. В. Корягина, Ю. П. Салова, Т. П. Замчий. – Электрон. дан. - Омск: Издательство СибГУФК, 2014. - 153 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=336075>. – Загл. с экрана.
8. Петренко, В. М. Развитие человека [Электронный ресурс]: вопросы развития в анатомии человека / В. М. Петренко. – Электрон. дан. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 165 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=344683>. – Загл. с экрана.
9. Руководство к практическим занятиям по физиологии [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Омск: Издательство СибГУФК, 2014. - 151 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=429369>. – Загл. с экрана.
10. Щанкин, А. А. Связь конституции человека с физиологическими функциями [Электронный ресурс] / А. А. Щанкин. – Электрон. дан. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 105 с. - (Университетская библиотека online: электрон. библиотечная система). – Режим доступа: <http://biblioclub.kemguki.ru/index.php?page=book&id=362805>. – Загл. с экрана.

9.4. Программное обеспечение и информационные справочные системы

Состав программного обеспечения, необходимого для реализации образовательного процесса, включает:

- Операционная система – MSWindows (10, 8,7, XP)
- Офисный пакет – LibreOffice
- Браузер - Mozilla Firefox (Internet Explorer)
- Консультант Плюс
- Информационно-правовая система КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Список литературы оформляется в соответствии с ГОСТ Р 7.0.100 -2018
- Меркулова, А. Ш. Оформление списка литературы в учебных изданиях : методические указания для преподавателей : практическое издание / А. Ш.

Меркулова ; ред. О. Я. Сакова ; Кемеровский государственный институт культуры.
- Кемерово : КемГИК , 2020. - 28 с. – URL:
<http://ebooks.kemguki.ru/protected/Obshie/2020/MERKULOVA11.pdf> (дата обращения: 06.10.2021). - Режим доступа: Электронная библиотека КемГИК.-
Текст : электронный.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

- для лекции - мультимедийный проектор, персональный компьютер, подключенный к сети Интернет, экран, акустическая система.
- для практических (лабораторных) работ - компьютерный класс, подключенный к сети Интернет
- для самостоятельных работ - персональный компьютер, подключенный к сети Интернет

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для обеспечения образования инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается:

- адаптированная образовательная программа;
- индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в частности, применяется индивидуальный подход к освоению дисциплины, индивидуальные задания.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются адаптированные формы проведения с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей:

- для лиц с нарушением зрения задания предлагаются с укрупненным шрифтом;
- для лиц с нарушением слуха оценочные средства предоставляются в письменной форме с возможностью замены устного ответа на письменный ответ;
- для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата двигательные формы оценочных средств заменяются на письменные или устные с исключением двигательной активности;
- при необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для выполнения задания.

При выполнении заданий для всех групп лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается присутствие индивидуального помощника-сопровождающего для

оказания технической помощи в оформлении результатов проверки сформированности компетенций.

5. Список ключевых слов

Адаптация

Анатомия

Клетка, ткань,

Орган

Система органов

Конституции человека,

Телосложение

Костной системы.

Кость

Суставов

Связочный аппарат.

Скелета и его функции.

Череп

Позвочника,

Особенности структуры и функции позвонков.

Связки

Мышцы

Грудной клетки.

Верхняя конечность

Движение

Капсульно-связочный аппарат

Мышца

Нижняя конечность

Опорно-двигательный аппарат

Синовиальные влагалища сухожилий

Синовиальные сумки

Системы органов

Сустав

Сухожилие

Кости предплечья и кисти.

Плечевой сустав

Локтевой сустав
Лучезапястный сустав
Межфаланговый сустав
Таз
Тазобедренный сустав
Бедро
Бедренная кость
Кости голени
Коленный сустав
Крестообразные связки.
Голеностопный сустав
Скелет стопы
Мышечная система
Двигательный аппарат
Нервная система
Спинной мозг
Головной мозг
Проводящие пути
Периферическая нервная система
Нервные сплетения
Вегетативная нервная система
Кожная и проприоцептивная чувствительность.
Обонятельный и вкусовой анализаторы
Орган зрения
Орган равновесия и слуха
Сердечно-сосудистая система
Круги кровообращения.
Система микроциркуляции.
Сердце
Дыхательная система
Дыхательные пути
Система пищеварения.
Костно-мышечная система
Мочеполовая система
Эндокринная система

Эндокринные железы
Мужские половые органы
Женские половые органы
Кожа
Подкожная клетчатка
Психофизиология.
Условные рефлексы
Типы ВНД.
Эмоции
Мотивации
Поведение
Стресс
Психоэмоциональные состояния
Анализаторы
Органы чувств
Сенсорные системы
Рецепторы.
Физиология боли
Сознание
Память
Физиология сна
Обмен веществ
Терморегуляция
Терморецепторы
Температура тела человека
Гомеостаз
Осанка
Физиология
Физическая работоспособность
Резервы физической работоспособности
Физические нагрузки