

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОП 01 «Анатомия»

ПРЕПОДАВАТЕЛЬ: ВАДЮХИНА СВЕТЛАНА ЛЕОНИДОВНА

Самостоятельная работа студентов является одним из видов учебных занятий студентов. Самостоятельная работа проводится с целью систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений студентов; углубления и расширения теоретических знаний; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности студентов; формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации; развития исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется в рабочей тетради по дисциплине, сдается преподавателю и служит допуском к зачету или экзамену.

Самостоятельная работа ко 2 семестру

Введение в анатомию

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам.

1. Краткие исторические сведения о развитии анатомии и спортивной морфологии.
2. Развитие отечественной анатомии

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 1.1 Основы цитологии

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

1. Строение клетки: оболочка клетки, цитоплазма, клеточное ядро.
2. Деление клеток.
3. Химический состав клетки.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 1.3 Основы эмбриологии

Задание 1. Раскрыть понятие об онтогенезе. Характеристика внутриутробного и внеутробного периодов.

Задание 2. Возрастная периодизация. Понятия биологический и паспортный возраст, акселерация, половое созревание.

Подготовиться к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Раздел 2. Строение и функции ОДА

Тема 2.1 Костная система

Задание 1. Зарисовать строение трубчатых костей.

Задание 2. Составить опорный конспект по вопросам:

- Скелет туловища: строение позвоночного столба и грудной клетки. Типичный позвонок. Отличия позвонков разных отделов. Строение грудины и ребер.
- Скелет верхних конечностей. Строение костей пояса верхних конечностей: лопатка и ключица. Строение костей свободной верхней конечности: плечевая, локтевая, лучевая кости и кости кисти.
- Скелет нижних конечностей. Строение тазовой кости. Строение костей свободной нижней конечности: бедренная, большая и малая берцовые, кости стопы.
- Скелет головы: череп. Кости мозгового и лицевого отделов черепа. Развитие, возрастные и половые особенности черепа.

Задание 3. Работа с рисунками. Подготовится к зачету по теме.

Тема 2.2 Соединения костей

Задание 1.: заполнить таблицу «Соединения костей верхних и нижних конечностей и мышцы, обеспечивающие движения в них»

Таблица 3

«Соединение костей ВК и НК и мышцы, обеспечивающие их движения»

Сустав	Кости образующие сустав	Характеристика сустава	Мышцы, обеспечивающие движение
Плечевой			
Локтевой			
Лучезапястный			
Тазобедренный			
Коленный			
голеностопный			

Задание 2. Составить опорный конспект по вопросам:

- Соединения костей черепа, их характеристика.
- Соединения костей туловища: соединение позвонков, ребер. Позвоночный столб в целом. Движения позвоночного столба.
- Таз в целом. Стопа как целое. Понятие о плоскостопии.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 2.3 Мышечная система

Задание 1. Составить таблицу по вопросам:

- Мышцы туловища: мышцы спины, груди, живота - функциональная характеристика. Топографические образования мышц живота.
- Мышцы шеи и головы. Топографические образования шеи.
- Мышцы верхних конечностей: плечевого пояса, плеча, предплечья, кисти.

- Мышцы нижних конечностей: таза, бедра, голени, стопы.

Название мышцы	начало	прикрепление	функции

Задание 2. Найти проекцию поверхностных мышц головы, туловища, верхних и нижних конечностей. Подготовится к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Самостоятельная работа к 3 семестру

Раздел 4. Строение и функции систем органов здорового человека

Тема 4.1 Пищеварительная система

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Понятие о пищеварительной системе, ее функции.
- Строение и функции пищеварительных органов и желез.
- Механическая и химическая переработка пищи в разных отделах пищеварительной системы. Подготовится к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 4.2 Дыхательная система

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Понятие о дыхательной системе. Значение дыхания.
- Механизм дыхательных движений.
- Строение органов дыхания.
- Показатели внешнего дыхания: ЖЕЛ, МОД и их характеристика.
- Понятие об аэробной и анаэробной производительности.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 4.3 Мочеполовой аппарат

Задание 1. Строение и функции мочевых органов. Нефрон - структурно-функциональная единица почки. Схематично зарисовать нефрон и строение почки.

Задание 2. Сделать опорный конспект по вопросам «строение половых органов». Подготовится к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 4.4 Иммунная и лимфатическая системы

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Понятие об иммунной системе, ее функции. Иммуитет и его виды.
- Строение органов иммунной и лимфатической систем.
- Лимфатические сосуды и протоки.

Задание 2. Зарисовать проекцию лимфатических узлов, селезенки, крупных лимфатических сосудов и протоков. Подготовится к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 4.5 Сердечно-сосудистая система

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Общий обзор сердечно-сосудистой системы. Строение сердца.
- Виды сосудов, строение. Микроциркуляторное русло.
- Сосуды малого круга кровообращения.
- Аорта. Артерии большого круга кровообращения.
- Вены большого круга кровообращения. Система воротной вены.

Задание 2. Зарисовать проекцию сердца и крупных сосудов (артерии и вены)

Задание 3. Составить терминологический словарь по теме. Подготовиться к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 4.6 Эндокринная система

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Понятие об эндокринной системе. Понятие о гормонах, их свойства

Задание 2. Заполнить таблицу «Строение желез и их гормоны».

Подготовиться к зачету по теме.

Таблица 4

«Строение желез и их гормоны»

	железа	Особенности расположения и строения	Гормоны и зоны их влияния
1	гипофиз		
2	надпочечники		
3	Щитовидная		
4	паращитовидные		
5	Половые		
6	Поджелудочная		
7	Тимус		
8	эпифиз		

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Самостоятельная работа к 4 семестру

Тема 4.7 Нервная система

Задание 1. Зарисовать схему рефлекторного пути.

Задание 2. Заполнить таблицу «Строение и функции спинного и головного мозга».

Таблица 5

«Строение и функции спинного и головного мозга»

Отдел мозга	строение	функции
Спинной	Серое вещество Белое вещество сегмент	Проводниковая: Рефлекторная:

Головной		
продолговатый	Оливы Пирамиды	Проводниковая: Рефлекторная:
Задний (мост и мозжечек)	Кора мозжечка Подкорковые ядра	Проводниковая: Рефлекторная:
Средний	Черное вещество Четверохолмия Красные ядра Ножки мозга	Проводниковая: Рефлекторная:
Промежуточный	Таламус Гипоталамус Метаталамус Эпиталамус	Проводниковая: Рефлекторная:
Конечный	Кора Подкорковые ядра Доли	Проводниковая: Рефлекторная:

Задание 3. Зарисовать проекцию спинномозговых нервов на поверхность тела человека.

Задание 4. Определить сходства и различия симпатической и парасимпатической частей вегетативной нервной системы. Подготовится к зачету по теме.

Задание 5. Составить опорный конспект вопроса: проводящие пути спинного и головного мозга.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, зачет

Тема 4.8 Учение об органах чувств (эстеziология)

Задание 1.: заполнить таблицу «Строение и функции анализаторов»

Таблица 6

«Строение и функции анализаторов»

анализатор	значени е	периферически й отдел	проводниковы й отдел	центрально й отдел
Зрительный				
Слуховой				
Вестибулярны й				
Двигательный				
Тактильный				
Температурны й				
болевой				
вкусовой				
обонятельный				

Форма и методы контроля: наличие конспекта, **зачет**.

Задание 2. Составить опорный конспект по вопросу «Кожа, строение и функции». Подготовится к зачету по теме.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, **зачет**.

Раздел 5. Возрастная морфология

Тема 5.1 Закономерности роста и развития

Задание 1. Подготовить выступления по вопросам:

1. Понятие о росте и развитии организма.
2. Закономерности роста и развития.
3. Методы исследования возрастной морфологии.
4. Периоды индивидуального развития. Биологический возраст.
5. Возрастные изменения систем организма (ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, мочеполовой).
6. Анатомо-физиологические особенности детей, подростков, людей среднего и старшего возраста.
7. Анатомо-физиологические особенности организма женщин.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, экзамен

Раздел 6. Основы адаптации

Тема 6.1 Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Понятие об адаптации.
- Адаптация опорно-двигательного аппарата, систем регуляции движений и систем обеспечения движений. Рациональная и иррациональная адаптация.
- Понятие о «стрессе», его механизм.
- Адаптация ОДА к физической работе; изменения в сердечно-сосудистой и дыхательной системах при физической работе; изменения состава крови у спортсменов тренирующихся на выносливость.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, экзамен.

Раздел 7. Коррекция функциональных нарушений у детей и подростков

Тема 7.1 Способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков

Задание 1. Составить опорный конспект по вопросам:

- Понятие о коррекции. Механизм действия ФУ.
- Функциональные нарушения различных систем. Методы исследования и способы коррекции.

- Коррекция функциональных нарушений сердечно-сосудистой системы, дыхательной, пищеварительной, мочеполовой систем и опорно-двигательного аппарата с помощью ФУ.

Форма и методы контроля: наличие конспекта, экзамен.