

*Методические рекомендации*  
*по организации самостоятельной работы*  
**по дисциплине «Анатомия и физиология человека»**

**49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**



Разработчик: Н.В.Лунева,  
Доцент кафедры МБДОиАФК,  
ФГБОУ ВО  
«Курский государственный университет»

## Аннотация

Самостоятельная работа обучающихся в СПО является важным видом учебной и научной деятельности студента. Государственным образовательным стандартом предусматривается, как правило, 30 % - 50% часов из общей трудоемкости дисциплины на самостоятельную работу обучающихся. В связи с этим, обучение в СПО включает в себя две, практически одинаковые по объему и взаимовлиянию части – процесс обучения и процесс самообучения. Поэтому самостоятельная работа должна стать эффективной и целенаправленной работой студента.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных способностей и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие обучающихся в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов. При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса.

Формы самостоятельной работы студентов разнообразны. Они включают в себя:

- изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий с привлечением электронных средств официальной, статистической, периодической и научной информации;
- подготовку докладов и рефератов;
- участие в работе студенческих конференций, комплексных научных исследованиях.

Самостоятельная работа приобщает студентов к научному творчеству, поиску и решению актуальных современных проблем.

Задачами самостоятельной работы обучающихся являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических занятиях для подготовки к итоговым зачетам.

В образовательном процессе среднего профессионального образовательного учреждения выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторную, под руководством преподавателя, и внеаудиторную.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной преподавателем учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и практическим работам, их оформление;
- подготовка практических разработок;
- выполнение домашних заданий в виде индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- коллоквиум как форма контроля освоения теоретического содержания дисциплин: (в часы консультаций, предусмотренных учебным планом);
- прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий);
- прием и защита практических работ (во время проведения практических работ);

## Оглавление

1. Рекомендации по выполнению реферата.
2. Тематика рефератов.
3. Рекомендации по выполнению информационного сообщения.
4. Тематика информационных сообщений.
5. Рекомендации по написанию конспектов первоисточников.
6. Рекомендации по выполнению эссе.
7. Тематика эссе.
8. Рекомендации по составлению глоссария.
9. Перечень основных категорий для составления глоссария.
10. Рекомендации по методике решения кейс- задач.
11. Кейс-задача.
12. Рекомендации по созданию презентаций.
13. Тематика презентаций.
14. Информационное обеспечение обучения.

## Рекомендации по выполнению докладов

Доклад является одной из форм обучения студентов, направленной на организацию и повышение уровня самостоятельной работы студентов, целью которой является расширение научного кругозора студентов, ознакомление с методикой научного поиска.

Доклад, как форма обучения обучающихся, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами.

При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы.

Темы докладов определяются ПЦК общеобразовательных дисциплин и содержатся в ККОС учебной дисциплины.

Преподаватель рекомендует литературу, которая может быть использована для написания доклада.

Целью написания доклада является:

- привитие студентам навыков поиска необходимой литературы (на бумажных носителях, в электронном виде);
- привитие студентам навыков компактного изложения мнения авторов и своего суждения по выбранной теме в письменной форме, научно грамотным языком и в хорошем стиле;
- приобретение навыка грамотного оформления ссылок на используемые источники, правильного цитирования авторского текста;
- выявление и развитие у студентов интереса к определенной научной и практической проблематике.

Требования к содержанию:

- материал, использованный в докладе, должен относиться строго к выбранной теме;
- необходимо изложить основные аспекты проблемы не только грамотно, но и в соответствии с той или иной логикой (хронологической, тематической, событийной и др.)
- при изложении следует сгруппировать идеи разных авторов по общности точек зрения или по философским школам;
- доклад должен заканчиваться подведением итогов проведенной исследовательской работы: содержать краткий анализ-обоснование преимуществ той точки зрения по рассматриваемому вопросу, с которой Вы солидарны.

## Структура доклада

1. Начинается доклад с титульного листа.
2. За титульным листом следует Содержание. Содержание - это план доклада, в котором каждому разделу должен соответствовать номер страницы, на которой он находится.
3. Текст доклада. Он делится на три части: введение, основная часть и заключение.
  - а) Введение - раздел доклада, посвященный обоснованию проблемы, которая будет рассматриваться, обоснованию выбора темы.
  - б) Основная часть - это звено работы, в котором последовательно раскрывается выбранная тема. Основная часть может быть представлена как цельным текстом, так и разделена на главы. При необходимости текст доклада может дополняться иллюстрациями, таблицами, графиками, но ими не следует «перегружать» текст.
  - в) Заключение - данный раздел доклада должен быть представлен в виде выводов, которые готовятся на основе подготовленного текста. Выводы должны быть краткими и четкими. Также в заключении можно обозначить проблемы, которые «высветились» в ходе работы над докладом, но не были раскрыты в работе.
4. Список использованных источников. В данном списке называются как те источники, на которые ссылается студент при подготовке доклада, так и все иные, изученные им в связи с его подготовкой. В работе должно быть использовано не менее 5 разных источников.

## Объем и технические требования, предъявляемые к выполнению реферата

Объем работы должен быть, как правило, не менее 15 и не более 20 страниц. Работа должна выполняться через полуторный интервал 14 шрифтом, размеры оставляемых полей: левое - 30 мм, правое - 10 мм, нижнее - 20 мм, верхнее - 20 мм. Страницы должны быть пронумерованы (нумерация в верхней части страницы по центру).

Расстояние между названием части доклада или главы и последующим текстом должно быть равно двум интервалам. Фразы, начинающиеся с "красной" строки, печатаются с абзацным отступом от начала строки, равным 1,5 см.

При цитировании необходимо соблюдать следующие правила:

- текст цитаты заключается в кавычки и приводится без изменений, без произвольного сокращения цитируемого фрагмента (пропуск слов, предложений или абзацев допускается, если не влечет искажения всего фрагмента, и обозначается многоточием, которое ставится на месте пропуска) и без искажения смысла;

- каждая цитата должна сопровождаться ссылкой на источник, библиографическое описание которого должно приводиться в соответствии с требованиями библиографических стандартов.

Доклад – письменная работа, выполняемая студентами в течение длительного срока (от недели до месяца).

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент выявляет всестороннее и глубокое знание учебного программного материала:

- самостоятельно изучает дополнительные источники по теме;
- умеет систематизировать материал и кратко его излагать;
- порядок подготовки доклада соответствует предъявляемым требованиям.

Оценка «хорошо» выставляется, если обучающийся допускает неточности в категориях:

- недостаточно полно раскрывает тему;
- умеет использовать дополнительные источники информации;
- не может четко определить границы проблемы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрывает лишь некоторые вопросы темы доклада:

- допускает ошибки в определениях;
- допускает логические ошибки в изложении;
- многие выводы в докладе не обоснованы;
- слабое владение материалом темы.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не раскрыл тему доклада:

- не ориентируется в материале исследования;
- не может выявить и решить проблему на должном уровне;
- доклад не подготовлен;
- отсутствует ориентация в материале;
- не освоена тема доклада;
- допущены существенные ошибки в проведенном исследовании.

### **Тематика докладов:**

- История развития анатомии
- Выдающиеся анатомы
- Основы топографической анатомии
  
- Подростковая анатомия
- Адаптация к физическим нагрузкам
- Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. Стадии адаптации
- Адаптация к физическим упражнениям
- Адаптация человека в условиях авиакосмических полетов
- Анализаторы: виды, структура. Сенсорные системы человека
- Анатомические аспекты сна и бодрствования
- Анатомия и физиология органа зрения
- Анатомия и физиология органа слуха
- Анатомо-физиологические основы жизненно важных функций организма
- Антиоксидантная система плазмы крови в норме и при патологии
- Асимметрия головного мозга
- Биологические ритмы
- Биомедицинская и клиническая антропология
- Биофизик Чижевский и его учение об аэроионах
- Биофизика цветового зрения

## Рекомендации по подготовке информационного сообщения

Подготовка информационного сообщения – это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на семинаре. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам.

Сообщение отличается от доклада не только объемом информации, но и ее характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин.

Затраты времени на подготовку сообщения зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем.

Роль преподавателя в подготовке информационного сообщения:

- определить тему и цель сообщения;
- определить место и сроки подготовки сообщения;
- оказать консультативную помощь при формировании структуры сообщения;
- рекомендовать основную и дополнительную литературу по теме сообщения;
- оценить сообщение в контексте занятия.

Роль студента в подготовке информационного сообщения:

- собрать и изучить литературу по теме;
- составить план или графическую структуру сообщения;
- выделить основные категории, раскрывающие тему;
- ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
- оформить текст сообщения письменно;
- сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент дает полный и правильный ответ на поставленные и дополнительные вопросы (если в таковых была необходимость):

- обнаруживает всестороннее системное и глубокое знание программного материала;
- обстоятельно раскрывает соответствующие теоретические положения;
- демонстрирует знание современной учебной и научной литературы;
- владеет категориальным аппаратом;
- демонстрирует способность к анализу и сопоставлению различных подходов к решению заявленной проблематики;
- подтверждает теоретические постулаты практическими примерами;
- способен творчески применять знание теории к решению профессиональных задач;
- имеет собственную оценочную позицию и умеет аргументировано и убедительно её раскрывать;
- четко излагает материал в логической последовательности.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает ответ, отличающийся меньшей обстоятельностью и глубиной изложения:

- обнаруживает при этом твердое знание программного материала;

- допускает несущественные ошибки и неточности в изложении теоретического материала, исправленные после дополнительного вопроса;
- опирается при построении ответа только на основные источники литературы;
- подтверждает теоретические постулаты отдельными примерами из практической деятельности;
- способен применять знание теории к решению задач профессионального характера;
- испытывает небольшие трудности при определении собственной оценочной позиции;
- наблюдается незначительное нарушение логики изложения материала.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в основном знает программный материал в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, но ответ, отличается недостаточной полнотой и обстоятельностью изложения:

- допускает существенные ошибки и неточности в изложении теоретического материала;
- ответ имеет репродуктивный характер;
- в целом усвоил основную литературу;
- обнаруживает неумение применять нормативные принципы, закономерности и категории для объяснения конкретных фактов и явлений;
- требуется помощь со стороны (путем наводящих вопросов, небольших разъяснений и т.п.);
- испытывает существенные трудности при определении собственной оценочной позиции;
- наблюдается нарушение логики изложения материала.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент обнаруживает незнание или непонимание большей или наиболее существенной части содержания учебного материала:

- допускает принципиальные ошибки в ответе на вопросы;
- не может исправить ошибки с помощью наводящих вопросов;
- не способен применять знание теории к решению задач профессионального характера;
- не умеет определить собственную оценочную позицию;
- допускает грубое нарушение логики изложения материала.

### **Тематика информационных сообщений**

- Особенности опорно-двигательного аппарата у футболистов
- Особенности опорно-двигательного аппарата у волейболистов
- Особенности опорно-двигательного аппарата у баскетболистов
- Особенности опорно-двигательного аппарата у пловцов
- Особенности опорно-двигательного аппарата у тяжелоатлетов
- Особенности опорно-двигательного аппарата у легкоатлетов
- Водно-электролитный баланс. Кислотно-щелочное состояние
- Возрастные особенности высшей нервной деятельности человека
- Газообмен в легких. Диффузия. Парциальное давление газов
- Гастроинтестинальные гормоны
- Гемостаз и его компоненты. Антигенные системы крови

- Гипоталамус
- Глаз как оптическая система
- Гомеостаз
- Гормональная регуляция обмена углеводов при мышечной деятельности
- Гормоны щитовидной железы
- Жизненная емкость легких
- Зрительное восприятие
- Изменения в организме во время физической нагрузки
- Изоантигены и изоантитела системы АВО в антогенезе
- Иммунитет
- Календарный и биологический возраст. Функциональные механизмы становления и развития речи

### **Рекомендации по созданию презентаций**

Создание материалов-презентаций – это вид самостоятельной работы студентов по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint (Приложение 5). Этот вид работы требует координации навыков студента по сбору, систематизации, переработке информации, оформления ее в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде. То есть создание материалов-презентаций расширяет методы и средства обработки и представления учебной информации, формирует у студентов навыки работы на компьютере.

Материалы-презентации готовятся студентом в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint. В качестве материалов-презентаций могут быть представлены результаты любого вида внеаудиторной самостоятельной работы, по формату соответствующие режиму презентаций.

Затраты времени на создание презентаций зависят от степени трудности материала по теме, его объема, уровня сложности создания презентации, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- помочь в выборе главных и дополнительных элементов темы;
- консультировать при затруднениях.

Роль студента:

- изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- представить характеристику элементов в краткой форме;
- выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы;
- оформить работу и предоставить к установленному сроку.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент самостоятельно и творчески подходит к составлению презентации:

- обнаруживает всестороннее системное и глубокое знание программного материала;
- обстоятельно раскрывает соответствующие теоретические положения;
- презентация соответствует предъявляемым к ней требованиям;
- ориентируется в информационном пространстве;
- систематизирует материал задания;

- глубоко и всесторонне раскрывает тему проекта;
- умение самостоятельно конструировать свои знания в процессе решения практических проблем;
- высокий уровень сформированности исследовательских навыков.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент отличается меньшей обстоятельностью и глубиной знаний:

- не достаточно полно раскрыта тема;
- способен применять знания теории в творческом проекте;
- обнаруживает твердые знания программного материала;
- самостоятельно изучает различные источники информации по теме.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в основном знает программный материал, но не достаточно полно и обстоятельно:

- уровень теоретических знаний недостаточно высок;
- раскрыты лишь некоторые вопросы темы;
- допускает логические ошибки;
- многие выводы необоснованны.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не усвоил тему и отсутствует ориентация в материале:

- проект не подготовлен;
- не выявлена и не решена проблема на должном уровне;
- не раскрыта тема;
- не ориентируется в материале исследования.

### **Тематика презентаций**

1. Строение мышечной ткани
2. Строение эпителиальной ткани
3. Строение артерий и вен.
4. Строение нервной ткани.
5. Развитие дыхательной системы
6. Развитие пищеварительной системы
7. Развитие эндокринной системы
8. Развитие иммунной системы.
9. Система кровообращения
10. Строение и функции больших полушарий головного мозга
11. Обмен веществ и энергии. Возрастные особенности обмена веществ
12. Ультраструктура и биохимический состав мышц
13. Физиологическая структура поведенческого акта
14. Физиологические и биохимические основы адаптации
15. Физиологические механизмы формирования эмоций
16. Физиология мышц и синапсов
17. Физиология органа зрения
18. Физиология сенсорных систем. Мышечная чувствительность
19. Физиология слуха
20. Физиология центральной нервной системы
21. Физиология центральной нервной системы и высшей нервной деятельности
22. Физический труд и утомление

## Рекомендации по выполнению эссе

Написание эссе – это вид внеаудиторной самостоятельной работы студентов по написанию сочинения небольшого объема и свободной композиции на частную тему, трактуемую субъективно и обычно неполно (Приложение 3). Тематика эссе должна быть актуальной, затрагивающей современные проблемы области изучения дисциплины. Студент должен раскрыть не только суть проблемы, привести различные точки зрения, но и выразить собственные взгляды на нее. Этот вид работы требует от студента умения четко выражать мысли как в письменной форме, так и посредством логических рассуждений, ясно излагать свою точку зрения.

Эссе, как правило, имеет задание, посвященное решению одной из проблем, касающейся области учебных или научных интересов дисциплины, общее проблемное поле, на основании чего студент сам формулирует тему. При раскрытии темы он должен проявить оригинальность подхода к решению проблемы, реалистичность, полезность и значимость предложенных идей, яркость, образность, художественную оригинальность изложения.

Затраты времени на подготовку материала зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем.

В зависимости от специфики дисциплины формы эссе могут значительно дифференцироваться. В некоторых случаях это может быть анализ имеющихся статистических данных по изучаемой проблеме, анализ материалов из средств массовой информации и использованием изучаемых моделей, подробный разбор предложенной задачи с развернутыми мнениями, подбор и детальный анализ примеров, иллюстрирующих проблему и т.д.

### Структура эссе

1. Титульный лист
2. Введение - суть и обоснование выбора данной темы, состоит из ряда компонентов, связанных логически и стилистически. На этом этапе очень важно правильно сформулировать цель и поставить вопросы, на которые студент собирается найти ответ в ходе своего исследования.

При формулировании цели обратите внимание на следующие вопросы:

- Почему выбрали эту тему?
- В чем состоит актуальность выбранной темы?
- Какие другие примеры идей, подходов или практических решений вам известны в рамках данной темы?
- В чем состоит новизна предлагаемого подхода?
- Конкретная задача в рамках темы, на решение которой направлено эссе?

3. Основная часть - теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса. Данная часть предполагает развитие аргументации и анализа, а также обоснование их, исходя из имеющихся данных, других аргументов и позиций по этому вопросу. В этом заключается основное содержание эссе и это представляет собой главную трудность. Поэтому важное значение имеют подзаголовки, на основе которых осуществляется структурирование аргументации; именно здесь необходимо

обосновать (логически, используя данные или строгие рассуждения) предлагаемую аргументацию/анализ. Там, где это необходимо, в качестве аналитического инструмента можно использовать графики, диаграммы и таблицы.

В процессе построения эссе необходимо помнить, что один параграф должен содержать только одно утверждение и соответствующее доказательство, подкрепленное графическим и иллюстративным материалом. Следовательно, наполняя содержанием разделы аргументацией (соответствующей подзаголовкам), необходимо в пределах параграфа ограничить себя рассмотрением одной главной мысли.

Хорошо проверенный (и для большинства - совершенно необходимый) способ построения любого эссе - использование подзаголовков для обозначения ключевых моментов аргументированного изложения: это помогает посмотреть на то, что предполагается сделать (и ответить на вопрос, хорош ли замысел). Такой подход поможет следовать точно определенной цели в данном исследовании. Эффективное использование подзаголовков - не только обозначение основных пунктов, которые необходимо осветить. Их последовательность может также свидетельствовать о наличии или отсутствии логичности в освещении темы.

Примерная структура основной части эссе:

- Анализ актуального положения дел в выбранной области. Болевые точки, актуальные вопросы, задачи.
- Изложение собственного подхода / идеи.
- Необходимые ресурсы для воплощения данного подхода. План мероприятий по воплощению идеи.
- Практические рекомендации.
- Перспективы использования данного подхода / его разработки.
- Плюсы и минусы предложенной идеи.
- Другое.

4. Заключение - обобщения и аргументированные выводы по теме с указанием области ее применения и т.д. Подытоживает эссе или еще раз вносит пояснения, подкрепляет смысл и значение изложенного в основной части. Методы, рекомендуемые для составления заключения: повторение, иллюстрация, цитата, впечатляющее утверждение. Заключение может содержать такой очень важный, дополняющий эссе элемент, как указание на применение исследования, не исключая взаимосвязи с другими проблемами.

В качестве одного из возможных вариантов подготовки к написанию эссе можно предложить клише наиболее часто используемых в сочинениях-рассуждениях:

Вступление	Основная часть	Заключение
Для меня эта фраза..... является ключом к пониманию	Во-первых,... Во-вторых,...	Таким образом,...
Выбор данной темы продиктован следующими соображениями...	Рассмотрим несколько подходов... Например...	Подведем общий итог рассуждению...
Поразительный простор для мысли открывает это	Проиллюстрируем это положение следующим примером...	Итак,...

короткое высказывание...		
Никогда не думал, что меня заденет за живое идея о том, что...	<p><i>Для полемического эссе:</i>  С одной стороны,...  С другой стороны,...  Для выдерживания аргументов в основной части эссе можно воспользоваться так называемой ПОПС-формулой:  П - положение (утверждение):  <i>Я считаю, что...;</i>  О – объяснение: <i>Потому что...;</i>  П – пример, иллюстрация:  <i>Например...;</i>  С – суждение (итоговое):  <i>Таким образом...;</i></p>	Именно поэтому я не могу согласиться с автором высказывания....

Эссе может быть представлено на семинарском занятии, на конкурсе студенческих работ, научных конференциях.

Роль преподавателя в написании эссе:

- помочь студенту в выборе источников информации по теме;
- помочь в формулировании темы, цели, выводов;
- консультировать при затруднениях.

Роль студента:

- внимательно прочитать задание и сформулировать тему не только актуальную по своему значению, но и оригинальную и интересную по содержанию;
- подобрать и изучить источники по теме, содержащие в них информацию;
- выбрать главное и второстепенное;
- составить план эссе;
- лаконично, но емко раскрыть содержание проблемы и свои подходы к ее решению;
- оформить эссе и сдать в установленный срок.

Критерии оценки:

Эссе оценивается на «отлично», если:

1. Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы;
2. Проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа;
3. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт.

Эссе оценивается на «хорошо», если:

1. Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы;
2. Проблема раскрыта с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа (теоретические связи и обоснования не присутствуют или явно не прослеживаются);
3. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт.

Эссе оценивается на «удовлетворительно», если:

1. Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы;

2. Проблема раскрыта при формальном использовании обществоведческих терминов;

3. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт без теоретического обоснования.

Эссе оценивается на «неудовлетворительно», если:

1. Не представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии;

2. Проблемы, проблема раскрыта на бытовом уровне;

3. Аргументация своего мнения слабо связана с раскрытием проблемы.

### **Тематика эссе**

- Методы физиологических исследований
- Механизмы теплопродукции и теплоотдачи
- Морфология системы крови и ее возрастные особенности
- Надпочечники и их физиологическая функция
- Нейрофизиология: как рождается движение
- Новый подход в понимании преадаптации
- О субстрате следов памяти в мозге
- Обмен веществ и энергии
- Общая физиология центральной нервной системы и Высшей нервной деятельности
- Определение группы крови и резус-фактора
- Организм как саморегулирующаяся система
- Основы физиологии возбудимых тканей
- Основы физиологии высшей нервной деятельности
- Особенности зрения человека
- Память
- Поступление витаминов. Гиповитаминоз
- Предмет, задачи и методы возрастной физиологии

## **Рекомендации по составлению глоссария**

Составление глоссария – вид самостоятельной работы студента, выражающейся в подборе и систематизации категорий, непонятных слов и выражений, встречающихся при изучении темы. Развивает у студентов способность выделять главные понятия темы и формулировать их. Оформляется письменно, включает название и значение категорий, слов и понятий в алфавитном порядке.

Затраты времени зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем.

Роль преподавателя в составлении глоссария:

- определить тему, рекомендовать студенту источник информации;
- проверить использование категорий и степень эффективности в рамках практического занятия.

Роль студента:

- прочитав материал источника, выбрать главные категории, непонятные слова;
- подобрать к ним и записать основные определения или расшифровку понятий;
- критически осмыслить подобранные категории и попытаться их модифицировать (упростить в плане устранения избыточности и повторений);
- оформить работу и представить в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие категорий теме;
- многоаспектность интерпретации категорий и конкретизация их трактовки в соответствии со спецификой изучения дисциплины;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в установленный срок.

## **Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

1. Сапин М.Р. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма/ М.Р. Сапин. – Москва: Академия, 2021. – 384 с.
2. Соловьева В.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена / А.В. Соловьева. – Москва: Академия, 2017.

### **Основные электронные издания**

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232> (дата обращения: 22.06.2022).

2. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 268 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07846-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491899> (дата обращения: 22.06.2022).

3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494793> (дата обращения: 22.06.2022).

4. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 287 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15569-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/508832> (дата обращения: 22.06.2022).

5. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 132 с. — ISBN 978-5-507-46433-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/308762> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Ткачук, М. Г. Анатомия спортивной деятельности / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-507-45831-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/319376> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### Интернет-ресурсы:

1. [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru) - Российский общеобразовательный портал.
2. [www.edu-all.ru](http://www.edu-all.ru) – Всероссийский общественный портал «ВсеОбуч».
3. <http://ierphb.ru/> - сайт Института эволюционной физиологии и биохимии им. И.М. Сеченова 17
4. <http://www.mc-profi.ru/pozvonochnik-cheloveka.html>
5. <http://health.yahoo.net/human-body-maps/diaphragm>
6. [http://www.critical.ru/RegionarSchool/content/view/lessons/13/0001\\_01.html](http://www.critical.ru/RegionarSchool/content/view/lessons/13/0001_01.html)
7. <http://medarticle.moslek.ru/articles/40671.htm>
8. [http://www.apteka.uz/serdechno-sosudistaya\\_sistema/polojenie\\_serdca\\_v\\_perikarde](http://www.apteka.uz/serdechno-sosudistaya_sistema/polojenie_serdca_v_perikarde)
9. <http://health.wild-mistress.ru/wm/health.nsf/publicall/B04219F76AB297CDC32574040056269F>
10. <http://medlaba.ru/norma-eritrocitov-v-krovi/>
11. <http://www.dental-surgeon.ru/maxillofacial-surgery/trigeminal-nerve/>
12. <http://tonsilremoval.net/>
13. <http://www.tryphonov.ru/tryphonov2/terms2/acinl.htm>

14. [http://www.3dscience.com/3D\\_Models/Human\\_Anatomy/Urinary/Nephron.php](http://www.3dscience.com/3D_Models/Human_Anatomy/Urinary/Nephron.php)

### Дополнительные источники

1. Анатомия человека, строение человека. Виртуальный атлас. [www.eanatomy.ru](http://www.eanatomy.ru)
2. Анатомия и физиология человека. [www.miranatomy.ru](http://www.miranatomy.ru)
3. Анатомия и физиология человека Федюкович Н.И. [www.alleng.ru/d/bio/bio053.htm](http://www.alleng.ru/d/bio/bio053.htm)
4. Анатомия человека – анатомический атлас человека [www.anatomy.tj](http://www.anatomy.tj)
5. Анатомия и физиология человека [www.medicinform.net/human/fisiology.htm](http://www.medicinform.net/human/fisiology.htm)
6. Анатомия. / Учебное пособие / под ред. Сониной Н.И., Сапина М.Р., М.: ДРОФА, 2009, 1СД-ROM.
7. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
8. Анатомия. Курс лекций: Федеральный портал «Российское образование» (Режим доступа): URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm> (дата обращения: 21.06.2018).
9. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2008, 1СД-ROM.
10. Атлас морфологии человека / Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
11. Внутренняя среда организма. – URL: <http://www.fiziolog.isu.ru/page/KSYS.htm>.
12. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие Единое окно доступа к информационным ресурсам (Режим доступа): URL: [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=40358](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=40358)
13. Презентации по всем темам анатомии и физиологии <http://dendrit.ru/page/show/mnemonick/funkcionalnaya-anatomiya-limfaticheskoj/>

Образец оформления титульного листа

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Курский государственный университет»

**Колледж коммерции, технологий и сервиса**

**РЕФЕРАТ**  
**по ОП. 09 Анатомия и физиология человека.**

на тему: «\_\_\_\_\_»

Выполнил: обучающийся  
гр. \_\_\_\_\_

ФИО:

\_\_\_\_\_  
Проверила: преподаватель

Образец оформления конспекта

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Курский государственный университет»

**Колледж коммерции, технологий и сервиса**

**КОНСПЕКТ**  
**первоисточника (главы монографии, учебника, статьи и пр.)**  
**по ОП. 09 Анатомия и физиология человека.**

Выполнил \_\_\_\_\_

Ф.И.О. обучающегося, курс, группа, специальность

\_\_\_\_\_  
Фамилия автора, полное наименование работы, место и год издания

План (схема простого плана):

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

План (схема сложного плана):

1. \_\_\_\_\_ ;  
\_\_\_\_\_ ;  
\_\_\_\_\_ ;  
а) \_\_\_\_\_ ;  
б) \_\_\_\_\_ ;  
в) \_\_\_\_\_ ;
- 1.2. \_\_\_\_\_ ;  
а) \_\_\_\_\_ ;  
б) \_\_\_\_\_ ;
2. \_\_\_\_\_ ;
- 2.1. \_\_\_\_\_ и т.д.

(далее раскрываются вопросы плана)

- 1.
- 1.1
- 1.2
- 2.
- 2.1

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Курский государственный университет»**  
**Колледж коммерции, технологий и сервиса**

**ЭССЕ**

Выполнил: \_\_\_\_\_  
Ф.И.О. обучающегося, курс, группа, специальность

Тема эссе: \_\_\_\_\_

Цель эссе: \_\_\_\_\_

Оценка \_\_\_\_\_

Подпись преподавателя \_\_\_\_\_

## Образец оформления презентации

1. Первый слайд:

Тема информационного сообщения (или иного вида задания): _____
Подготовил: Ф.И.О. обучающегося, курс, группа, специальность Руководитель: Ф.И.О. преподавателя

2. Второй слайд

План: 1. _____. 2. _____. 3. _____.
--

3. Третий слайд, четвертый слайд и т.д.

Лаконично раскрывает содержание информации, можно включать рисунки, автофигуры, графики, диаграммы, таблицы и другие способы отображения информации
---

4. Последний слайд

Литература:
-------------