

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ВНЕАУДИТОРНОЙ**  
**РАБОТЫ**  
**по дисциплине**  
*ОП.01. Анатомия*

**специальность 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**квалификация Педагог по физической культуре и спорту**

Пермь 2017

**Составитель:** Самкова О.С., преподаватель ГБПОУ КОРПК

Настоящие методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для студентов обучающихся по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Методические указания разработаны в соответствии с требованиями, предъявляемыми к освоению ФГОС .

Основная цель методических указаний - обеспечить студентов методикой выполнения самостоятельной работы во время во время карантина.

В методических указаниях изложен порядок выполнения самостоятельной работы.

## СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

### РАЗДЕЛ 4 Ангиология

#### Тема 1. Лимфатическая система

- 1. Цель:** познакомиться со строением и функциями лимфатической системы.
- 2. Формулировка задания**  
*Составить план-конспект по теме «Лимфатическая система»*
- 3. Порядок выполнения самостоятельной работы**

#### **Инструкции (рекомендации) по выполнению самостоятельной работы**

*Для выполнения задания необходимо:*

- 1. Самостоятельно изучить информацию о лимфатической системе.*
- 2. Используя изученную информацию, выпишите общее строение лимфатической системы, ее функции.*
- 3. Охарактеризуйте лимфатические сосуды, органы лимфатической системы.*
- 4. Выпишите понятие иммунитет, его виды.*
- 5. Норма времени на выполнение самостоятельной работы – 2 часа**
- 6. Краткое содержание темы. Основные понятия.**

*План составления конспекта:*

- 1. Строение лимфатической системы.*
- 2. Лимфа.*
- 3. Лимфатические сосуды.*
- 4. Органы иммунной системы.*
- 5. Иммунитет.*
- 6. Возрастные изменения лимфатической системы.*

#### **Список учебной литературы, необходимой для выполнения задания**

1. Сапин М.Р. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека. - М., Академ А, М., 2011 – 438 с.
2. Гайворонский А.М. Анатомия и физиология. - М., Академия, 2008 – 454с.

#### **7. Требования к оформлению самостоятельной работы**

*Самостоятельная работа выполняется в рабочей тетради в виде план-конспекта.*

#### **8. Форма контроля самостоятельной работы:**

*Выполненная работа подлежит проверке перед началом следующего занятия. Проверка будет проводиться в форме взаимоконтроля (в сменных*

парах/группах). Оценка за данную работу выставляется в журнал.

Тема 2. СПИД - проблема потери иммунитета.

**4. Цель:** укрепить чувство ответственности за свое здоровье и за здоровье будущих поколений.

**5. Формулировка задания**

**Задание для самостоятельного выполнения:**

*Подготовить доклад по теме СПИД - проблема потери иммунитета*

**Инструкции (рекомендации) по выполнению самостоятельной работы**

**Для выполнения задания необходимо:**

1. Самостоятельно изучить информацию о СПИДе и ВИЧ-инфекции.

2. Изучив информацию, составьте доклад.

3. Подготовьтесь к публичному представлению доклада на следующем занятии.

**4. Норма времени на выполнение самостоятельной работы –2 часа.**

**5. Краткое содержание темы. Основные понятия.**

1. Понятие СПИД и ВИЧ.

2. История возникновения.

3. Основные способы заражения.

4. Причины распространения.

5. Меры профилактики.

**Список учебной литературы, необходимой для выполнения задания**

6. Сапин М.Р. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека. - М., Академ А, М., 2011 – 438 с.

7. Гайворонский А.М. Анатомия и физиология. - М., Академия, 2008 – 454с.

**8. Требования к оформлению самостоятельной работы**

*Выполненная работа выполняется письменно в рабочей тетради, либо на электронном носителе.*

**9. Форма контроля самостоятельной работы:**

*Внимание! Выполненная работа подлежит проверке перед началом следующего занятия. Проверка будет проводиться в форме взаимоконтроля между вами и вашими однокурсниками (в сменных парах/группах). Оценка за данную работу выставляется в журнал.*

---