

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия
Хворостовского»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
хореографического искусства
Сычева Л. Б.



«12» мая 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Анатомия, физиология, биомеханика и основы медицины в хореографии

Уровень основной образовательной программы бакалавриат

Направление подготовки: 52.03.01 Хореографическое искусство

Профиль: Педагогика народно-сценического танца

Форма обучения очная

Факультет театрального и хореографического искусств

Кафедра хореографического искусства

Распределение по семестрам

Трудоемкость		Самостоятельная работа	Контактные часы (семестры)			Часы контроля	Форма итогового контроля
ЗЕ	Часы		6	7	8		
7	252	156	34	36	26	-	Зачет с оценкой

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **52.03.01 Хореографическое искусство (уровень бакалавриата)**, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № _____ № 1121 от 16.11.2017

Рабочая программа дисциплины разработана и утверждена на заседании кафедры «12» мая 2023 г., протокол № 10

Разработчик:

Профессор Новицкий И.А.

Заведующий кафедрой хореографического искусства

Профессор Сычева Л.Б._____

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель. Изучение анатомии, физиологии и механизма движения тела человека, а также основ балетной медицины призвано вооружить будущих выпускников знаниями по анатомии, физиологии человека, анатомо-профессиональными особенностями организма человека, занимающегося балетом или преподавательской деятельностью в этой области.

1.2 Задачи.

1. Формирование базовых знаний о строении и функции органов и систем организма человека, обеспечивающих движение тела в пространстве с учетом системного принципа естествознания.
2. Формирование знаний об анатомо-профессиональных особенностях опорно-двигательного аппарата человека, занимающегося балетом.
3. Ознакомление с заболеваниями и травмами, возникающими при занятиях балетом, а также с методами оказания первой доврачебной медицинской помощи.
4. Ознакомление с функциональными изменениями, происходящими в организме человека при физических нагрузках

1.3 Применение ЭО и ДОТ

При реализации дисциплины применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

Ссылка на электронный курс: <https://do.kgii.ru/course/>

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Анатомия, физиология, биомеханика и основы медицины в хореографии» включена в обязательную часть и изучается на протяжении 6-8 семестров в объеме 84 часов лекционных и 12 часов практических занятий. Форма итогового контроля – зачет с оценкой в конце восьмого семестра.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Компетенция	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знать: - основные методы критического анализа; - принципы системного подхода к решению проблемных ситуаций; Уметь: - выявлять проблемные ситуации и методы их решения; - выработать стратегию действий в проблемных ситуациях; Владеть: - технологиями приобретения, использования и обновления социогуманитарных знаний;

	– общенаучными методами (компаративного анализа, системного обобщения).
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<p>Знать: - основные нормативные правовые документы в области культуры и искусства;</p> <p>Уметь: - формулировать взаимосвязанные задачи, обеспечивающие достижение поставленной цели; - ориентироваться в системе законодательства и нормативных правовых актов;</p> <p>Владеть: - навыком выбора оптимального способа решения поставленной задачи, исходя из учета имеющихся ресурсов и планируемых сроков реализации задачи; - понятийным аппаратом в области права;</p>
ОПК-4. Способен планировать образовательный процесс, разрабатывать методические материалы, анализировать различные педагогические методы в области культуры и искусства	<p>Знать: – принципы разработки методических материалов;</p> <p>Уметь: – реализовывать образовательный процесс в различных типах образовательных учреждений; – находить эффективные пути для решения педагогических задач;</p> <p>Владеть: – системой знаний о сфере хореографического образования, сущности музыкально-педагогического процесса, способах построения творческого взаимодействия педагога и ученика.</p>

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Семестры			Всего часов
	6	7	8	
Аудиторные занятия (всего)	34	36	26	96
лекционных	30	32	22	84
практических	4	4	4	12
Самостоятельная работа (всего)	38	36	82	156
Часы контроля (подготовка к экзамену)	-	-	-	-

Вид промежуточной аттестации (зачёт, зачёт с оценкой, экзамен)			Зачет с оценкой	
Общая трудоёмкость, час	72	72	108	252
ЗЕ	2	2	3	7

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела	Компетенции
Тема 1. Строение и функции организма человека.	<p>Анатомия как наука о форме, строении, происхождении и развитии человеческого организма, его органов и систем. Физиология как наука о функциях и механизмах деятельности клеток, тканей, органов, систем и всего организма в целом.</p> <p>Связь анатомии и физиологии с другими биологическими науками и их место в комплексе медицинских наук. Составные разделы анатомии и физиологии человека. Общеобразовательное и прикладное значение анатомии и физиологии человека в системе подготовки педагогов-хореографов.</p> <p>Единство человеческого организма и основные структурные уровни его организации: клетка, ткань, орган, система органов, аппарат органов.</p> <p>Понятие о конституции человека, особенности телосложения мужского и женского организма.</p> <p>Виды симметрии, плоскости, оси и линии, условно проводимые на поверхности тела, необходимые для обозначения проекции органов переднюю стенку брюшной полости и грудную клетку.</p>	<p>УК-!</p> <p>УК-2</p> <p>ОПК-4</p>
Тема 2. Биомеханика	<p>Биомеханика- определение. История возникновения биомеханики как науки. Основные разделы биомеханики. Система движений. Классификация мышц по механизму действия. Три вида биомеханических рычагов. Особенности работы суставов. Виды движения- ходьба, бег, приседания. Прыжки. Методы исследования в биомеханике. Театральная биомеханика</p>	<p>УК-!</p> <p>УК-2</p> <p>ОПК-4</p>

<p>Тема 3. Особенности строения опорно-двигательного аппарата.</p>	<p>Остеология – учение о костях. Функции скелета. Кость как орган. Классификация костей. Структурно-функциональная единица кости. Внешние и внутренние факторы роста, развития и старения костей. Влияние механических нагрузок на рост костей.</p> <p>Миология. Миология – учение о мышцах. Скелетная мышца как орган. Строение мышц. Структурно-функциональная единица мышцы. Форма мышцы и её функциональное значение. Классификация мышц по форме, строению и функциям. Вспомогательный аппарат мышц. Принципы и виды работы мышц. Сила мышц.</p> <p>Понятие об общем центре тяжести, площади опоры и равновесии тела.</p> <p>Общая артрология. Артрология – учение о соединениях костей. Классификация соединений костей: прерывные (суставы), непрерывных (тканевых) и симфизы.</p> <p>Строение сустава: основные и вспомогательные элементы сустава – суставные поверхности, суставной хрящ, суставная капсула, полость сустава с синовиальной жидкостью. Классификация суставов. Форма, оси движения в суставах.</p> <p>Факторы, укрепляющие суставы и обуславливающие подвижность в соединении костей.</p>	<p>УК-! УК-2 ОПК-4</p>
<p>Тема 4. Интегрирующие системы организма нервная система и органы чувств</p>	<p>Строение и функционирование нервной системы человека.</p> <p>Органы чувств. Пищеварительная система. Дыхательная система. Мочевыделительная и половая системы. Эндокринная и иммунная системы.</p> <p>Сердечно-сосудистая система. Исследование сердечно-сосудистой системы.</p>	<p>УК-! УК-2 ОПК-4</p>
<p>Тема 5. Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата человека при занятиях хореографией.</p>	<p>Основы балетного травматизма. Наиболее нагружаемые звенья опорно-двигательного аппарата танцовщика и методика профилактики балетного травматизма.</p> <p>Современные принципы спортивной медицины и перенос их в балетную практику.</p> <p>Новое определение понятия «тренированность» и его трансформация в балетную медицину. Предупреждение повреждений в балетной практике.</p> <p>Современные принципы балетной медицины (тренировка гибкости, программы силовых тренировок наиболее нагружаемых звеньев опорно-двигательного аппарата</p>	<p>УК-! УК-2 ОПК-4</p>

	танцовщика). Повреждения и заболевания стопы. Повреждения и заболевания голеностопного сустава. Повреждения и заболевания голени. Повреждения и заболевания коленного сустава. Повреждения и заболевания бедра. Повреждения и заболевания таза, тазобедренного сустава. Повреждения и заболевания позвоночника. Повреждения и заболевания верхней конечности.	
Тема 6. Основы балетной патологии, лечение и профилактика заболеваний.	<p>Понятие балетная «патология».</p> <p>Основные заболевания суставов и мышц человека. Профилактика артрозов и остеоартрозов медико-педагогическими методиками. Факторы приводящие к возникновению остеоартроза, их предупреждение.</p> <p>Сопутствующие заболевания и генетическая предрасположенность к возникновению «профессиональных» заболеваний у балерин.</p> <p>Правила первой медицинской помощи в балетной патологии. Применение «холода» и фиксирующих повязок при повреждениях суставов.</p> <p>оказание первой помощи при травмах покровной ткани.</p>	<p>УК-1</p> <p>УК-2</p> <p>ОПК-4</p>
Тема 7. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках.	<p>Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам.</p> <p>Изменения функций различных органов и систем организма при физических нагрузках. Понятие о физической работоспособности. Исследование и оценка физической работоспособности. Резервы физической работоспособности.</p> <p>Физиологические основы утомления и процессов восстановления. Переутомление и перенапряжение ведущих органов и систем организма.</p>	<p>УК-1</p> <p>УК-2</p> <p>ОПК-4</p>

5.2 Разделы дисциплин и виды занятий

Раздел дисциплины	Лекционные занятия	Практические занятия	СРС	Всего час.
Строение и функции организма человека.	16	2	19	37
Особенности строения опорно-двигательного аппарата.	14	2	19	35

Биомеханика	12	1	6	19
Интегрирующие системы организма нервная система и органы чувств.	10	1	6	17
Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата человека при занятиях хореографией.	10	2	6	18
Основы балетной патологии, лечение и профилактика заболеваний.	12	2	50	64
Функциональные изменения в организме при физических нагрузках.	10	2	50	62

5.3 Практические занятия (семинары)

Наименование раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоёмкость (час.)
Функциональные изменения в организме при физических нагрузках	Строение и функции организма человека.	2
Функциональные изменения в организме при физических нагрузках	Особенности строения опорно-двигательного аппарата.	2
Биомеханика	Биомеханика	1
Интегрирующие системы организма нервная система и органы чувств	Интегрирующие системы организма нервная система и органы чувств.	1
Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата человека при занятиях хореографией	Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата человека при занятиях хореографией	2
Основы балетной патологии, лечение и профилактика заболеваний	Основы балетной патологии, лечение и профилактика заболеваний	2
Функциональные изменения в организме при физических нагрузках	Функциональные изменения в организме при физических нагрузках	2

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература

1. Миловзорова, М. С. Анатомия и физиология человека [Текст] : [учебник для хореографических училищ] / М. С. Миловзорова. — Москва : Медицина, 1972. —

- 121 с. : ил. мяг. — Ксерокопия. — Гриф упр. кадров и учеб. заведений М-ва культуры СССР
2. Новицкий, Иван Александрович. *Анатомия, физиология и основы медицины [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие: уровень основной образовательной программы – бакалавриат; направления подготовки – 52.03.01/071200 «Хореографическое искусство» ; профили – Педагогика современного танца, Народно-сценический танец, Педагогика бального танца; Форма обучения – очная; Факультет – театральный; Кафедра хореографического искусства. Статус дисциплины – базовая. Курс – 3. Семестр – 5-6 / Иван Александрович Новицкий. — 1 файл в формате PDF. — Красноярск : [б.и.], 2014. — 15 с. — Режим доступа : http://akademia.4net.ru/action.php?kt_path_info=ktcore.SecViewPlugin.actions.document&fDocumentId=2185*
 3. Томкевич, Мария Суреновна. *Основы анатомии, физиологии, биомеханики и медицины с элементами возрастной физиологии [Текст] : учебное пособие для студентов балетмейстерских факультетов театральных вузов / Мария Суреновна Томкевич. — Москва : Российский университет театрального искусства (ГИТИС), 2016. — 99 с. : ил.: мяг.*
 4. Фомкин, Алексей Викторович. *Основы учения о конституции и пропорциях тела артиста балета [Текст] : учебное пособие / Алексей Викторович Фомкин. — Санкт-Петербург : АРБ им. А. Я. Вагановой, 2011. — 88 с. : ил.: мяг.*

6.2. Дополнительная литература

1. Дробинская, Анна Олеговна. *Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов: рекомендовано УМО ВО в качестве учебника для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям и специальностям / Анна Олеговна Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2020. — 414 с. — (Высшее образование) . — Режим доступа : <https://www.biblio-online.ru/viewer/anatomiya-i-vozzrastnaya-fiziologiya-449808#page/1>. — Режим доступа: по подписке для авториз. пользователей ЭБС СГИИ.*
2. Ингерлейб, Михаил Борисович. *Анатомия физических упражнений [Электронный ресурс] / Михаил Борисович Ингерлейб. — 2-е изд. — 1 файл в формате PDF. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. — 187 с. — (Феникс-Фитнес) . — Режим доступа : http://akademia.4net.ru/action.php?kt_path_info=ktcore.SecViewPlugin.actions.document&fDocumentId=958. — Полнотекстовый документ на жестком диске.*
3. Любимова, Зарема Владимировна. *Возрастная анатомия и физиология : в 2 т. Т.1: Организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для академического бакалавриата допущено УМО ВО в качестве учебника для студентов, обучающихся по педагогическим и психологическим направлениям и специальностям / Зарема Владимировна Любимова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 447 с. — (Бакалавр.) . — Режим доступа : <https://www.biblio-online.ru/viewer/vozzrastnaya-anatomiya-i-fiziologiya-v-2-t-t-1->*

- [organizm-cheloveka-ego-regulyatornye-i-integrativnye-sistemy-425265#page/1](https://www.biblio-online.ru/viewer/organizm-cheloveka-ego-regulyatornye-i-integrativnye-sistemy-425265#page/1). — Режим доступа: по подписке для авториз. пользователей ЭБС СГИИ.
4. Любимова, Зарема Владимировна. Возрастная анатомия и физиология : в 2 т. Т.2: Опорно-двигательная и висцеральные системы : учебник для академического бакалавриата допущено УМО ВО в качестве учебника для студентов, обучающихся по педагогическим и психологическим направлениям и специальностям / З. В. Любимова, А. А. Никитина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2019. – 373 с. – (Бакалавр. Академический курс) . – URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/vozzrastnaya-anatomiya-i-fiziologiya-v-2-t-t-2-oporno-dvigatel'naya-i-visceralnye-sistemy-426327#page/1> (дата обращения: 02.11.2020). - Режим доступа: по подписке для авториз. пользователей ЭБС СГИИ. – Текст : электронный.
 5. Ляксо, Елена Евгеньевна. Возрастная физиология и психофизиология [Электронный ресурс] : учебник для академического бакалавриата: рекомендовано УМО ВО в качестве учебника для студентов вузов, обучающихся по естественнонаучным направлениям и специальностям / Елена Евгеньевна Ляксо. — Электрон. текст. изд. — Москва : Юрайт, 2017. — 396 с. — (Бакалавр.) . — Режим доступа : <https://www.biblio-online.ru/viewer/7C95EEFD-F675-45DA-81CC-V7F430CC57A4#page/1>.
 6. Солодков, Алексей Сергеевич. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст] : учебник для высших учебных заведений физической культуры / Алексей Сергеевич Солодков. — Изд. 4-е, испр. и доп. — Москва : Советский спорт, 2012. — 620 с. : ил. — Гриф УМО.
 7. Хавилер, Джозеф. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки [Текст] : [учебное пособие] / Джозеф Хавилер. — Саар : [б.и.], 2007. — 111 с. : мяг.

Журналы

1. Балет [Текст] : литературно - критический, историко - теоретический иллюстрированный журнал / гл. ред. В. И. Уральская
Балет [Электронный ресурс] : литературно - критический, историко - теоретический иллюстрированный журнал. – Электрон. периодическое изд. – М. : "Книга-сервис". – Режим доступа : <http://www.russianballet.ru/rus/archives.htm> . - Российский рецензируемый научный журнал (ВАК).
1. Вестник Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой [Текст] : учебно - методическое объединение высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области хореографического искусства / Академия Русского балета им. А. Я. Вагановой. – СПб. : АРБ им. А. Я. Вагановой. ISSN 1681-8962.
2. Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств [Текст] : журнал теоретических и прикладных исследований / Кемеровский государственный университет культуры и искусств. – Кемерово : КемГУКИ
Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств [Электронный ресурс] : журнал теоретических и прикладных исследований. – Электрон. периодическое изд. – Кемерово : Кемеровский государственный университет культуры и искусств (КемГУКИ). – Режим доступа :

<http://vestnik.kemguki.ru/> . - Российский рецензируемый научный журнал (ВАК).

3. Звезды над паркетом [Текст] / генеральный директор Н. Кульбеда. – М. : ООО "Издательский Дом "Звезды над паркетом".

4. Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование [Текст] : учебно - методическое объединение высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области хореографического искусства / Министерство культуры Российской Федерации, Московская государственная академия хореографии ; гл. ред. М. К. Леонова. – М. : МГАХ. – (ISSN 2227-4855).

6.2 Необходимые базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

- 1 [Электронная библиотечная система федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия Хворостовского» \(ЭБС СГИИ имени Д. Хворостовского\)](http://192.168.2.230/opac/app/webroot/index.php). – URL: <http://192.168.2.230/opac/app/webroot/index.php> (в локальной сети вуза) или <http://80.91.195.105:8080/opac/app/webroot/index.php> (в сети интернет).
- 1 Электронная библиотечная система Издательства «Лань». - URL: <https://e.lanbook.com>
- 2 Электронная библиотечная система «Юрайт». - URL: <https://urait.ru/catalog/organization/1E5862E7-1D19-46F7-B26A-B7AF75F6ED3D>
- 3 Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. - URL: http://elibrary.ru/org_titles.asp?orgsid=13688
- 4 Национальная электронная библиотека - проект Российской государственной библиотеки. - URL: <https://rusneb.ru/>
- 5 Информационно-правовая система "Консультант Плюс". - Доступ осуществляется со всех компьютеров локальной сети вуза.

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий и организации самостоятельной работы по дисциплине Институт располагает на праве собственности материально-техническим обеспечением образовательной деятельности: помещениями, соответствующими действующим противопожарным правилам и нормам, и оборудованием:

Для аудиторных занятий:

проектор, ноутбук, LCD-телевизор, доска офисная магнитная, экран, доска учебная
Аудитории 2-12 Блок 2, аудитория 1-03 Блок 5.

Для организации самостоятельной работы:

- Компьютерным классом с возможностью выхода в Интернет;
- Библиотекой общей площадью 791 м², с фондом около 180000 единиц хранения печатных, электронных и аудиовизуальных документов, на 156 посадочных мест. В том числе:
 - читальные залы на 109 мест (из них 18 оборудованы компьютерами с возможностью доступа к локальным сетевым ресурсам института и библиотеки, а также выходом в интернет. Имеется бесплатный Wi-Fi)

- зал каталогов – 7 мест;
- фонотека 40 посадочных мест (из них: 7 оборудованы компьютерами с возможностью доступа к локальным сетевым ресурсам института и библиотеки, а также выходом в интернет. Имеется бесплатный Wi-Fi); 25 мест оборудованы аудио и видео аппаратурой). Фонд аудиовизуальных документов насчитывает более 5100 единиц хранения (CD, DVD диски, виниловые пластинки), более 13000 оцифрованных музыкальных произведений в mp3 формате для прослушивания в локальной сети института.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза.

При использовании электронных изданий Институт обеспечивает каждого обучающегося рабочим местом в компьютерном классе с выходом в Интернет в соответствии с объемом изучаемых дисциплин. Каждому обучающемуся предоставляется доступ к сети интернет в объеме не менее 2 часов в неделю. В вузе есть в наличии необходимый комплект лицензионного программного обеспечения. Учебные аудитории для индивидуальных занятий имеют площадь не менее 12 кв.м.

Требуемое программное обеспечение

Организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения:

- Операционная система: (Microsoft Corporation) Windows 7.0, Windows 8.0.
- Приложения (программы): Microsoft Office 13, Finale 14, Adobe Reader 11.0 Ru, WinRAR, АИБС Absotheque Unicode (со встроенными модулями «веб-модуль ОПАС» и «Книгообеспеченность»), программный комплекс «Либер. Электронная библиотека», модуль «Поиск одной строкой для электронного каталога Abs ОПАС Unicode», модуль «Sec View к программному комплексу «Либер. Электронная библиотека».
- **свободно распространяемое, в т.ч. отечественное:** браузер Opera, Браузер Google Chrome, Браузер Mozilla Firefox, LMS Moodle, Big Blue Button, VLC media player, Open Office, ОС Ubuntu, ОС Debian, Adobe Acrobat Reader, OBS Studio; My test, Антиплагиат (AntiPlagiarism), Яндекс браузер, 7Zip