

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Мальцев Сергей Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 28.08.2026 14:28:54
Уникальный программный ключ:
1bcb6e8dd25337659310c8c6c08f3bb1f12d77b7

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»
(ЧОУВО «СПбМСИ»)**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор _____ С. Б. Мальцев

27 августа 2026 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ
ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.01 «АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

Специальность	34.02.01 Сестринское дело
Направленность	Сестринское дело
Квалификация	медицинская сестра/ медицинский брат
Форма обучения	очная
Срок освоения ОПОП	1 год 10 месяцев (на базе среднего общего образования)

**г. Санкт-Петербург
2026 г.**

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

- 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕФЕРАТА**
- 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К РЕШЕНИЮ СИТУАЦИОННЫХ ЗАДАЧ**
- 6. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации по изучению дисциплины «Анатомия и физиология человека» представляют собой комплекс рекомендаций, указаний и разъяснений, позволяющих обучающимся оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины. При разработке рекомендаций преподаватель исходит из того, что часть курса может изучаться обучающимися самостоятельно. Цель данных методических рекомендаций – помочь обучающимся усвоить знания, предусмотренные учебной программой.

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная дисциплина «Анатомия и физиология человека» относится к общепрофессиональному циклу ОПОП СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ПК 3.3. Участвовать в проведении профилактических осмотров и диспансеризации населения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь применять знания о строении и функциях органов и систем организма человека при оказании сестринской помощи и сестринского ухода за пациентами.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- строение человеческого тела и функциональные системы человека, их регуляция и саморегуляция при взаимодействии с внешней средой;
- основная медицинская терминология в сфере анатомии и физиологии человека;
- строение, местоположение и функции органов тела человека;
- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- функциональные системы человека, их регуляцию и саморегуляцию при взаимодействии с внешней средой.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Анатомия и физиология – науки, изучающие человека.

Тема 1.1. Определение органа. Системы органов

Раздел 2. Морфофункциональная характеристика опорно-двигательного аппарата.

Процесс движения.

Тема 2.1. Кость как орган. Соединение костей. Основы миологии.

Раздел 3. Морфофункциональная характеристика системы органов дыхания.

Процесс дыхания.

Тема 3.1 Система органов дыхания. Анатомия и физиология органов дыхания

Раздел 4. Морфофункциональная характеристика системы кровообращения.

Процесс кровообращения и лимфообращения.

Тема 4.1. Общие данные о строении и функциях сердечно-сосудистой системы

Тема 4.2. Строение и деятельность сердца

Тема 4.3. Сосуды большого круга кровообращения

Тема 4.4. Лимфатическая система

Раздел 5. Морфофункциональная характеристика системы органов пищеварения.

Процесс пищеварения. Обмен веществ и энергии.

Тема 5.1 Строение и функции пищеварительной системы

Тема 5.2 Полость рта, глотка, пищевод, желудок: строение и функции

Тема 5.3 Пищеварительные железы. Печень и поджелудочная железа

Тема 5.4 Кишечник: строение и пищеварение в нем.

Тема 5.5 Обмен веществ и энергии. Обмен белков, жиров и углеводов

Тема 5.6 Обмен энергии и тепла. Терморегуляция организма

Раздел 6. Морфофункциональная характеристика органов выделения.

Процесс выделения. Система органов репродукции.

Тема 6.1 Общие вопросы анатомии и физиологии мочевыделительной системы. Строение и функции почек

Тема 6.2 Мочевыводящие пути. Физиология органов мочевого выведения

Тема 6.3 Процесс репродукции. Половая система человека

Раздел 7. Система управления в организме. Физиологические основы процессов регуляции

Тема 7.1 Гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности. Анатомо-физиологическая характеристика эндокринных желёз

Тема 7.2 Нервная регуляция процессов жизнедеятельности. Общая характеристика строения и деятельности нервной системы

Тема 7.3 Периферическая нервная система

Тема 7.4 Вегетативная нервная система

Тема 7.5 Анатомия и физиология кожи

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины ведется с помощью методических рекомендаций по организации самостоятельной работы обучающегося, литературы, рекомендованной для изучения.

В ходе освоения дисциплины обучающийся обязан активно использовать все формы обучения – посещать лекции, получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Процесс изучения дисциплины включает в себя:

1. Работу под руководством преподавателя (лекции, консультации преподавателя по подготовке рефератов, решению ситуационных задач, консультации преподавателя по вопросам, в которых обучающийся не смог разобраться самостоятельно, и консультация преподавателя перед зачетом и экзаменом)

2. Самостоятельную работу обучающегося (проработка текстов лекций, самостоятельный поиск и изучение научной литературы, написание конспектов, рефератов, поиск информации в Интернете, подготовка к зачету и экзамену).

Составление конспекта – вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию краткой информационной структуры, обобщающей и отражающей суть материала лекции, темы учебника. Конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами.

1. Внимательно прочитать текст.

2. Выделить главную идею и озаглавить текст.

3. Разделить материал на части, выделить главную мысль каждой части.

4. Записать названия смысловых частей в форме плана в левом рабочем поле конспекта;

5. Прочитать текст во второй раз.

6. Сформулировать тезисы конспекта и записать их в центральном поле конспекта.

Помнить, что тезисы – это мысли, содержащие главную информацию о содержании смысловых частей. Они не должны быть многословными.

7. Определить ключевые понятия, которые необходимо включить в конспект.

8. Написать источник конспектирования (название, автор);

9. В конце конспекта сделать вывод, к которому вы пришли, проработав текст.

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕФЕРАТА

Реферат – это письменная аналитическая работа или доклад по одному из актуальных вопросов на определенную тему, включающий обзор соответствующих источников информации. Реферат в переводе с латинского языка означает «пусть он доложит». В

соответствии с данным определением сущность реферата – это обобщенная запись идей (концепций, точек зрения) на основе самостоятельного анализа различных источников информации и предложение авторских выводов. Чтобы выразить свое собственное мнение по рассматриваемой проблеме, требуется, во-первых, хорошее знание материала, а во-вторых – умение изложить содержание в письменной форме и сделать логические выводы. Существует определенная последовательность выполнения реферата, которой целесообразно придерживаться, чтобы получить хороший результат:

- выбор темы;
- знакомство с литературой и Интернет-источниками;
- формирование структуры работы;
- работа над текстом и его редактирование;
- оформление работы;
- подготовка доклада по реферату;
- защита реферата.

Написание реферата предполагает более глубокое изучение определенного вопроса темы. Материала, изложенного в учебнике, недостаточно для написания реферата. Рекомендуется дополнительно использовать статистическую информацию, данные практики, специальную литературу. Для поиска необходимой информации из периодических изданий в библиотеках имеются специальные указатели журнальных и газетных статей. В глобальной сети Интернет в настоящее время существует большое количество разнообразной информации. Поэтому возникает потребность в систематизации и классификации имеющихся Интернет-ресурсов. После подбора информации начинается процесс ее изучения. Необходимо ознакомиться с историей вопроса, изучить проблемы и подходы ученых к исследуемому вопросу, а также подобрать примеры, иллюстрирующие отдельные утверждения. Такая предварительная работа позволит обучающемуся осознанно усваивать содержание раскрываемых положений выбранной темы. Существует стандартная структура научной работы: введение, основная часть, заключение, список использованной литературы и приложения. Объем реферата, как правило, не должен превышать 15 страниц машинописного текста. В оглавлении перечисляются все заголовки, имеющиеся в тексте, и указываются номера страниц, где они расположены в тексте. Во введении (1–1,5 страницы) обычно отражается актуальность рассматриваемой проблемы, сопоставляются основные точки зрения ученых, определяется предмет, цель и задачи работы, степень изученности проблемы в существующей литературе, информационная база. Основная часть реферата отражает сущность исследований автора строго в рамках рассматриваемой темы.

В заключении (1–2 страницы) отражается сущность проведенных исследований, перечисляются все решенные задачи, которые оформляются в виде отдельных нумерованных пунктов в пределах одного абзаца. Обычно в заключении излагаются свои собственные выводы. Получив работу после проверки, студенту следует обязательно ознакомиться с рецензией, тщательно изучить и выполнить рекомендации преподавателя. Если реферат не соответствует предъявленным требованиям, и оценен рецензентом отрицательно, то необходимо доработать его с учетом тех замечаний, которые изложены в рецензии и на полях работы. Обстоятельно ознакомиться с рецензией надо и в том случае, если реферат получил положительную оценку, так как в ней дается анализ положительных сторон работы, что дает возможность определить свое умение самостоятельно работать, а также раскрыть слабые стороны, на которые необходимо обратить внимание. При подготовке доклада по теме реферата следует адаптировать его для устного доклада, выделив в нем главные мысли, сделав содержание более доступным для восприятия на слух.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К РЕШЕНИЮ СИТУАЦИОННЫХ ЗАДАЧ

Только после усвоения лекционного материала с определенной точки зрения (а именно с той, с которой он излагается на лекциях) он будет закрепляться на лабораторных, практических занятиях как в результате обсуждения и анализа лекционного материала, так и с помощью решения проблемных ситуаций, задач. При этих условиях студент не только хорошо усвоит материал, но и научится применять его на практике, а также получит дополнительный стимул (и это очень важно) для активной проработки лекции.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками.

Необходимо помнить, что решение каждой учебной, в том числе клинической, ситуационной задачи, кейс-задания должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнивать полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также решения достаточного количества соответствующих задач на лабораторных, практических занятиях и самостоятельно студенту рекомендуется, используя лист опорных сигналов, воспроизвести по памяти определения, выводы, формулировки основных положений и доказательств.

В случае необходимости нужно еще раз внимательно разобраться в материале.

Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала – умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу.

6. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

а) основная литература:	
1. Анатомия человека: учебник. В 2 т. Т. 2 / М.Р. Сапин [и др.]; под ред. М.Р. Сапина. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2024. - 464 с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970481370.html	www.studentlibrary.ru
2. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека: учебник. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. - 574 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/102169	www.profspo.ru
3. Шилкин В.В., Филимонов В.И. Анатомия по Пирогову (Атлас анатомии человека). Т. 1. Верхняя конечность. Нижняя конечность. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2011. - 600 с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970419465.html	www.studentlibrary.ru
4. Брыксина З.Г., Сапин М.Р., Чавва С.В. Анатомия человека: учебник для медицинских училищ и колледжей. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 424 с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437742.html	www.studentlibrary.ru
5. Анатомия и физиология человека. Иллюстрированный учебник / под ред. И.В. Гайворонского. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 672 с. - Текст:	www.studentlibrary.ru

электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970488331.html	
6. Валенкова Е.Н. Анатомия и физиология человека: учеб. пособие. - Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2024. - 368 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/143064	www.profspo.ru
7. Удальцов Е.А. Анатомия и физиология человека: практикум для СПО. - 3-е изд. - Саратов: Профобразование, 2025. - 180 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/155923	www.profspo.ru
б) дополнительная литература:	
1. Марысаев В.Б. Атлас анатомии человека. - 2-е изд. - Москва: РИПОЛ классик, 2016. - 576 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/85563	www.profspo.ru
2. Владимирова Т.Ю., Чемидронов С.Н., Куренков А.В. Анатомия и физиология человека. Гортань: учеб. пособие для СПО. - Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2024. - 209 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/136114	www.profspo.ru
3. Максимова Н.Е., Мочульская Н.Н., Емельянов В.В. Физиология человека: учеб. пособие для СПО / под ред. В.А. Черешнева. - 3-е изд. - Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2024. - 155 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/139638	www.profspo.ru
4. Крыжановский В.А., Никитюк Д.Б., Ключкова С.В. Анатомия человека. Атлас: учеб. пособие. В 3 т. Т. 1. Опорно-двигательный аппарат. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 768 с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970457740.html	www.studentlibrary.ru
5. Крыжановский В.А., Никитюк Д.Б., Ключкова С.В. Анатомия человека. Атлас: учеб. пособие. В 3 т. Т. 2. Внутренние органы. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 840 с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970457757.html	www.studentlibrary.ru
6. Баскаков М.Б. Анатомия и физиология человека. Основы морфологии человека и общей патологии клетки: учеб. пособие для СПО. - Саратов: Профобразование, 2017. - 114 с. - Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. - URL: https://profspo.ru/books/66385	www.profspo.ru
в) современные профессиональные базы данных:	
• Медико-биологический информационный портал для специалистов medline.ru. URL: https://medline.ru/ • Медицинский сервер "MedLinks.Ru - Вся медицина в Интернет". URL: http://www.medlinks.ru • Медицинский портал. URL: http://www.medportal.ru • Медицинский видеопортал Med-Edu.ru. URL: http://www.med-edu.ru/ • Портал МЕДВЕСТИК. URL: https://medvestnik.ru/ • Федеральный портал «Российское образование». URL: https://ro-edu.ru/	

• Электронный ресурс PROФобразование. URL: https://profspo.ru/ • Электронная библиотечная система «Консультант студента». URL: https://www.studentlibrary.ru/	
2) информационно-справочные системы:	
• Рубрикатор клинических рекомендаций. URL: https://cr.minzdrav.gov.ru • Международная классификация болезней 10-го пересмотра. URL: https://mkb-10.com/ • Информационно-аналитический портал Remedium.ru. URL: http://www.remedium.ru • Энциклопедия лекарств от РЛС. URL: https://www.rlsnet.ru • Сайт Анатомия. Физиология. Патология. URL: http://anfiz.ru/ • Сайт Анатомия и физиология тела человека. URL: https://anatomyia.ru/ • Журнал «Физиология человека». URL: https://sciencejournals.ru/journal/chelfiz/ • Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: https://www.elibrary.ru	