

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«ГУБЕРНСКИЙ КОЛЛЕДЖ Г. СЫЗРАНИ»

УТВЕРЖДЕНО

Приказ ГБПОУ «ГК г. Сызрани»
от «30» мая 2025 г. № 265-о

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Код и название учебной дисциплины

общепрофессиональный цикл
основной образовательной программы
по специальности/профессии:

49.02.01 Физическая культура

Сызрань, 2025 г.

РАССМОТРЕНА

Предметной (цикловой) комиссией
Общеобразовательный и профессиональный циклы
«Преподавание в начальных классах»,
«Педагогика дополнительного образования»
от «23» мая 2025 г. протокол № 9

Составитель: Терентьева Е. В., преподаватель ОП. 05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

Внутренняя экспертиза (техническая и содержательная): С.А. Мирутенко, преподаватель ГБПОУ «ГК г. Сызрани», председатель ПЦК

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями к оформлению, установленными в ГБПОУ «ГК г. Сызрани».

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы по специальности/профессии 49.02.01 Физическая культура.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22
5. ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	24
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ	26
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 СОПОСТАВЛЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ПС И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ УД	27
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 СОПОСТАВЛЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ДЭ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ УД	29

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – УД) является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена ГБПОУ «ГК г. Сызрани» по специальности 49.02.01 Физическая культура, разработанной в соответствии с ФГОС.

Рабочая программа составляется для очной формы обучения.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке специалистов в области специального дошкольного образования при наличии среднего (полного) общего образования.

1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена: учебная дисциплина входит в общепрофессиональный цикл

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

По результатам освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы образовательные результаты в соответствии с ФГОС СПО:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 09	– определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; – применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; – оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте; – проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей; – обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников; – учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса;	– основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека; – основные закономерности роста и развития организма человека; – строение и функции систем органов здорового человека; – физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; – возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков; – влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; – основы гигиены детей и подростков; – гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; – основы профилактики инфекционных заболеваний; – гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ППССЗ по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах и овладению профессиональными компетенциями (ПК):

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК):

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

Вариативная часть – не предусмотрено.

С целью реализации требований профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» 6 уровня квалификации, обучающийся должен:

уметь:

- *Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей*

знать:

- *Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики.*

1.1. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Всего - 78 часов, в том числе:

- всего во взаимодействии с преподавателем - 76 часов, в том числе:
 - теоретическое обучение - 32 часа,
 - лабораторные и практические занятия - 36 часов,
- самостоятельная работа - 2 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1.Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	76
Самостоятельная работа	2
Объём образовательной программы	78
в том числе:	
теоретическое обучение	32
лабораторные работы	<i>не предусмотрено</i>
практические занятия	36
контрольная работа	<i>не предусмотрено</i>
консультации	2
промежуточная аттестация	6
Самостоятельная работа	2
Промежуточная аттестация	Форма аттестации - экзамен

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Ведение в курс возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Организм как единое целое.		11/7	
Тема 1.1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. Предмет, содержание и задачи дисциплины Уровни организации жизни	Содержание	4/2	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Анатомия и физиология как науки о строении человека. Значение этих наук в развитии педагогики, психологии, физиологии питания, гигиены и других дисциплин. Гигиена, как наука о сохранении и укреплении здоровья человека. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.	1	
	2. Органы и системы органов. Топографическое расположение органов и частей тела. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 1. «Основные плоскости, оси тела человека и условные линии, определяющие положение органов и их частей в теле».	2	
Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека	Содержание	6/3	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Онтогенез. Периоды онтогенеза: пренатальный, натальный, постнатальный. Возрастная периодизация. Исторический характер возрастной периодизации. Критерии возрастных этапов развития. Различные классификации периодизаций детского возраста. Критические периоды.	2	
	2. Понятие роста и развития. Рост и развитие и их связь с объективно существующими законами биологических систем и организма в целом; генетическая обусловленность роста и развития; влияние среды: закон прогрессивного дифференцирования (И.И. Шмальгаузен); обусловленность роста и развития полом ребёнка (половой диморфизм). Характерные особенности роста и развития: гетерохронность, этапность. Функциональные свойства организма: резистентность, реактивность, адаптация. Факторы, влияющие на рост и развитие детей. Понятие акселерации, её значение.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 2. «Характеристика возрастных периодов»	1	

	Практическое занятие 3. «Оценка морфофункционального типа конституции, как проявления взаимоотношений организма и среды»	2	
Тема 1.3. Методы возрастной анатомии и физиологии	Содержание	3/2	ПК 1.1
	1. Методы возрастной анатомии и физиологии. Общие методы анатомии и физиологии. Специальные методы. Медицинские методы. Общая характеристика методик антропометрических исследований детей.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 01
	Практическое занятие 4. «Определение антропометрических показателей для оценки физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста»	2	ОК 02
Раздел 2. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков		45/23	
Тема 2.1. Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности	Содержание	2	ПК 1.1
	1. Общая характеристика нервной системы. Значение нервной системы, её развитие, методы исследования. Основные структуры нервной ткани: нейрон и нейроглия, их функциональное значение. Виды нейронов, возбудимость как свойство нервной ткани, нервные волокна и их свойства, нервные центры. Синапс.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	2. Понятие рефлекса. Рефлекс. Рефлекторная дуга. Рефлекторное кольцо. Соматическая нервная система, вегетативная нервная система.		
Тема 2.2. Морфо-функциональные особенности центральной нервной системы	Содержание	3/1	ПК 1.1
	1. Центральная нервная система. Спинной мозг: строение и функции. Рефлексы спинного мозга, возрастные особенности спинномозговых рефлексов.	2	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3
	2. Головной мозг: отделы головного мозга, кора больших полушарий, локализация функций в коре больших полушарий. Гипоталамо-гипофизарная система Лимбическая система. Асимметрия полушарий головного мозга.		ОК 01 ОК 02
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие 5. «Исследование основных видов рефлексов человека»	1	
	Самостоятельная работа обучающихся. Работа с литературой: изучение мер профилактики повреждений спинного мозга Работа с литературой: изучение онтогенеза мозга	2	
Тема 2.3 Возрастные анатомо-физиологические	Содержание	4/2	ПК 1.1
	1. Анализаторы. Учение И.П. Павлова об анализаторах. Общее строение анализатора: периферическая, проводниковая и центральная части. Современное	2	ПК 1.2 ПК 3.1

особенности анализаторов	учение о сенсорных системах.		ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	2. Зрительный и слуховой анализатор. Общее строение зрительной и слуховой сенсорной системы. Особенности их развития у детей и подростков. Особенности развития в различные возрастные периоды, их значение для развития речевой и психической деятельности. Значение зрительной сенсорной системы и особенности развития. Особенности строения глазного яблока. Оптическая система глаза. Аккомодация. Рефракция глаза. Бинокулярное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Цветовосприятие. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Бинокулярное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Значение зрения для развития речи. Значение слуховой сенсорной системы и особенности развития. Анатомические особенности в различные возрастные периоды. Возрастные особенности слухового и вестибулярного анализаторов		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 6. «Исследование и описание физиологических характеристик зрительного и слухового анализаторов. Взаимодействие анализаторов».	2	
Тема 2.4. Гигиена зрения и слуха.	Содержание	3/2	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Гигиена зрительной и слуховой сенсорной системы. Значение гигиены занятий в детском саду и школе с учётом возрастных анатомо- физиологических особенностей сенсорных систем.	1	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 7. «Разработка консультации для родителей о профилактике нарушений зрения и слуха у детей дошкольного и младшего школьного возраста».	2	
Тема 2.5. Возрастные анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы	Содержание	4/2	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Общая характеристика опорно-двигательной системы. Костная система. Пассивная часть ОДС. Состав ОДС, функции скелета. Строение костной ткани, строение костей, стадии развития костей, ядра окостенения, факторы, влияющие на рост и развитие кости. Виды соединения костей. Строение и значение сустава. Возрастные и функциональные изменения костей. Строение осевого скелета: позвоночник, грудная клетка, череп. Возрастные особенности. Строение добавочного скелета: скелет верхних и нижних конечностей. Возрастные особенности.	2	
	2. Мышечная система. Активная часть ОДС. Строение мышц. Виды мы-		

	шечной ткани. Работа мышц. Статическая и динамическая работа мышц. Развитие и усложнение координации движений, показатели работы двигательного аппарата: силы, скорости, выносливость, влияние физической активности на развитие двигательного аппарата в целом. Гиподинамия, гипокинезия, её последствия.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 8. «Определение топографического расположения костей и суставов с использованием скелета человека, дидактического материала»	1	
	Практическое занятие 9. «Определение мышечного утомления»	1	
Тема 2.6. Профилактика нарушений опорно-двигательной системы	Содержание	5/4	
	1. Осанка, её нарушения. Профилактика нарушений осанки. Гигиенические требования к детской мебели, портфелям, школьным ранцам и аналогичным изделиям для детей, к размеру детской обуви и одежды. Плоскостопие. Значение физических упражнений в укреплении свода стопы.	1	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	ОК 01
	Практическое занятие 10. «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»	2	ОК 02
	Практическое занятие 11. «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей дошкольного и младшего школьного возраста на сохранение правильной осанки»	2	
Тема 2.7. Внутренняя среда организма. Кровь.	Содержание	1	ПК 1.1
	Общая характеристика сердечно-сосудистой системы. 1. Внутренняя среда организма, ее компоненты. Состав и свойства внутренней среды организма. Гомеостаз. Общая схема кровообращения. Лимфа и лимфообращение. Кровь: функции, состав и физиологические свойства. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их функции. Плазма крови. Свертываемость крови, группы крови, резус – фактор, переливание крови.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
Тема 2.8. Возрастные анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Работа сердца.	Содержание	4/2	ПК 1.1
	1. Кровеносные сосуды, их виды. Сердце: строение, возрастные особенности. Работа сердца. Цикл сердечной деятельности, регуляция работы сердца. Понятие «систола», «диастола», «пауза». Особенности сокращений сердца у плода и новорожденных. Систолический и минутный объемы крови. Движение крови по сосудам, кровяное давление, круги кровообращения. Частота сердеч-	2	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02

	ных сокращений в различные возрастные периоды. Механизм непрерывного движения крови по сосудам. Гуморальная и нервная регуляции кровообращения. Кровяное давление его особенности в детском возрасте. Влияние нагрузки на кровеносную систему. Тренировка сердца ребёнка.		
	2. Лимфатическая система: функции, сосуды и лимфоузлы. Механизм образования лимфы.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 12. «Определение АД и пульса»	1	
	Практическое занятие 13. «Анализ опыта Данини – Ашнера»	1	
	Практическое занятие 14. «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку»		
Тема 2.9. Иммуитет	Содержание	1	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Понятие иммунитета. Виды иммунитета: специфический, неспецифический. Вакцинация. Органы иммунной системы. Причины сниженного иммунитета. Проявления сниженного иммунитета.	1	
Тема 2.10. Возрастные анатомо-физиологические особенности дыхательной системы	Содержание	2/1	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Общая характеристика дыхательной системы. Значение дыхания в жизнедеятельности и развитии организма. Химический состав атмосферного воздуха и его значение для здоровья. Особенности дыхания в пре - и постнатальном периодах. Воздухоносные пути: носовая полость, гортань, трахея, бронхи, их возрастные особенности. Особенности строения гортани и голосового аппарата у детей. Лёгкие. Положение лёгких в грудной клетке, плевральная полость.	1	
	2. Акты вдоха и выдоха. Значение дыхательных мышц в акте дыхания. Жизненная емкость лёгких, частота и глубина дыхания. Газообмен в лёгких, в тканях. Типы дыхания в различные возрастные периоды. Особенности дыхания новорожденного (диафрагмальный тип). Связь типа дыхания с началом хождения (грудное, грудобрюшное). Половые различия дыхания (грудной и брюшной типы).		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие 15. «Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах».	1	
	Практическое занятие 16. «Методы определения показателей дыхательной си-		

	стемы».		
Тема 2.11. Гигиена дыхания	Содержание	2/1	ПК 1.1
	1. Основные гигиенические показатели воздушной среды. Микроклимат. Гигиена дыхания детей.	1	ПК 1.2 ПК 3.1
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	1	ПК 3.3
	Практическое занятие 17. «Анализ микроклимата учебного кабинета»	1	ОК 01 ОК 02
Тема 2.12. Возрастные анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы	Содержание	3/2	ПК 1.1
	1. Общая характеристика пищеварительной системы. Значение и строение органов пищеварения. Значение трудов И.П.Павлова в создании учения о функциях органов пищеварения.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3
	2. Строение органов пищеварения. Органы пищеварительной системы: ротовая полость, строение зубов, желудок, кишечник. Пищеварительные железы.		ОК 01 ОК 02
	3. Процесс пищеварения. механическая и химическая обработка пищи на всех этапах пищеварения. Секреторная функция пищеварительных желез. Приспособление их функций к характеру и режиму питания. Пищеварение в ротовой полости, желудке, тонком и толстом кишечнике. Всасывание. Нейрогуморальная регуляция пищеварения. Возрастные особенности пищеварения.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 18. «Определение топографического расположения органов пищеварительной системы с использованием дидактических материалов»	1	
	Практическое занятие 19. «Характеристика возрастных особенностей пищеварения»	1	
Тема 2.13. Обмен веществ и энергии	Содержание	3/2	ПК 1.1
	1. Понятие обмена веществ. Возрастные особенности, виды обмена веществ. Витамины: классификация, роль в организме. Ассимиляция и диссимиляция. Этапы обмена веществ. Энергетический обмен, суточные затраты энергии у детей и взрослых. Пища как источник веществ и энергии в организме.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	ОК 01 ОК 02
	Практическое занятие 20. «Вычисление основного обмена по таблицам и по формуле Риды»	1	
	Практическое занятие 21. «Представление и анализ меню для детей дошкольного и младшего школьного возраста на один день с учётом возраста и необхо-	1	

	димой калорийности		
Тема 2.14. Гигиена питания	Содержание	2/1	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Гигиена питания. Физиологические основы рационального, сбалансированного питания, витамины и их роль в обмене веществ. Понятие здорового питания и профилактика пищевых отравлений. Санитарно-гигиенические требования к организации питания детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие 22. «Составление рекомендаций по рациональному питанию детей дошкольного и младшего школьного возраста, с целью обеспечения здоровья детей и профилактики заболеваний пищеварительной системы»	1	
Тема 2.15. Возрастные анатомо-физиологические особенности выделительной системы. Почки.	Содержание	1	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Общая характеристика мочевыделительной системы. Строение и функции органов мочевыделительной системы. Возрастные особенности мочевыделительной системы.	1	
	2. Мочеобразование. Этапы образования мочи. Механизм мочевыделения. Развитие регуляторных механизмов произвольного мочеиспускания.		
Тема 2.16. Кожа. Гигиена кожи.	Содержание	4/3	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Общая характеристика кожи. Производные эпидермиса. Физиологическое значение и строение кожи: эпидермис, дерма, подкожно-жировая клетчатка. Производные эпидермиса. Возрастные особенности кожи. Особенности терморегуляции у детей.	1	
	2. Личная гигиена детей и подростков. Уход за кожей, ногтями и волосами детей. Профилактика кожных заболеваний, ожогов, отморожений. Гигиенические требования к одежде и обуви детей. Закаливание. Принципы закаливания.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 23. «Исследование кожной рецепции. Адаптация рецепторов»	1	
	Практическое занятие 24. «Изучение и анализ методик проведения закаливающих процедур детей».	2	
Тема 2.17. Возрастные	Содержание	1	ПК 1.1

анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы	1. Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
Раздел 3. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение		7/3	
Тема 3.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности эндокринной системы	Содержание	1	ПК 1.1
	1. Общая характеристика эндокринной системы. Строение желёз внутренней секреции. Общие признаки эндокринных желёз, значение и структура гормонов, особенности их физиологической активности. Классификация гормонов. Возрастные особенности эндокринной системы. Процессы функционирования эндокринных желёз в дошкольном и младшем школьном возрасте.	1	ПК 1.2 ПК 1.7 ОК 01 ОК 02
Тема 3.2. Высшая нервная деятельность детей и подростков	Содержание	2	ПК 1.1
	1. Высшая нервная деятельность. Значение работ И.М. Сеченова и И.П. Павлова в изучении функции коры головного мозга. Учение о высшей нервной деятельности. Условные и безусловные рефлексы, их различия и значение. Выработка условных рефлексов. Биологическое значение условных рефлексов. Торможение условных рефлексов и их особенности в детском и подростковом возрасте. Динамический стереотип, как основа привычек и навыков. Механизм его формирования.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
Тема 3.3. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей.	Содержание	3/1	ПК 1.1
	1. Типология ВНД. Характеристика основных типов высшей нервной деятельности животных и человека. Критерии И.П. Павлова для типологических свойств нервной системы (сила процессов возбуждения и торможения, их уравновешенность, подвижность). Основные типы высшей нервной деятельности животных и человека. Типы высшей нервной деятельности (И.П. Павлов) и соотношение их с учением о темпераментах (Гиппократ). Основные положения по формированию типологических особенностей. Зависимость формирования типологических особенностей от социальных факторов, процессов воспитания и обучения. Пластичность типов ВНД.	1	ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	1	
	Практическое занятие 25. «Выявление типологических особенностей ВНД детей и подростков»	1	

Тема 3.4. Психическая деятельность. Первая и вторая сигнальные системы	Содержание	3/2	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
	1. Физиологические основы психических процессов человека. Асимметрия мозга. Учение И.П. Павлова о двух сигнальных системах действительности. Становление в процессе развития ребёнка сенсорных и моторных механизмов речи. Возрастные особенности взаимодействия первой и второй сигнальных систем. Речь и её функции. Развитие речи у ребёнка. Память. Физиологические основы памяти. Внимание. Физиологические основы внимания.	1	
	2. Физиологические основы утомления и переутомления. Признаки, характеристика, особенности возникновения у детей. Гигиена учебно-воспитательной работы. Значение режима дня. Периодичность физиологических функций и умственной работоспособности. Физиология сна.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 26. «Выявление межполушарной асимметрии»	1	
	Практическое занятие 27. «Определение школьной зрелости по тексту Керна – Ирасека»	1	
Раздел 4. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в ОО		5/3	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 3.1 ПК 3.3 ОК 01 ОК 02
Тема 4.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях	Содержание	5/3	
	1. Предмет и задачи гигиены детей. История развития гигиены детей как науки и учебной дисциплины. Нормирование в гигиене детей. Принципы нормирования.	2	
	2. Нормативные документы, определяющие гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.		
	3. Работоспособность. Фазы работоспособности. Особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени. Гигиенические требования к помещениям образовательной организации, режиму дня.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 28. «Определение работоспособности детей и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»	1	
	Практическое занятие 29. «Планирование мероприятий по профилактике заболеваний детей под руководством медицинского работника образовательной организации».	1	
	Практическое занятие 30. «Анализ и гигиеническая оценка режима дня детей»	1	

Консультации	2	
Промежуточная аттестация	6	
Всего:	78	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета – естественно - научных и медико-биологических дисциплин.

Оборудование учебного кабинета: стол преподавателя; столы для студентов; классная доска; шкафы со стеллажами; тематические таблицы по анатомии; муляжи органов.

Технические средства обучения: компьютер, проектор.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы).

Основные источники:

Для преподавателей

1. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. т.1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: Учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 447 с.
2. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. т.2 опорно-двигательная и висцеральные системы: Учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 373 с.
3. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма, - М., Академия, 2015.

Для обучающихся

1. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. т.1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: Учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 447 с.
2. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. т.2 опорно-двигательная и висцеральные системы: Учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 373 с.
3. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма, - М., Академия, 2015.

Дополнительные источники:

Для преподавателей

1. Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я. Основы медицинских знаний. Просвещение, 1986 г.
2. Яковлев Б.П. Литовченко О.Г. Психофизиологические основы здоровья. - М.: ЭКСМО, 2011.

Для обучающихся

1. Вельтищев Ю.Е., Ветров В.Г. Объективный показатель нормального развития и состояния здоровья ребенка (нормативы детского возраста) / Российский вестник перинатологии и педиатрии. Приложение. – М., 2000.
2. Ганат С. А. Конспекты лекций по анатомии, физиологии и гигиены ребенка. – М.: Айрес-Пресс, 2008.
3. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003.
4. Любимова З.В., Маринова К.В., Никитина А.А. Возрастная физиология – М.: Владис, 2008.
5. Сапин М.Р., Брыксина З.Г. Анатомия человека – М.: Академия, 2008.
6. Савченков, Ю.И. Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков): Учебное пособие / Ю.И. Савченков, О.Г. Солдатова, С.Н. Шилов. - М.: ВЛАДОС, 2013. - 143 с.

Электронные ресурсы:

Для преподавателей

1. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебная программа курса и планы семинарских занятий.URL: http://window.edu.ru/window/library?p_rid=59411

2. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие. URL: http://window.edu.ru/window/library?p_rid=40358
3. Анатомия. Курс лекций.: [Федеральный портал "Российское образование"](http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm) URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm>
4. Гуляева С.И., Мещерякова М.Ю. Анатомия и физиология человека.: Практикум URL: http://window.edu.ru/window/library?p_rid=26867
5. Фаллер А., Шюнке М. Анатомия и физиология человека : Учебник URL: http://window.edu.ru/window/library?p_rid=65301

Для обучающихся

2. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2004, 1СД-ROM.
3. Анатомия. / Учеб. пособие/ Под ред. Сониной Н., Сониной М.Р., М.: ДРОФА, 2008, 1СД-ROM.
4. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2005, 1СД-ROM.
5. Атлас морфологии человека /Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2002, 1СД-ROM.
6. Медицинская энциклопедия/ полный электронный справочник по медицине. Серия «Золотой фонд российских энциклопедий», Издательский дом «Равновесие», 2003, 2СД-RO

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> основные положения терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека; основные закономерности роста и развития организма человека; норму развития и отклонения от нормы роль конституции и наследственности в патологии; общую характеристику типовых патологических процессов; строение и функции систем органов здорового человека; физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков; влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; основы гигиены детей и подростков; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; основы профилактики инфекционных заболеваний; гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям образовательной организации	демонстрирует знание анатомии, физиологии и гигиены человека, гигиенических норм, требований и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза, основ профилактики инфекционных заболеваний, гигиенических требований к образовательному процессу, зданию и помещениям образовательной организации	Устный опрос Экспертная оценка на лабораторном и практическом занятиях Тестирование Экзамен
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте; правильно интерпретировать и применять основные понятия общей патологии при работе с обучающимися; проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей; обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете при организации обучения обучающихся; учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса	<i>Демонстрирует умение:</i> применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	Оценка результатов выполнения практической работы Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы Экзамен

5. ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

[illegible]

ПРИЛОЖЕНИЕ 1
ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ
И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интер-активные формы и методы обучения	Формируемые ОК, ПК, знания и умения
1.	Методы возрастной анатомии и физиологии	3	Работа в группах, использование ИКТ	ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
2.	Кожа. Гигиена кожи.	4	Написание рефератов, эссе; работа с текстами.	ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
3.	Обмен веществ и энергии	3	Диалоги, дискуссии.	ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
4.	Возрастные анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы	3	Проектная деятельность, создание электронных презентаций	ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
5.	Гигиена дыхания	1	Создание электронных презентаций, работа в режиме online, использование мультимедийных программ	ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
6.	Гигиена зрения и слуха	3	Диалоги, монологи, дискуссии, парная и групповая работа.	ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
7.	Высшая нервная деятельность детей и подростков	2	Использование ИКТ, проектная деятельность	ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса
8.	Типологические особенности высшей нервной деятельности детей	3	Поиск дополнительной информации по теме	ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием

				ем, осознанно планировать повышение квалификации.
9.	Типологические особенности высшей нервной деятельности детей	3	Работа с текстами, новинками литературы и прессы, вопросно-ответная форма работы, использование ИКТ	ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
10.	Профилактика нарушений опорно-двигательной системы	5	Использование здоровьесберегающих технологий	ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
11.	Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях	5	Проектная деятельность	ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2
**СОПОСТАВЛЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНДАРТА
 «ПЕДАГОГ», УТВЕРЖДЕННОГО ПРИКАЗОМ МИНТРУДА РОССИИ
 ОТ 18 ОКТЯБРЯ 2013 Г. N 544Н
 И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛО-
 ГИЯ И ГИГИЕНА**

Требования профес- сионального стандарта	Наименование про- фессиональных мо- дулей (МДК) с обра- зовательными ре- зультатами, имею- щими взаимосвязь с ОР дисциплины	Образовательные ре- зультаты дисциплины	Наименование раз- делов/тем в рабочей программе по дис- циплине
Необходимые умения: Строить воспита- тельную деятель- ность с учетом куль- турных различий де- тей, половозрастных и индивидуальных особенностей	ПМ.01 Организация и проведение физкуль- турно-спортивной ра- боты МДК.01.01. Организа- ционно-методические основы физкультурно- спортивной работы. ПК 1.1. Планировать и анализировать физ- культурно- спортивную работу. Опыт практической деятельности: наблюдения, анализа и самоанализа учебно- тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции тренировочной и	Уметь: – применять знания по анатомии, физиоло- гии и гигиене при изучении профессио- нальных модулей и в профессиональной деятельности; – учитывать особен- ности физической рабо- тоспособности и за- кономерности ее из- менения в течение различных интерва- лов времени (учеб- ный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проек- тировании и реализа- ции образовательного процесса; – оценивать факто- ры внешней среды с точки зрения их влия- ния на функциониро- вание и развитие орга- низма человека в дет- ском и подростковом возрасте;	Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека Тема 2.3 Возрастные анатомо- физиологические особенности анализаторов Тема 3.3. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей. Тема 4.1. Гигиениче- ские требования к условиям и организа- ции обучения в об- щеобразовательных учреждениях
Необходимые знания: Основные законо- мерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации лич- ности, индикаторы и индивидуальные осо-	соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Уметь: оподбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных	Знать: – физиологические характеристики основ- ных процессов жизне- деятельности организма человека; – возрастные анато- мо-физиологические особенности детей и	

Требования профессионального стандарта	Наименование профессиональных модулей (МДК) с образовательными результатами, имеющими взаимосвязь с ОР дисциплины	Образовательные результаты дисциплины	Наименование разделов/тем в рабочей программе по дисциплине
бенности траекторий жизни и их возможные девиации, приемы их диагностики	особенностей занимающихся; организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство. Знать: технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта. требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;	подростков; – влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; – основы гигиены детей и подростков; – гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

СОПОСТАВЛЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ДЕМОНСТРАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА ПО СОСТОЯНИЮ НА МАЙ 2023 ГОДА ПО КОМПЕТЕНЦИИ R21 ПРЕПОДАВАНИЕ В МЛАДШИХ КЛАССАХ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

Требования ДЭ	Образовательные результаты дисциплины	Наименование разделов/тем в рабочей программе по дисциплине
Уметь		
Выбирать типы нагрузок с учётом цели, задач, формы и вида занятий, особенностей возрастной группы занимающихся	Знать: основные закономерности роста и развития организма человека. Уметь: применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности.	Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека