

**Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»**

Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

программы подготовки специалистов среднего звена

специальность: 49.02.01 Физическая культура

Москва, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05. Возрастная анатомия, физиология и гигиена разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. № 968.

Организация-разработчик: институт среднего профессионального образования им. К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ

Преподаватель:
Коновалова Ирина Игоревна

3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.05. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы: Учебная дисциплина ОП.05. Возрастная анатомия, физиология и гигиена является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций ОК 01, ОК 02, ОК 08, а также результатов целевых ориентиров (ЦО 5.1-5.5, ЦО 5.7-5.8, ЦО 6.10, ЦО 8.1, 8.3- 8.5, 8.6).

1.1.1. Перечень общих компетенций:

| <i>Код</i> | <i>Наименование общих компетенций</i> |
|---------------|---|
| <i>ОК 01.</i> | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам |
| <i>ОК 02.</i> | Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности |
| <i>ОК 08.</i> | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности |

1.1.2. Перечень целевых ориентиров, элементы которых формируются в рамках дисциплины:

| <i>Код</i> | <i>Наименование целевого ориентира</i> |
|---------------|---|
| <i>ЦО 5.1</i> | Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей. |
| <i>ЦО 5.2</i> | Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде. |
| <i>ЦО 5.3</i> | Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию. |
| <i>ЦО 5.4</i> | Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья. |
| <i>ЦО 5.5</i> | Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей. |

| | |
|---------|--|
| ЦО 5.7 | Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. |
| ЦО 5.8 | Демонстрирующий физическую подготовленность и физическое развитие в соответствии с требованиями будущей профессиональной деятельности учителя |
| ЦО 6.10 | Обладающий навыками работы в сфере информационных технологий, в том числе, интерактивных/мультимедийных технологий. |
| ЦО 8.1 | Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом своих интересов, способностей, достижений, выбранного направления профессионального образования и подготовки. |
| ЦО 8.3 | Демонстрирующий навыки критического мышления, определения достоверности научной информации, в том числе в сфере профессиональной деятельности. |
| ЦО 8.4 | Умеющий выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам. |
| ЦО 8.5 | Использующий современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности. |
| ЦО 8.6 | Развивающий и применяющий навыки наблюдения, накопления и систематизации фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской и профессиональной деятельности |

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь и знать:

| Код ОК | Умения | Знания |
|--------|--|--|
| ОК.01 | <ul style="list-style-type: none"> - определение топографического расположения и строения органов и частей тела; - использование элементарных антропометрических исследований для оценки физического развития ребенка; - учёт особенностей физической работоспособности и закономерностей ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при | <ul style="list-style-type: none"> - основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека; - топографическое расположение органов и частей тела; - основные закономерности роста и развития организма человека; - методы возрастной анатомии и физиологии; - строение и функции систем органов здорового человека; |

| | | |
|-------|--|--|
| | <p>проектировании и реализации образовательного процесса;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определение возрастных особенностей строения организма человека; - оценка факторов внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развития организма человека в различные возрастные периоды; - определение типологических особенностей высшей нервной деятельности детей. | <ul style="list-style-type: none"> - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; - возрастные анатомо-физиологические особенности детей; - типологические особенности ВНД детей. |
| ОК.02 | <ul style="list-style-type: none"> - умение работать с источниками информации; - соблюдение правил техники безопасности и гигиенических требований при использовании средств ИКТ; - использование возможностей цифровой образовательной среды для решения профессиональных задач. | <ul style="list-style-type: none"> - знание информационных источников; - знание правил оформления документов; - знание правил техники безопасности и гигиенических требований при использовании средств ИКТ; - знание возможностей цифровой образовательной среды. |
| ОК.08 | <ul style="list-style-type: none"> - учёт особенностей физической работоспособности и закономерностей ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса; - применение знаний о гигиене в практической деятельности; - проведение под руководством медицинского работника мероприятий по профилактике заболеваний детей; | <ul style="list-style-type: none"> - основы гигиены; - факторы, влияющие на процессы физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; - гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза |

| | | |
|--|---|--|
| | - обеспечение соблюдения гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей. | гигиенические требования к образовательному процессу |
|--|---|--|

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Количество часов |
|---|-------------------------|
| Объем образовательной программы | 84 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 72 |
| в том числе: | |
| теоретическая часть | 36 |
| в форме практической подготовки: | |
| практические занятия | 36 |
| Цифровой модуль | - |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | - |
| Промежуточная аттестация в форме экзамена. | 12 |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся | Объем, ак. ч / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч | Формат проведения занятия (очный, онлайн (дистанционное занятие с преподавателем/самостоятельное изучение) | Коды компетенций и ЦО, формирование которых способствует элементу программы |
|---|---|---|--|---|
| 1 | 2 | 3 | | 4 |
| 3 семестр | | | | |
| Раздел 1. Введение в курс возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Организм как единое целое. | | 6/2 | | |
| Тема 1.1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. Предмет, содержание и задачи дисциплины | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 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. Органы и системы органов. Топографическое расположение органов и частей тела. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека. | 2 | | |

| | | | | |
|--|--|--------------|-------|--|
| Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 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. Особенности роста и развития в различные возрастные периоды. Характерные особенности роста и развития: гетерохронность, этапность. Понятие акселерации, ретардации, децелерации и их значение. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости. Генетическая обусловленность роста и развития. Факторы, влияющие на рост и развитие детей. | | | |
| Тема 1.3. Методы возрастной анатомии и физиологии | Содержание учебного материала | 2/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Методы возрастной анатомии и физиологии: общие, специальные, медицинские. Общая характеристика методик антропометрических исследований детей. | 2 | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | | | |
| | Практическое занятие 1. Определение антропометрических показателей для оценки физического развития детей и подростков | 2 | | |
| Раздел 2. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков | | 62/32 | | |
| Тема 2.1. Возрастные анатомо-физиологические | Содержание учебного материала | 6/4 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 |
| | 1. Гуморальная регуляция. Общая характеристика эндокринной системы. Общие признаки эндокринных желёз Строение и развитие желёз внутренней секреции; эндокринной части поджелудочной железы; эндокринной части половых желёз. | 2 | | |

| | | | | |
|--|--|------------|-------|--|
| особенности эндокринной системы | Гормоны: понятие и особенности их физиологической активности. Классификация гормонов в зависимости от их химического строения. Процессы функционирования эндокринных желёз детей и подростков. | | | ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 4 | | |
| | Практическое занятие 2. Выявление морфофункциональных и возрастных особенностей желёз внутренней секреции, их гипо- и гиперфункции | 2 | | |
| | Практическое занятие 3. Выявление морфофункциональных и возрастных особенностей желёз смешанной секреции, их гипо- и гиперфункции | 2 | | |
| Тема 2.2. Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности | Содержание учебного материала | 4/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Общая характеристика нервной системы. Классификация нервной системы по топографическому и анатомо-функциональному признаку. Основные структуры нервной ткани: нейрон и нейроглия, их функциональное значение. Виды нейронов, раздражимость и возбудимость как свойство нервной ткани, Синапс. | 2 | | |
| | 2. Понятие рефлекса. Безусловные рефлексы: классификация, биологическое значение. Строение и виды рефлекторных дуг. Рефлекторное кольцо. | | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 2 | | |
| | Практическое занятие 4. Проведение сравнительной характеристики основных видов рефлексов человека | 2 | | |
| Тема 2.3. Морфо- функциональ- ные | Содержание учебного материала | 6/4 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 |
| | 1.Центральная нервная система. Спинной мозг: строение и функции. Рефлексы спинного мозга, возрастные особенности спинномозговых рефлексов. | 2 | | |

| | | | | |
|---|--|------------|-------|--|
| особенности центральной нервной системы | 2. Головной мозг: отделы головного мозга, кора больших полушарий, локализация функций в коре больших полушарий. Гипоталамо-гипофизарная система Лимбическая система. | | | ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 4 | | |
| | Практическое занятие 5. Составление кластера Анатомия и физиология спинного мозга | 2 | | |
| | Практическое занятие 6. Составление и анализ таблицы Структурно-функциональная характеристика отделов головного мозга | 2 | | |
| Тема 2.4 Возрастные анатомо-физиологические особенности анализаторов | Содержание учебного материала | 4/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Анализаторы. Учение И.П. Павлова об анализаторах. Общее строение анализатора: периферическая, проводниковая и центральная части. Современное учение о сенсорных системах. | 2 | | |
| | 2. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, обонятельная, вкусовая, соматосенсорная (тактильная). Строение и возрастные особенности. | | | |
| | 3. Гигиена зрительной и слуховой сенсорной системы. Значение гигиены занятий в школе с учётом возрастных анатомо- физиологических особенностей сенсорных систем. | | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 2 | | |
| | Практическое занятие 7. Составление схемы и анализ возрастных особенностей зрительного и слухового анализаторов. Взаимодействие анализаторов | 2 | | |
| Тема 2.5. Высшая нервная деятельность | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 |
| | 1. Высшая нервная деятельность. Значение работ И.М. Сеченова и И.П. Павлова в изучении функции коры головного мозга. Учение о высшей нервной деятельности. | 2 | | |

| | | | | |
|--|---|------------|-------|--|
| детей и подростков | 2. Условные рефлексы: биологическое значение и условия их выработки. Классификация условных рефлексов (по природе условного сигнала, по характеру условного сигнала, по характеру ответной реакции, по особенностям подкрепления, по соотношению времени действия). | | | ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 3. Торможение: безусловное и условное, их особенности в детском и подростковом возрасте. Динамический стереотип: понятие и механизм его формирования. | | | |
| Тема 2.6. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей. | Содержание учебного материала | 2/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Типы высшей нервной деятельности (И.П. Павлов) и соотношение их с учением о темпераментах (Гиппократ). Критерии И.П. Павлова для типологических свойств нервной системы (сила процессов возбуждения и торможения, их уравновешенность, подвижность). Зависимость формирования типологических особенностей от социальных факторов, процессов воспитания и обучения. Пластичность типов ВНД. | | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 2 | | |
| | Практическое занятие 8. Выявление типологических особенностей ВНД детей и подростков | 2 | | |
| Тема 2.7. Психическая деятельность . Первая и вторая сигнальные системы | Содержание учебного материала | 2/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Физиологические основы психических процессов человека. Формирование высших психических функций и готовность школьному обучению. Учение И.П. Павлова о двух сигнальных системах действительности. Становление в процессе развития ребёнка сенсорных и моторных механизмов речи. Речь и её функции.. Физиологические основы памяти. Физиологические основы внимания. Физиология сна. | | | |

| | | | | |
|---|--|------------|-------|--|
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 2 | | |
| | Практическое занятие 9. Проведение анализа возрастных особенностей взаимодействия первой и второй сигнальных систем | 2 | | |
| Тема 2.8. Возрастные анатомо-физиологические особенности опорно-двигательного аппарата | Содержание учебного материала | 6/4 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | Общая характеристика опорно-двигательного аппарата (ОДА): опорная и двигательная системы. Структурно-функциональная организация кости: строение костной ткани, стадии развития костей, ядра окостенения, факторы, влияющие на рост и развитие кости. Виды и соединения костей. Строение и значение сустава. Возрастные и функциональные изменения костей. | | | |
| | Строение и виды мышечной ткани. Механизмы мышечного сокращения и расслабления. Развитие мышечной системы и двигательной деятельности в онтогенезе. Гиподинамия, гипокинезия, их последствия. | 2 | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 4 | | |
| | Практическое занятие 10. Составление и анализ таблицы Строение отделов скелета человека | 2 | | |
| | Практическое занятие 11. Проведение анализа строения и возрастных особенностей созревания мышечной системы у детей и подростков | 2 | | |
| Тема 2.9. Профилактика нарушений опорно- | Содержание учебного материала | 2/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 |
| | 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. | | | |

| | | | | |
|--|---|------------|-------|--|
| двигательно й системы | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 2 | | ЦО 8.1, 8.3- 8.5, 8.6 |
| | Практическое занятие 12. Определение типов осанки, подбор и проведение комплекса физических упражнений для профилактики нарушений осанки | 2 | | |
| Тема 2.10. Внутренняя среда организма. Кровь. | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3- 8.5, 8.6 |
| | 1. Внутренняя среда организма, ее компоненты. Свойства внутренней среды организма. Гомеостаз. Свертываемость крови, группы крови, резус – фактор, переливание крови. Лимфатическая система: функции, сосуды и лимфоузлы. Механизм образования лимфы. | 2 | | |
| Тема 2.11. Возрастные анатомо- физиологи- ческие особенности сердечно- сосудистой системы. Работа сердца. | Содержание учебного материала | 6/4 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3- 8.5, 8.6 |
| | 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 объёмы крови. Общая схема кровообращения. Движение крови по сосудам, кровяное давление. Частота сердечных сокращений в различные возрастные периоды. Механизм непрерывного движения крови по сосудам. Гуморальная и нервная регуляции кровообращения. Тренировка сердца ребёнка. | 2 | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 4 | | |
| | Практическое занятие 13. Составление и анализ схемы Строение и работа сердца | 2 | | |
| | Практическое занятие 14. Составление и анализ схем: Сосудистая система. Большой и малый круги кровообращения | 2 | | |
| | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | |

| | | | | |
|--|---|-----|-------|--|
| Тема 2.12. Иммуитет | 1. Понятие иммунитета. Виды иммунитета: специфический, неспецифический. Вакцинация. Органы иммунной системы: центральные и периферические Причины и проявления сниженного иммунитета. | 2 | | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3- 8.5, 8.6 |
| Тема 2.13. Возрастные анатомо-физиологические особенности дыхательной системы | Содержание учебного материала | 4/2 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3- 8.5, 8.6 |
| 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. | 2 | | | |
| 2. Акты вдоха и выдоха. Значение дыхательных мышц в акте дыхания. Жизненная ёмкость 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 | 2 | | | |
| Практическое занятие 15. Определение топографии органов дыхательной системы | 2 | | | |
| | Содержание учебного материала | 6/4 | очный | |

| | | | | |
|--|---|------------|-------|--|
| Тема 2.14. Возрастные анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы | 1. Общая характеристика пищеварительной системы. Значение и строение органов пищеварения: ротовой полости, зубов, желудка, кишечника. Секреторная функция пищеварительных желез. | 2 | | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 2. Пищеварение в ротовой полости, желудке, тонком и толстом кишечнике. Всасывание. Нейрогуморальная регуляция пищеварения. Значение трудов И.П.Павлова в создании учения о функциях органов пищеварения. | | | |
| | 3. Гигиена питания. Физиологические основы рационального, сбалансированного питания. Витамины: классификация, роль в обмене веществ. Понятие здорового питания и профилактика пищевых отравлений. Санитарно-гигиенические требования к организации питания детей. | | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | 4 | | |
| | Практическое занятие 16. Определение топографического расположения органов пищеварительной системы | 2 | | |
| | Практическое занятие 17. Составление рекомендаций по рациональному питанию детей и подростков | 2 | | |
| Тема 2.15. Обмен веществ и энергии | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Понятие обмена веществ. Характеристика и виды обменных процессов в организме. Общий обмен. Основной обмен. Возрастные особенности обмена веществ. | 2 | | |
| | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | |

| | | | | |
|--|--|------------|-------|--|
| Тема 2.16. Возрастные анатомо-физиологические особенности выделительной системы. Почки. | 2. Общая характеристика мочевыделительной системы. Строение и функции органов мочевыделительной системы. Возрастные особенности мочевыделительной системы. Мочеобразование. Этапы образования мочи. Механизм мочевыделения. Развитие регуляторных механизмов произвольного мочеиспускания. | 2 | | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| Тема 2.17. Кожа. Гигиена кожи. | Содержание учебного материала | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Общая характеристика кожи. Физиологическое значение и строение кожи: эпидермис, дерма, подкожно-жировая клетчатка. Производные эпидермиса. Возрастные особенности кожи. Особенности терморегуляции у детей. 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. | 2 | | |
| Тема 2.18. Возрастные анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы | Содержание | 2/0 | очный | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 1. Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. | 2 | | |
| Раздел 3. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу | | 4/2 | | |
| | Содержание учебного материала | 4/2 | очный | |

| | | | | |
|---|--|----|--|---|
| Тема 3.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях | 1. Предмет и задачи гигиены детей. История развития гигиены детей как науки и учебной дисциплины. Нормирование в гигиене детей. Принципы нормирования. | 2 | | ОК 01.ОК 02. ОК 08 ЦО 5.1-5.5 ЦО 5.7-5.8 ЦО 6.10 ЦО 8.1, 8.3-8.5, 8.6 |
| | 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. Физиологические основы утомления и переутомления. Признаки, характеристика, особенности возникновения у детей. | | | |
| | В том числе практических занятий и лабораторных работ | | | |
| | Практическое занятие 18. Определение работоспособности детей и учёт её динамики при проектировании занятий по образовательным программам | 2 | | |
| Консультации | | 2 | | |
| Промежуточная аттестация в форме экзамена | | 10 | | |
| Объем образовательной программы | | 84 | | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Для реализации программы учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена предусмотрены следующие специальные помещения: кабинет «Анатомии, физиологии и гигиены», оснащённый:

- оборудованием: посадочные места студентов, рабочее место преподавателя, рабочая доска, наглядные пособия (учебники, карточки, раздаточный материал, демонстрационные схемы и таблицы, муляжи внутренних органов и частей тела).

- техническими средствами обучения: мультимедийный проектор, проекционный экран, ноутбук преподавателя, колонки.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации предусматривает печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные источники

3.2.1.1. Основные печатные издания

1. Сапин М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебное издание / Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. - Москва : Академия, 2023. - 384 с.(Специальности среднего профессионального образования). - URL: <https://academia-moscow.ru> -Режим доступа: Электронная библиотека «Academia-moscow». - Текст : электронный.

3.2.1.2. Основные электронные издания

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 421 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14057-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538054> (дата обращения: 08.04.2024).

2. Любимова, З. В. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для вузов / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 421 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18025-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535734> (дата обращения: 20.04.2024).

3. Любимова, З. В. Организм человека. Опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 349 с. — (Профессиональное образование). —

ISBN 978-5-534-18036-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/534163> (дата обращения: 20.04.2024).

3.2.2. Дополнительные источники

1. Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи": Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28. — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122?ysclid=luu5wi3wr8151530584/> (дата обращения: 08.04.2024). — Текст: электронный.

3.2.3 Электронные ресурсы

1. Анатомия и физиология человека. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов[сайт]. URL: <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/3e1d458c-1a04-11dd-bd0b-0800200c9a66/> (дата обращения: 22.04.2024).

2. Анатомо-физиологический атлас человека. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов[сайт]. URL: <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/3e1d458b-1a04-11dd-bd0b-0800200c9a66/> (дата обращения: 22.04.2024).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения | Критерии оценки | Методы оценки |
|--|--|---|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
| основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека | точно формулирует определения основных понятий анатомии, физиологии и гигиены человека | устный опрос биологический диктант |
| топографическое расположение органов и частей тела | описывает топографическое расположение органов и частей тела, используя понятия, принятые в анатомии | устный опрос письменный опрос |
| основные закономерности роста и развития организма человека | характеризует основные закономерности роста и развития организма человека | тестирование устный опрос |
| методы возрастной анатомии и физиологии | характеризует методы возрастной анатомии и физиологии с точки зрения применения в практической деятельности педагога в образовательной организации | устный опрос письменный опрос |
| строение и функции систем органов здорового человека | описывает строение и функции систем органов здорового человека | устный опрос письменный опрос биологический диктант |
| физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека | объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека | биологический диктант тестирование устный опрос |

| | | |
|---|--|---|
| возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков | дает характеристику возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей и подростков | тестирование устный опрос |
| типологические особенности ВНД детей | определяет типологические особенности ВНД детей | устный опрос письменный опрос биологический диктант |
| влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение | описывает влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение | тестирование устный опрос |
| основы гигиены | характеризует принципы гигиены систем органов | тестирование устный опрос |
| гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза | анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза, | устный опрос письменный опрос |
| гигиенические требования к образовательному процессу в образовательной организации | дает описание гигиенических требований к образовательному процессу, зданию образовательной организации в соответствии с нормативными документами | устный опрос письменный опрос |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
| определять топографическое расположение и строение органов и частей тела | точно показывает на муляжах и иллюстрациях, называет органы и части тела в соответствии с | устный опрос биологический диктант |

| | | |
|---|--|---|
| | принятыми в анатомии названиями | |
| определять возрастные особенности строения организма детей | согласно возрастной периодизации объясняет возрастные особенности строения организма детей | устный опрос письменный опрос |
| использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка | определяет с помощью соответствующего инструментария антропометрические показатели и оценивает их с учетом возраста и пола ребенка | тестирование устный опрос |
| оценивать влияние факторов внешней среды на физиологические процессы организма человека | проводит анализ и оценку влияния факторов внешней среды на физиологические процессы организма человека с помощью простых методик | устный опрос письменный опрос |
| определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей | анализирует и точно соотносит имеющиеся характеристики типов ВНД с имеющейся характеристикой ребенка | устный опрос письменный опрос биологический диктант |
| 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 | оценивает особенности физической работоспособности ребенка в течение образовательного процесса | тестирование устный опрос |

| | | |
|---|---|---|
| применять знания о гигиене в практической деятельности | демонстрирует умение применять знания о гигиене систем органов при разработке информационных материалов | биологический диктант тестирование устный опрос |
| проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей | предлагает меры профилактического воздействия для детей | тестирование устный опрос |
| обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей | составляет рекомендации по профилактике заболеваний детей | устный опрос письменный опрос биологический диктант |