

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**Рабочая программа учебной дисциплины**

# **ОП 05. Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

**для специальности**

**44.02.02 Преподавание в начальных классах**

г. Алексеевка  
2023

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах с учетом профессиональных стандартов: Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года N 544н (ред. от 05.08.2016).

Разработчик: \_\_\_\_\_ Косинова Е.А., преподаватель ОГАПОУ  
«Алексеевский колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ПССЗ:**

Дисциплина является общепрофессиональной и входит в профессиональный цикл.

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- 1) определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- 2) определять возрастные особенности строения организма человека;
- 3) применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и профессиональной деятельности;
- 4) использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка;
- 5) оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды;
- 6) определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков;
- 7) 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;
- 8) применять знания о гигиене в практической деятельности;
- 9) проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста;
- 10) обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- 1) основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
- 2) топографическое расположение органов и частей тела;
- 3) основные закономерности роста и развития организма человека;

- 4) методы возрастной анатомии и физиологии;
- 5) строение и функции систем органов здорового человека;
- 6) физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- 7) возрастные анатомо-физиологические особенности детей раннего и дошкольного возраста;
- 8) типологические особенности ВНД детей;
- 9) влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- 10) основы гигиены;
- 11) гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- 12) гигиенические требования к образовательному процессу в ДОО.

Профессиональные (ПК) и общие (ОК) компетенции, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:

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 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ПК 1.2. Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами.

**Перечень знаний и умений в соответствии с профессиональным стандартом Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года N 544н (ред. от 05.08.2016), которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:**

1) основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета);

2) проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения.

#### **1.4. Планируемые личностные результаты освоения рабочей программы**

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности,

открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

### **1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 72 часа, в том числе: аудиторной учебной работы обучающегося - 72 часа, из них в форме практической подготовки – 50 часов; в том числе практических занятий – 36 часов; внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы обучающегося – 0 часа; консультаций – 0 часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
<b>Аудиторная учебная работа (обязательные учебные занятия) (всего)</b>	<b>72</b>
<b>из них в форме практической подготовки</b>	<b>50</b>

в том числе:	
лекционные занятия	<b>36</b>
лабораторные работы	
практические занятия	<b>36</b>
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b> в том числе: Подготовка сообщения Составление конспекта	<b>0</b>
<b>Консультации</b>	<b>0</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированный зачет</i></b>	

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО специальности 44.02.04 Преподавание в начальной школе

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ:**

Дисциплина является общепрофессиональной и входит в профессиональный цикл.

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- У1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- У2. определять возрастные особенности строения организма человека;
- У3. применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и профессиональной деятельности;
- У4. использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка;
- У5. оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды;
- У6. определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков;
- У7. 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;
- У8. применять знания о гигиене в практической деятельности;
- У9. проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста;
- У10. обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

31. основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
  32. топографическое расположение органов и частей тела;
  33. основные закономерности роста и развития организма человека;
  34. методы возрастной анатомии и физиологии;
  35. строение и функции систем органов здорового человека;
  36. физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
  37. возрастные анатомо-физиологические особенности детей раннего и дошкольного возраста;
  38. типологические особенности ВНД детей;
  39. влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; основы гигиены;
  310. гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
  311. гигиенические требования к образовательному процессу в ДОО
- Профессиональные (ПК) и общие (ОК) компетенции, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:**
- 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-08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
- ПК-1.2 Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами

**Перечень знаний и умений в соответствии с профессиональным стандартом Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года N 544н (ред. от 05.08.2016), которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:**

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

#### **1.4. Планируемые личностные результаты освоения рабочей программы**

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

#### **1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 72 часа, в том числе: аудиторной учебной работы обучающегося - 72 часа, из них в форме практической подготовки – 50 часов; в том числе практических занятий - 36 часов; внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы обучающегося – 0 часов; консультаций – 0 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
<b>Аудиторная учебная работа (обязательные учебные занятия) (всего)</b>	<b>72</b>
<b>из них в форме практической подготовки</b>	<b>50</b>
в том числе:	
лекционные занятия	<b>36</b>
лабораторные работы	
практические занятия	<b>36</b>
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>0</b>
в том числе: Подготовка сообщения Составление конспекта	
<b>Консультации</b>	<b>0</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме</b> <i>дифференцированный зачет</i>	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Коды личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2		3	4
<b>Раздел 1. Ведение в курс возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Организм как единое целое.</b>			<b>8/8</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. Предмет, содержание и задачи дисциплины Уровни организации жизни	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>2/2</b>	ОК 01.ОК 02.ОК 08 ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	1	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. 2. Органы и системы органов. Топографическое расположение органов и частей тела. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека.	2/0	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>4/4</b>	ОК 01.ОК 02.ОК 08 ЛР 9 ЛР10
	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	

	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.		
		Лабораторные работы	*	
		Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 1. «Характеристика возрастных периодов»	2/2	
		Контрольные работы	*	
		Самостоятельная работа обучающихся	*	
Тема 1.3. Методы возрастной анатомии и физиологии		Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	2/2	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	1	Методы возрастной анатомии и физиологии. Общие методы анатомии и физиологии. Специальные методы. Медицинские методы. Общая характеристика методик антропометрических исследований детей.		
		Лабораторные работы	*	
		Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 2. «Определение антропометрических показателей для оценки физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста»	2/2	
		Контрольные работы	*	
		Самостоятельная работа обучающихся:	*	
<b>Раздел 2. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков</b>			<b>46/27</b>	
Тема 2.1.		Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	2/0	ЛР 9

Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности	1	Общая характеристика нервной системы. Значение нервной системы, её развитие, методы исследования. Основные структуры нервной ткани: нейрон и нейроглия, их функциональное значение. Виды нейронов, раздражимость и возбудимость как свойство нервной ткани, нервные волокна и их свойства, нервные центры. Синапс. Понятие рефлекса. Рефлекс. Рефлекторная дуга. Рефлекторное кольцо. Соматическая нервная система, вегетативная нервная система.	2/0	ЛР10
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся		*	
Тема 2.2. Морфо-функциональные особенности центральной нервной системы	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		2/2	ЛР 9 ЛР10
	1	Центральная нервная система. Спинной мозг: строение и функции. Рефлексы спинного мозга, возрастные особенности спинномозговых рефлексов. Головной мозг: отделы головного мозга, кора больших полушарий, локализация функций в коре больших полушарий. Гипоталамо-гипофизарная система Лимбическая система. Асимметрия полушарий головного мозга.	2/0	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 2.3 Возрастные анатомо-физиологические особенности анализаторов.	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		4/4	ЛР 9 ЛР10
	1	Анализаторы. Учение И.П. Павлова об анализаторах. Общее строение анализатора: периферическая, проводниковая и центральная части. Современное учение о сенсорных системах.	2/2	
		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		
	Лабораторные работы	*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки: Практическое занятие 3. «Исследование и описание физиологических характеристик зрительного и слухового анализаторов. Взаимодействие анализаторов».	2/2	
	Контрольные работы	*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*	
Тема 2.4. Гигиена зрения и слуха.	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	<b>4/2</b>	ЛР 9 ЛР10
1	Гигиена зрительной и слуховой сенсорной системы. Значение гигиены занятий в детском саду и школе с учётом возрастных анатомо- физиологических особенностей сенсорных систем.	2\0	
	Лабораторные работы		
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 4. «Разработка консультации для родителей о профилактике нарушений зрения и слуха у детей дошкольного и младшего школьного возраста».	2/2	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа обучающихся	*	
Тема 2.5. Возрастные анатомо-	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	<b>4/2</b>	

физиологически е особенности опорно- двигательной системы.	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. Мышечная система. Активная часть ОДС. Строение мышц. Виды мышечной 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.	2/2	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 5 «Определение топографического расположения костей и суставов с использованием скелета человека, дидактического материала»		2/2	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 2.6. Профилактика нарушений опорно- двигательной системы	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		4/4	ЛР 9 ЛР10
	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.	1/1	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки <b>Практическое занятие 6.</b> «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»		2/2	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки <b>Практическое занятие 7.</b> «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей дошкольного и младшего школьного возраста на сохранение правильной		2/2	

	осанки»		
	Контрольные работы		*
	Самостоятельная работа обучающихся:		*
Тема 2.7. Внутренняя среда организма. Кровь	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>2/2</b>
	1	Общая характеристика сердечно-сосудистой системы. 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. Свёртываемость крови, группы крови, резус – фактор, переливание крови. Понятие иммунитета. Виды иммунитета: специфический, неспецифический. Вакцинация. Органы иммунной системы. Причины сниженного иммунитета. Проявления сниженного иммунитета	2/2
	Лабораторные работы		
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*/*
	Контрольные работы		
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 2.8. Возрастные анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Работа сердца.	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>4/2</b>
	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 сердечных 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. Лимфатическая система: функции, сосуды и лимфоузлы. Механизм образования лимфы.	2/2
	Лабораторные работы		*

	Практическое занятие 8. «Определение АД и пульса»	1/1		
	Практическое занятие 9. «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку»	1/1		
	Контрольные работы	*		
	Самостоятельная работа обучающихся:	*		
Тема 2.9. Иммунитет	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	*	ЛР 9 ЛР10	
	1			
	Лабораторные работы	*		
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки	*/*		
	Контрольные работы	*		
	Самостоятельная работа обучающихся	*		
Тема 2.10. Возрастные анатомо-физиологические особенности дыхательной системы	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	2/2	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10	
	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. 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).		1/1
	Лабораторные работы	*		
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 10. «Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах». . «Методы определения показателей дыхательной системы».	1/1		

	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 2.11. Гигиена дыхания	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		2/2	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	1	Основные гигиенические показатели воздушной среды. Микроклимат. Гигиена дыхания детей.		
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 11. «Анализ микроклимата учебного кабинета»		2/2	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 2.12. Возрастные анатомо- физиологически особенности пищеварительной системы	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		4/0	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	1	Общая характеристика пищеварительной системы. Значение и строение органов пищеварения. Значение трудов И.П.Павлова в создании учения о функциях органов пищеварения. Строение органов пищеварения. Органы пищеварительной системы: ротовая полость, строение зубов, желудок, кишечник. Пищеварительные железы. 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.	2/0	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 12. «Определение топографического расположения органов пищеварительной системы с использованием дидактических материалов» «Характеристика возрастных особенностей пищеварения»		2/0	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 2.13. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		4/2	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7
	1	Понятие обмена веществ. Возрастные особенности, виды обмена веществ. Витамины: классификация, роль в организме. Ассимиляция и диссимиляция.	2/0	

	Этапы обмена веществ. Энергетический обмен, суточные затраты энергии у детей и взрослых. Пища как источник веществ и энергии в организме.		ЛР 9 ЛР10
	Лабораторные работы	*	
	Практическое занятие 13. «Представление и анализ меню для детей дошкольного и младшего школьного возраста на один день с учётом возраста и необходимой калорийности»	2/2	
	Контрольные работы	*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*	
Тема 2.14. Гигиена питания	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	<b>3/3</b>	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	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.	1/1	
	Лабораторные работы	*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 14. «Составление рекомендаций по рациональному питанию детей дошкольного и младшего школьного возраста, с целью обеспечения здоровья детей и профилактики заболеваний пищеварительной системы»	2/2	
	Контрольные работы	*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*	
Тема 2.15. Возрастные анатомо-физиологические особенности выделительной системы. Почки.	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	<b>1/0</b>	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	1 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.	1/0	
	Лабораторные работы	*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки	*	
	Контрольные работы	*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*	
Тема 2.16. Кожа.	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	<b>4/4</b>	ЛР 2

Гигиена кожи.	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. 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.	2/2	ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 15. «Изучение и анализ методик проведения закаливающих процедур детей».		2/2	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 2.17. Возрастные анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		*	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	1	Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости		
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Раздел 3. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение			<b>8/7</b>	
Тема 3.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности эндокринной системы	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>1/0</b>	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	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.	1/0	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*	
	Контрольные работы		*	

	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 3.2. Высшая нервная деятельность детей и подростков	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>1/1</b>	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	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.	1/1	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки		*	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 3.3. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей.	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>2/2</b>	ЛР 2 ЛР4 ЛР 7 ЛР 9 ЛР10
	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.	1/1	
	Лабораторные работы		*	
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 16. «Выявление типологических особенностей ВНД детей и подростков»		1/1	
	Контрольные работы		*	
	Самостоятельная работа обучающихся:		*	
Тема 3.4. Психическая	Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки		<b>4/4</b>	
	1	Физиологические основы психических процессов человека. Асимметрия мозга.	2/2	

деятельность. Первая и вторая сигнальные системы		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. 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.	
	Лабораторные работы		*
	Практические занятия, в том числе в форме практической подготовки Практическое занятие 17. «Определение школьной зрелости по тексту Керна – Ирасека»		2/2
	Контрольные работы		*
	Самостоятельная работа обучающихся:		*
<b>Раздел 4. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в ДОО</b>			<b>10/8</b>
Тема 4.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях		Содержание учебного материала, в том числе в форме практической подготовки	
	1	Предмет и задачи гигиены детей. История развития гигиены детей как науки и учебной дисциплины. Нормирование в гигиене детей. Принципы нормирования. Нормативные документы, определяющие гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза. Работоспособность. Фазы работоспособности. Особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени. Гигиенические требования к помещениям образовательной организации, режиму дня.	2/2
	Лабораторные работы		*
	<b>Практическое занятие 18.</b> «Определение работоспособности детей и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»		2/2
	<b>Практическое занятие 19.</b> «Планирование мероприятий по профилактике заболеваний детей под руководством медицинского работника образовательной организации».		2/2
<b>Практическое занятие 20.</b> «Анализ и гигиеническая оценка режима дня детей»		2/2	

	Контрольные работы	*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*	
<b>Дифференциро ванный зачет</b>		<b>2/0</b>	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>72</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинет физиологии, анатомии и гигиены;

##### **Оборудование учебного кабинета:**

Комплект учебно-методической документации. Специализированная учебная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя, столы для студентов, стулья для студентов, классная доска.

Рабочая программа может быть реализована с применением различных образовательных технологий, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения:**

перечень учебных изданий, электронных изданий, электронных и Интернет-ресурсов, образовательных платформ, электронно-библиотечных систем, веб-систем для организации дистанционного обучения и управления им, используемые в образовательном процессе как основные и дополнительные источники.

##### **Основные источники:**

1. Возрастная анатомия и физиология. Учебное пособие для СПО/ Григорьева Е. В., Мальцев В. П., Белоусова Н. А.- М.: Юрайт, 2022-182 с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена : учебное пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/65272>

2. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.1 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/96743>

3. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.2 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397.

— Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/96744>

4.Возрастная анатомия и физиология: практикум / Н. А. Красноперова. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-4263-0459-8. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/72485>

5.Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93803>

6.Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового образа жизни и основы медицинских знаний: учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина. — Саратов: Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/92324>

7.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / И. Л. Орехова. — Челябинск: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с. — ISBN 978-5-906908-76-6. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/83862>

8.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 214 с. — ISBN 978-5-379-02007-1. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/65284>

### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

1.Возрастная анатомия и физиология: практикум / Н. А. Красноперова. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-4263-0459-8. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/72485>

2.Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93803>

3.Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное

пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/65272>

4. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.1 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/96743>

5. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.2 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/96744>

6. Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового образа жизни и основы медицинских знаний: учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина. — Саратов: Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/92324>

7. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И. Л. Орехова. — Челябинск: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с. — ISBN 978-5-906908-76-6. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/83862>

#### **Цифровая образовательная среда СПО PROОбразование:**

1. Возрастная анатомия. Основы детской невропатологии  
Налобина А.Н.

2. Возрастная анатомия и физиология\_Красноперова Н.А.

#### **Электронно-библиотечная система:**

IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/78574.html>

#### **Веб-система для организации дистанционного обучения и управления им:**

Система дистанционного обучения ОГАПОУ «Алексеевский колледж»  
<http://moodle.alcollege.ru/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, дифференцированного зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания), с учетом личностных результатов, профессионального стандарта</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><b>умения:</b></p> <p>1) определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма детей; использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка; оценивать влияние факторов внешней среды на физиологические процессы организма человека; определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков; 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; применять знания о гигиене в практической деятельности; проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста; обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста.</p> <p>В результате освоения учебной</p>	<p>Экспертное наблюдение и оценка при выполнении практической работы, проверка домашнего задания.</p> <p>Тестирование, защита практической работы, устный и письменный опрос, дифференцированный зачет.</p> <p>Экспертное наблюдение и оценка при выполнении практической работы, проверка домашнего задания.</p> <p>Тестирование, защита практической работы, устный и письменный опрос,</p>

дисциплины обучающийся должен знать:

- 1) основные положения и терминологию 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; физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; возрастные анатомо-физиологические особенности детей раннего и дошкольного возраста; типологические особенности ВНД детей; влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; основы гигиены; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; гигиенические требования к образовательному процессу в ДОО.

**Перечень знаний и умений в соответствии с профессиональным стандартом Педагог**

- 1) основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета);

- 2) проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной

дифференцированный зачет.

гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения.	
--	--