

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.05**

**Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

**для студентов, обучающихся по специальности**

**44.02.02**

**Преподавание в начальных классах**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544 Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом примерной образовательной программы среднего профессионального образования, рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 17 августа 2022 г. № 742 по специальности

код	наименование специальности
44.02.02	Преподавание в начальных классах (программа подготовки специалистов среднего звена)

**Разработчики:**

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Пережогина Дарья Евгеньевна		преподаватель

Рассмотрено на заседании МК по физической культуре			
	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Беляева Т.В	29.08.2023	№ 1

Согласовано на заседании научно-методического совета	
Дата заседания НМС	№ протокола
30.08.2023	№ 1

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	19

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

### 1.1 Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

44.02.02

Преподавание в начальных классах

укрупненной группы специальностей

44.00.00

Образование и педагогические науки

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в рамках реализации специальности 44.02.02 «Преподавание в начальных классах» заочной формы обучения.

### 1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

Общепрофессиональных дисциплин

в вариативную часть циклов ППССЗ

Учебная дисциплина связана с дисциплиной «Биология» общеобразовательного цикла, профессиональными модулями ПМ.01 Проектирование, реализация и анализ процесса обучения в начальном общем образовании, ПМ.02 Проектирование, реализация и анализ внеурочной деятельности обучающихся профессионального цикла.

### 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

**Цель дисциплины:** формирование знаний о возрастных особенностях анатомии, физиологии и гигиены организма детей младшего школьного возраста.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 08	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма человека; применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и профессиональной деятельности; использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка; оценивать факторы внешней среды с точки	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

<p>зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды;</p> <p>определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков;</p> <p>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;</p> <p>применять знания о гигиене в практической деятельности;</p> <p>проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей и подростков;</p> <p>обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей и подростков;</p>	<p>жизнедеятельности организма человека;</p> <p>возрастные анатомо-физиологические особенности детей школьного возраста;</p> <p>типологические особенности ВНД детей;</p> <p>влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</p> <p>основы гигиены;</p> <p>гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</p> <p>гигиенические требования к образовательному процессу в СОШ.</p>
--	---

Освоение дисциплины направлено на развитие общих, профессиональных, **цифровых** компетенций:

Код	Компетенции
ОК 1	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
ОК 2	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 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
КК. 3.	Креативное мышление
КК. 4.	Управление информацией и данными

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т. ч.:	
теоретическое обучение	36

практические занятия	36
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета во 2 семестре	

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

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
1 семестр всего 34 ч.: Т- 18 ч., ПЗ -16 ч.			
Раздел 1. Ведение в курс возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Организм как единое целое.		7/7	
Тема 1.1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. Предмет, содержание и задачи дисциплины Уровни организации жизни	Содержание	2/2	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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	
	2. Органы и системы органов. Топографическое расположение органов и частей тела. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека.		
	Практическое занятие 1.	2	
	«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	4/4	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	1. Онтогенез. Периоды онтогенеза: пренатальный, натальный, постнатальный. Возрастная периодизация. Исторический характер возрастной периодизации. Критерии возрастных этапов развития. Различные классификации периодизаций детского возраста. Критические периоды.	4	
	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.		
	Практические занятия	4	
	Практическое занятие 2. «Характеристика возрастных периодов»	2	
	Практическое занятие 3. «Оценка морфофункционального типа конституции, как проявления взаимоотношений организма и среды»	2	

Тема 1.3. Методы возрастной анатомии и физиологии	Содержание	1/1	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	1. Методы возрастной анатомии и физиологии. Общие методы анатомии и физиологии. Специальные методы. Медицинские методы. Общая характеристика методик антропометрических исследований детей.	1	
	Практическое занятие 4.	1	
	«Определение антропометрических показателей для оценки физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста»	1	
Раздел 2. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков		24/20	
Тема 2.1. Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности	Содержание	2/0	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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.	2	
	2. Понятие рефлекса. Рефлекс. Рефлекторная дуга. Рефлекторное кольцо. Соматическая нервная система, вегетативная нервная система.		
Тема 2.2. Морфо- функциональные особенности центральной нервной системы	Содержание	2/2	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	1. Центральная нервная система. Спинной мозг: строение и функции. Рефлексы спинного мозга, возрастные особенности спинномозговых рефлексов.	2	
	2. Головной мозг: отделы головного мозга, кора больших полушарий, локализация функций в коре больших полушарий. Гипоталамо-гипофизарная система Лимбическая система. Асимметрия полушарий головного мозга.		
	Практическое занятие 5.	2	
	«Исследование основных видов рефлексов человека»	2	
Тема 2.3 Возрастные анатомо- физиологические особенности анализаторов	Содержание	2/2	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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		
	<b>Практическое занятие 6.</b>	<b>2</b>	
	«Исследование и описание физиологических характеристик зрительного и слухового анализаторов. Взаимодействие анализаторов».		
<b>Тема 2.4. Гигиена зрения и слуха.</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/1</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	1. Гигиена зрительной и слуховой сенсорной системы. Значение гигиены занятий в детском саду и школе с учётом возрастных анатомо- физиологических особенностей сенсорных систем.	1	
	<b>Практическое занятие 7.</b>	<b>1</b>	
	«Разработка консультации для родителей о профилактике нарушений зрения и слуха у детей школьного возраста».		
<b>Тема 2.5. Возрастные анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	
	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	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	2. 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, гипокinezия, её последствия.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 8.</b> «Определение топографического расположения костей и суставов с использованием скелета человека, дидактического материала»	1	
	<b>Практическое занятие 9.</b> «Определение мышечного утомления»	1	
<b>Тема 2.6.</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	

<b>Профилактика нарушений опорно-двигательной системы</b>	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.	2	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 10.</b> «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»	1	
	<b>Практическое занятие 11.</b> «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей школьного возраста на сохранение правильной осанки»	1	
<b>Итого за 1 семестр 34 часа</b>		<b>18/16</b>	
<b>2 семестр всего 38 ч.: Т-18ч., ПЗ -20ч.</b>			
<b>Тема 2.7. Внутренняя среда организма. Кровь.</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/0</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	<b>Общая характеристика сердечно-сосудистой системы.</b> 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. Свёртываемость крови, группы крови, резус – фактор, переливание крови.	1	
<b>Тема 2.8. Возрастные анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Работа сердца.</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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.	1	
	2. Лимфатическая система: функции, сосуды и лимфоузлы. Механизм образования лимфы.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 12.</b> «Определение АД и пульса»	1	
	<b>Практическое занятие 13.</b> «Анализ опыта Данини – Ашнера»		
<b>Тема 2.9. Иммуитет</b>	<b>Практическое занятие 14.</b> «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку»	1	ОК 01
	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	

	1. Понятие иммунитета. Виды иммунитета: специфический, неспецифический. Вакцинация. Органы иммунной системы. Причины сниженного иммунитета. Проявления сниженного иммунитета.	1	ОК 02 ОК 08
<b>Тема 2.10. Возрастные анатомо-физиологические особенности дыхательной системы</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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).		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 15.</b> «Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах».	1	
	<b>Практическое занятие 16.</b> «Методы определения показателей дыхательной системы».	1	
<b>Тема 2.11. Гигиена дыхания</b>	<b>Содержание</b>		ОК 01 ОК 02 ОК 08
	<b>Практическое занятие 17.</b>	<b>0/1</b>	
	Основные гигиенические показатели воздушной среды. Микроклимат. Гигиена дыхания детей. «Анализ микроклимата учебного кабинета»	1	
<b>Тема 2.12. Возрастные анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	1. Общая характеристика пищеварительной системы. Значение и строение органов пищеварения. Значение трудов И.П. Павлова в создании учения о функциях органов пищеварения.		
	2. Строение органов пищеварения. Органы пищеварительной системы: ротовая полость, строение зубов, желудок, кишечник. Пищеварительные железы.		
	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.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	

	<b>Практическое занятие 18.</b> «Определение топографического расположения органов пищеварительной системы с использованием дидактических материалов»	1	
	<b>Практическое занятие 19.</b> «Характеристика возрастных особенностей пищеварения»	1	
<b>Тема 2.13. Обмен веществ и энергии</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/3</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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.	<b>1</b>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	<b>Практическое занятие 20.</b> «Вычисление основного обмена по таблицам и по формуле Рида»	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие 21.</b> «Представление и анализ меню для детей дошкольного и младшего школьного возраста на один день с учётом возраста и необходимой калорийности	2	
<b>Тема 2.14. Гигиена питания</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/1</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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 школьного возраста.	1	
	<b>Практическое занятие 22.</b>	<b>1</b>	
	«Составление рекомендаций по рациональному питанию детей школьного возраста, с целью обеспечения здоровья детей и профилактики заболеваний пищеварительной системы»	1	
<b>Тема 2.15. Возрастные анатомо-физиологические особенности выделительной системы. Почки.</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/0</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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	
<b>Тема 2.16. Кожа. Гигиена кожи.</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 08
	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.		

	<b>Практическое занятие 23.</b>	<b>2</b>	
	«Изучение и анализ методик проведения закаливающих процедур детей».	2	
<b>Тема 2.17. Возрастные анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/0</b>	OK 01 OK 02 OK 08
	1. Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости.	1	
<b>Раздел 3. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение</b>		<b>6/2</b>	
<b>Тема 3.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности эндокринной системы</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/0</b>	OK 01 OK 02 OK 08
	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 школьном возрасте.	1	
<b>Тема 3.2. Высшая нервная деятельность детей и подростков</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/0</b>	OK 01 OK 02 OK 08
	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.	2	
<b>Тема 3.3. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей.</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	OK 01 OK 02 OK 08
	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.	2	
	<b>Практическое занятие 24.</b>	<b>2</b>	
	«Выявление типологических особенностей ВНД детей и подростков»	2	
<b>Тема 3.4. Психическая</b>	<b>Содержание</b>	<b>1/1</b>	OK 01

деятельность. Первая и вторая сигнальные системы	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	ОК 02 ОК 08
	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.		
	Практическое занятие 25.	1	
	«Определение школьной зрелости по тексту Керна – Ирасека»	1	
Раздел 4. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в СОШ			ОК 01 ОК 02 ОК 08
Тема 4.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях	Содержание	2/2	
	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.		
	Практические занятия	2	
	Практическое занятие 26. «Определение работоспособности детей и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»	1	
	Практическое занятие 27. «Анализ и гигиеническая оценка режима дня детей»	1	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		2	
Итого за 2 семестр 38ч		18/20	
Всего часов		72	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

3.1.1	учебного кабинета	возрастной анатомии, физиологии и гигиены
3.1.2	лаборатории	информатики и информационно-коммуникационных технологий; анатомии
3.1.3	зала	библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.

3.1.1 Оборудование учебного кабинета (лаборатории, мастерской, студии) и рабочих мест:

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
<b>Кабинет 219 Анатомии, физиологии и гигиены, медико-биологических и социальных основ здоровья, лаборатории физической и функциональной диагностики</b>		
1.	Рабочие места по количеству обучающихся	Комплект
2.	Рабочее место преподавателя	1
3.	Рабочая меловая доска	1
<b>I.</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
1	Ноутбук	1
2	Интерактивная доска	1
3	Колонки	2
4	Микроскопы , сантиметровые ленты для практических работ по анатомии.	10
5	Синометр ручной , спирометр (ЖЕЛ) , прибор для определения состава вдыхаемого и выдыхаемого воздуха,	1
<b>II.</b>	<b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>	
1.	Видеофильмы: «Тело человека»	Д
2.	Презентации по всем разделам курса: клетка, опорно-двигательный аппарат, ткани, пищеварительная система, дыхательная система выделительная система сердечно - сосудистая система, эндокринная система эмбриональное развитие. покровы тела и железы секреции.	Д
<b>III.</b>	<b>Печатные пособия</b>	
1.	Портреты ученых – анатомов, Таблицы: ОДА , кровеносная система, выделительная система, дыхательная, железы внутренней секреции , нервная система, покровы, анализаторы, клетка, пищеварительная ситема	Д
2.	<b>Муляжи объемные:</b> ОДА– скелет человека , спилы костей , череп , торс человека , нервная система – головной мозг , сердечнососудистая система – сердце, дыхательная система – легкие, бронхи, анализаторы .	Д

3.	<b>Плоские цветные муляжи:</b> дыхательная система, железы внутренней секреции, кровеносная система, выделительная система	Д
<b>IV</b>	<b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>	
1	Материалы по теоретической части дисциплины: - Конспекты лекций по всем темам курса (включают: лекцию, презентацию и проверочный блок + ключ ответов) - учебники и пособия по анатомии, физиологии, биохимии, ОМЗ	Д
2	Материалы к практическим занятиям по дисциплине: - учебно-практические материалы	15 экз.
3	Материалы по организации самостоятельной работы: - задания в планах практических занятий; - раздаточный дидактический материал	15 экз
4.	папки индивидуальной подготовки по всем темам (таблицы, рисунки, схемы); раздаточные терминологические словари;	30 экз.
5	Комплекты контрольно-оценочных средств	30 экз (варианты 2-5)
<b>Комплект Конвергентная цифровая лаборатория Vernier для проведения практических и лабораторных занятий по дисциплине:</b>		
	1. Устройство измерения и обработки данных (УИОД) 2. Кронштейны для датчиков 3. Датчик артериального давления (тонометр) 4. Датчик силы (ручной динамометр) 5. Датчик температуры 6. Датчик температуры поверхности 7. Датчик частоты дыхательных движений 8. Датчик частоты сердечных сокращений (пульсометр) 9. Датчик ЭКГ 10. Датчик жизненной емкости легких (спирометр) 11. Биокамера (объем 2000 мл) 12. Биокамера (объем 250 мл) 13. Учебно-методическое пособие по применению цифровой лаборатории по физиологии человека 14. Беспроводной датчик ЧДД 15. Датчик освещенности (люксметр) 16. Датчик атмосферного давления (барометр) 17. Датчик скорости потока ветра (анемометр) 18. Датчик угла сгиба сустава (гониометр) 19. Адаптер для датчика содержания кислорода и спирометра	

#### Условные обозначения

**Д** – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

**К** – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

**П** – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).



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

#### **Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники**

1. Айзман, Р.И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова, Я.Л. Завьялова. — Москва: КноРус, 2023. — 403 с. Билич, Г. Атлас: анатомия и физиология человека: полное электронное практическое пособие / Г. Билич. — Москва, 2019.
2. Гайворонский, И. В. Анатомия центральной нервной системы и органов чувств: учебник для среднего профессионального образования / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.
3. Григорьева, Е.В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для СПО. — Москва: Юрайт, 2020, — 182с.
4. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Профессиональное образование).
5. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.
6. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 464 с. — (Профессиональное образование).
7. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов - – 15-е изд., стер. – Москва: Издательский центр Академия, 2023. – 384 с.
8. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 287 с. — (Профессиональное образование).

##### **Дополнительные источники**

1. Гуровец, Г.В. Возрастная анатомия и физиология: Основы профилактики и коррекции нарушений в развитии детей: Учеб. пособ. для СПО. – Москва: Владос, 2013.
2. Самусев, Р.П. Атлас анатомии человека: учеб. пособ. – Москва: Мир и образование, 2015.

##### **Интернет – ресурсы:**

1. СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания": сайт – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_376166/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_376166/) (дата обращения: 01.06.2023).
2. СанПин 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/?ysclid=ltcragex8c429315484> (дата обращения: 01.06.2023).
3. СанПин 2.3/2.43590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания населения» <https://abinsk5.tvoyasadik.ru/site/pub?id=2> (дата обращения: 01.06.2023).

### 3.3 Организация образовательного процесса

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным занятиям, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: [do.kpk.kss45.ru](http://do.kpk.kss45.ru).

- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>.

- Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.

- TeamViewer - программное обеспечение для удалённого контроля компьютеров, обмена файлами, видеосвязи и веб-конференций.

- Сферум.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

#### 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>		
<p>основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</p> <p>топографическое расположение органов и частей тела;</p> <p>основные закономерности роста и развития организма человека;</p> <p>методы возрастной анатомии и физиологии;</p> <p>строение и функции систем органов здорового человека;</p> <p>физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</p> <p>возрастные анатомо-физиологические особенности детей школьного возраста;</p> <p>типологические особенности ВНД детей;</p> <p>влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</p> <p>основы гигиены;</p> <p>гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</p> <p>гигиенические требования к образовательному процессу в СОШ.</p>	<p>точно формулирует определения основных понятий анатомии, физиологии и гигиены человека;</p> <p>описывает топографическое расположение органов и частей тела, используя понятия принятые в анатомии понятия;</p> <p>характеризует основные закономерности роста и развития организма человека;</p> <p>характеризует методы возрастной анатомии и физиологии с точки зрения применения в практической деятельности педагога ДОО;</p> <p>описывает строение и функции систем органов здорового человека;</p> <p>объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</p> <p>дает характеристику возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей школьного возраста;</p> <p>определяет типологические особенности ВНД детей;</p> <p>описывает влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</p> <p>характеризует принципы гигиены систем органов;</p> <p>анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</p> <p>дает описание гигиенических требований к образовательному процессу, зданию и помещениям общеобразовательной организации в соответствии с нормативными документами.</p>	<p>устный опрос по темам,</p> <p>проверочные;</p> <p>анализ и оценка решения тестовых заданий;</p>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
<p>определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</p> <p>определять возрастные особенности строения организма детей;</p>	<p>точно показывает на муляжах и иллюстрациях, называет органы и части тела в соответствии с принятыми в анатомии названиями;</p> <p>согласно возрастной периодизации объясняет возрастные особенности</p>	<p>оценка результатов выполнения практической работы</p>

<p>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 школьного возраста; обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей школьного возраста.</p>	<p>строения организма детей; определяет с помощью соответствующего инструментария антропометрические показатели и оценивает их с учетом возраста и пола ребенка; проводит анализ и оценку влияния факторов внешней среды на физиологические процессы организма человека с помощью простых методик; анализирует и точно соотносит имеющиеся характеристики типов ВНД с имеющейся характеристикой ребенка; оценивает особенности физической работоспособности ребенка в течение образовательного процесса; демонстрируют умение применять знания о гигиене систем органов при разработке информационных материалов; предлагает меры профилактического воздействия для детей школьного возраста; составляют рекомендации по профилактике заболеваний детей обеспечивает соблюдение гигиенических требований в группе согласно СанПиН при организации обучения и воспитания детей школьного возраста.</p>	
---	---	--