

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.03  
ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ,  
ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

**для студентов, обучающихся по специальности  
44.02.03 Педагогика дополнительного образования  
(углубленная подготовка)**

**Курган 2022**

Рабочая программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» разработана в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 г. № 298н, с учетом плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, на основе примерной рабочей программы воспитания, и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 13.08.14 г. № 998 по специальности

код	наименование специальности
44.02.03	Педагогика дополнительного образования (программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)

#### Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1.	Беляева Татьяна Васильевна	высшая	преподаватель

Рассмотрено на заседании МК по физической культуре			
	Фамилия, имя, отчество руководителя МК	Дата заседания ПЦК	№ протокола
1	Беляева Т.В.	23.06.2022г.	10

Согласовано на заседании научно-методического совета	
Дата заседания НМС	№ протокола
23.06.2022г.	10

## **Содержание**

<b>1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины</b>	<b>4</b>
<b>2. Структура и содержание учебной дисциплины</b>	<b>6</b>
<b>3. Условия реализации учебной дисциплины</b>	<b>20</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины</b>	<b>23</b>

# 1. ПАСПОРТ

## рабочей программы учебной дисциплины

ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

### 1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО

по специальности 

44.02.03
----------

Педагогика дополнительного образования
--

укрупненной группы специальностей 

44.00.00
----------

Образование	и педагогические науки
-------------	------------------------

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в рамках реализации специальности «Педагогика дополнительного образования» заочной формы обучения.

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

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ 

Профессиональный	цикл, общепрофессиональные дисциплины
------------------	---------------------------------------

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

**Цель дисциплины:** формировать у студентов представления об основных закономерностях онтогенетического развития человека, анатомо-физиологических особенностях и психофизиологических функциях организма ребенка. Изучение дисциплины должно заложить анатомо-физиологические основы и сформировать систему понятий, являющихся базовыми для изучения дисциплин психолого-педагогического цикла.

### Задачи в совершенствовании профессиональной подготовки студентов по основной и дополнительной квалификации:

-углубление научно-теоретических знаний анатомо-морфологических особенностей и основ гигиены детей, овладение медико-биологическими знаниями по сохранению и улучшению здоровья;

-совершенствование навыков самостоятельной работы с различными информационными источниками;

-формирование интереса к изучению закономерностей роста и развития детей;

-изучение и анализ собственного опыта работы с детьми всех возрастов, степени эффективности используемых методов и приемов в учебно-воспитательной деятельности;

-совершенствование профессиональных и личностных качеств студентов.

**Задачи дисциплины:**

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

- |    |  |
|----|--|
| 1. | определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;  |
| 2. | применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;  |
| 3. | оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирования и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;   |
| 4. | проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей, подростков и молодежи;  |
| 5. | обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете е (мастерской, лаборатории) при организации обучения;  |
| 6. | 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; |

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

- |     |  |
|-----|--|
| 1.  | основные положения терминологию анатомии, физиологии, и гигиены человека;  |
| 2.  | основные закономерности роста и развитию организма человека;   |
| 3.  | строение и функции систем органов здорового человека   |
| 4.  | физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека   |
| 5.  | возрастные анатомо-физиологические особенности детей, подростков и юношей;   |
| 6.  | влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; |
| 7.  | основы гигиены детей и подростков;   |
| 8.  | гигиенические нормы, требования и правила сохранения и правила сохранения на различных этапах онтогенеза;                      |
| 9.  | основы профилактики инфекционных заболеваний;  |
| 10. | гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям образовательной организации.                   |

Освоение учебной дисциплины направлено на развитие общих, профессиональных компетенций:

Код	Общие компетенции
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

Код	Профессиональные компетенции
ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать занятия.
ПК 1.2	Организовывать и проводить занятия
ПК 1.4	Оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на занятии и освоения дополнительной образовательной программы
ПК 1.5	Анализировать занятия
ПК 2.1	Определять цели и задачи, планировать досуговые мероприятия, в том числе конкурсы, олимпиады, соревнования, выставки
ПК 2.2	Организовывать и проводить досуговые мероприятия
ПК 2.4	Анализировать процесс и результаты досуговых мероприятий
ПК 3.1	Разрабатывать методические материалы (рабочие программы, учебно-методические планы) на основе примерных с учетом области деятельности, особенностей возраста, группы и отдельных занимающихся.
ПК 3.2.	Создавать в кабинете (мастерской, лаборатории) предметно-развивающую среду.
ПК 3.3.	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дополнительного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа деятельности других педагогов.

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов программы воспитания:

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b>	<b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	<b>ЛР 1</b>
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	<b>ЛР 2</b>
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	<b>ЛР 4</b>

Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	<b>ЛР 5</b>
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	<b>ЛР 8</b>
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	<b>ЛР 9</b>
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	<b>ЛР 11</b>
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	<b>ЛР 12</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
Принимающий и транслирующий ценность детства как особого периода жизни человека, проявляющий уважение к детям, защищающий достоинство и интересы обучающихся, демонстрирующий готовность к проектированию безопасной и психологически комфортной образовательной среды, в том числе цифровой.	<b>ЛР 13</b>
Стремящийся находить и демонстрировать ценностный аспект учебного знания и информации и обеспечивать его понимание и переживание обучающимися	<b>ЛР 14</b>
Признающий ценности непрерывного образования, необходимость постоянного совершенствования и саморазвития; управляющий собственным профессиональным развитием, рефлексивно оценивающий собственный жизненный и профессиональный опыт	<b>ЛР 15</b>
Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися, родителями (законными представителями) обучающихся, другими педагогическими работниками и специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.	<b>ЛР 16</b>
Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии, готовность транслировать эстетические ценности своим воспитанникам	<b>ЛР 17</b>

#### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося	123	часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	82	часов,
самостоятельной работы обучающегося	41	часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	123
2	<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	82
	в том числе:	
2.1	лабораторные занятия	не предусмотрено
2.2	практические занятия	32
2.3	в том числе: контрольные работы	2
2.4	курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	не предусмотрено
3	<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	41
	в том числе:	
3.2	реферат	
3.3	внеаудиторная самостоятельная работа	
	<b>Итоговая аттестация:</b> экзамен	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

наименование дисциплины

Номер разделов и тем, код, индекс формируемых компетенций	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1.	<b>Морфо - функциональная организация организма человека, его развитие</b>	<b>8/0+2</b>	
Тема 1.1.	<b>Введение.</b> Значение дисциплины для правильной организации учебно-воспитательной работы в учреждениях дополнительного образования.	<b>2/0+0</b>	2
	Содержание учебного материала		
<b>ОК 1-11</b>  <b>ПК 1.1.-ПК.1.6.</b> <b>ПК 2.2.-ПК.2.5.</b> <b>ПК 3.1.-ПК.3.5.</b>	<b>1</b> Определение содержания основ здорового образа жизни: анатомии, физиологии и гигиены. Значение их изучения на современном этапе развития общества.	2	
	<b>2</b> Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Значение этих дисциплин для правильной организации учебно-воспитательной работы, трудового обучения, совершенствования физического развития и повышения работоспособности детей разного возраста.		
	<b>3</b> Связь анатомии, физиологии и гигиены и с психологией, медицинскими дисциплинами.		
Тема 1.2.	<b>Уровни организации живой системы. Закономерности роста и развития организма человека.</b>	<b>6/0+2</b>	2
	Содержание учебного материала	6	
	<b>1</b> Понятие об уровнях организации: клеточном, тканевом, органном, системном, организменном.		
	<b>2</b> Ткань. Классификация тканей. Их краткая характеристика		
	<b>3</b> Основные закономерности деятельности организма в целом: нервно-гуморальная регуляция, саморегуляция. Гомеостаз, биологическая надежность, гетерохронность развития Понятие об обмене веществ.		
	<b>4</b> Определение онтогенеза. Генетическая и социальная программа индивидуального развития человека. Периодизация онтогенеза, ее критерии. Изменение с возрастом показателей физического развития		

	<b>5</b>	Возрастная периодизация. Типы телосложения.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	Конспект, работа с интерактивной схемой «Клетка» основные структуры клетки. Наследственный аппарат клетки. Структура ДНК. Синтез белка в клетке. Физиология живой клетки: обмен веществ, раздражение, рост, размножение, подвижность.	2	2
<b>Раздел 2</b>	<b>Строение, функции и гигиена нервной и двигательной систем</b>		<b>10/12+8</b>	
<b>Тема 2.1</b>	<b>Нервная система</b>		<b>2/0+2</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Значение нервной системы. Определяющая роль нервной системы в морфологическом и физиологическом развитии организма и в осуществлении его взаимосвязи и взаимодействия с внешней средой. Нейрология, ее значение.		
	<b>2</b>	Общий план строения нервной системы. Нейрон как основная единица нервной системы, его электронно-микроскопическая структура. Развитие нейрона. Усложнение структуры нейрона с возрастом.		
	Самостоятельная работа обучающихся	Конспект. Функциональное значение различных отделов нервной системы.	2	2
<b>Тема 2.2.</b>	<b>Основы учения о высшей нервной деятельности.</b>		<b>4/4+4</b>	
	Содержание учебного материала		4	2
	<b>1</b>	Теория высшей нервной деятельности. Роль И.М. Сеченова и И.П. Павлова в развитии учения о ВНД.		
	<b>2</b>	Учение И.М.Сеченова о безусловных рефлексах. Характеристика безусловных рефлексов. Учение И.П.Павлова об условных рефлексах Условия образования условных рефлексов.		
	<b>3</b>	Роль торможения в процессах высшей нервной деятельности Виды торможения: безусловное, условное. Рефлекторная теория поведения.		
	Практические занятия	1. <b>Анализ режима дня</b> детей и подростков. 2. <b>Нарушения высшей нервной деятельности детей и подростков.</b> Негативизм. Детские страхи. Неврозы, их профилактика. Энурез.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Подготовка к работе – Круглый стол Гигиена учебно-воспитательной работы в учреждениях дополнительного образования. Значение режима дня. Периодичность	4	2

		физиологических функций и умственной работоспособности. Фазы работоспособности, ее дневная периодичность.		
<b>Тема 2.3.</b>	<b>Сенсорные системы</b>		<b>2/4+2</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Определение сенсорных систем, их классификация. Значение сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Нарушение зрения.		
	<b>2</b>	Слуховая сенсорная система. Строение слуховой системы. Механизм передачи и восприятия звука. Чувствительность слухового анализатора у детей		
	<b>3</b>	Значение общих план строения кожной, двигательной, обонятельной, обонятельной вкусовой и вестибулярной сенсорных систем. Особенности их функционирования у детей различного возраста		
	<b>4</b>	Вкусовой и обонятельный анализатор.		
	Практические занятия	Определение ведущего глаза. Определение нормального звуковосприятия. Определение вкусовой и кожно-мышечной чувствительности.	3	2
	Контрольные работы	Зрительная и слуховая сенсорные системы	1	1
	Самостоятельная работа обучающихся	Изучение вопросов по теме -Зрение, Слух (создание презентации) 1. Гигиена зрения. Отклонения в нормальном развитии зрительной сенсорной системы. Причины их вызывающие. 2. Гигиена слуха ребенка. Влияние шума на организм детей и подростков. Борьба с шумом в учреждении дополнительного образования	2	2
<b>Тема 2.4.</b>	<b>Опорно-двигательный аппарат</b>		<b>2/4+4</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Строение опорно-двигательного аппарата и его значение. Химический состав и строение костей. Их соединение, суставы		
	<b>2</b>	Основные группы скелетных мышц, их функциональное значение.		
	<b>3</b>	Регуляция двигательной активности детей и подростков. Гиподинамия, меры борьбы с ней.		
	<b>4</b>	Гигиенические требования к мебели.		
	Практические занятия	1. Осанка человека. Работа со схемами и таблицами: строение и функции скелета человека. Правильная	4	2

		осанка. Определение нормы осанки. Сколиоз –причины и его профилактика. 2. Определение индивидуального уровня здоровья		
	Самостоятельная работа обучающихся	Конспект- сообщение, презентация: Физиология позвоночника Условия, способствующие образованию патологических изгибов позвоночника, плоскостопия и деформации других частей скелета. Типы деформаций, их профилактика.	4	2
<b>Раздел 3.</b>	<b>Вегетативная физиология</b>		<b>18/12+15</b>	
<b>Тема 3.1.</b>	<b>Эндокринные железы</b>		<b>2/0+4</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Понятие об эндокринных железах Взаимодействие желез внутренней секреции.		
	<b>2</b>	Гормоны. Особенности их физиологической активности в различные возрастные периоды.		
	<b>3</b>	Взаимодействие нервной и гуморальной регуляции функций		
	<b>4</b>	Возрастные особенности эндокринной системы		
	Самостоятельная работа обучающихся	Самостоятельная работа: строение и физиология желез внутренней секреции. <u>Гипофиз</u> , его роль в регуляции роста и деятельности других желез внутренней секреции. <u>Щитовидная железа</u> , ее влияние на физическое и умственное развитие организма. Кретинизм, причины его развития, профилактика. <u>Половые железы</u> , их внутри секреторная функция. Влияние половых желез на рост и развитие, формирование вторичных половых признаков. Отклонения от нормального хода полового развития и их причины. Гигиена половых органов. Влияние <u>околощитовидных желез</u> на обмен кальция и фосфора. <u>Надпочечники</u> . Гормоны коркового и мозгового слоев надпочечников, их влияние на функции организма. Внутри секреторная функция поджелудочной железы. <u>Вилочковая железа</u> , ее влияние на рост, половое созревание и иммунные свойства организма.	4	2

		Анатомо-физиологические особенности эндокринной системы детей и подростков.		
<b>Тема 3.2.</b>	<b>Обмен веществ и энергии</b>		<b>4/2+0</b>	
	Содержание учебного материала		4	2
	<b>1</b>	Значение обмена веществ в организме. Обмен белков. Возрастные особенности обмена веществ		
	<b>2</b>	Жировой обмен. Жировое депо. Обмен углеводов.		
	<b>3</b>	Витамины, их общая характеристика, физиологическое значение отдельных витаминов. Авитаминозы, гипервитаминозы.		
	<b>4</b>	Водный обмен и его особенности у детей и подростков.		
	Практические занятия	Аминокислоты: заменимые и незаменимые. Видовая специфичность белка. Биологическая функция белков Значение минеральных солей и витаминов в росте и развитии организма.	2	2
<b>Тема 3.3</b>	<b>Состав и функция крови</b>		<b>2/0+0</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Система крови. Состав крови. Физико-химические свойства плазмы.		
	<b>2</b>	Форменные элементы крови		
	<b>3</b>	Группы крови. Иммунологические свойства крови. Резус-фактор		
	<b>4</b>	Возрастные особенности кроветворения.		
<b>Тема 3.4.</b>	<b>Сердечно-сосудистая система</b>		<b>2/0+3</b>	2
	Содержание учебного материала			
	<b>1</b>	Сердечно-сосудистая система. Значение кровообращения. Система кровообращения, функции сердца. Строение сердца. Физиологические свойства сердечной мышцы. Сердечный цикл. Движение крови по сосудам. Сосуды системы кровообращения. Давление крови и его измерение. Пульсовая волна. Время круговорота крови в различные возрастные периоды.. Регуляция кровообращения	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	Конспект «Саморегуляция работы сердца». Практическая работа: «Определение ЧСС и артериального давления у детей, подростков, взрослых членов семьи»- сделать сравнительный анализ.	3	2
		<b>Всего за 3 семестр</b>	<b>28/14 + 21</b>	
		<b>4 семестр</b>		
<b>Тема 3.5.</b>	<b>Дыхание</b>		<b>2/2+4</b>	

	Содержание учебного материала		2	2
	1	Значение дыхания. Строение дыхательного аппарата. Механизм вдоха и выдоха.		
	2	Анатомо-физиологические особенности дыхания детей и подростков. Половые отличия типов дыхания		
	3	Необходимый температурный режим в помещении.		
	4	Гигиенические требования к отоплению и отопительным приборам. Борьба с пылью в помещении.		
	Практические занятия	Определение ЖЕЛ, дыхательного объема, остаточного объема.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Конспект – сообщение: Гигиена дыхания. Воспитание навыков правильного дыхания у детей. Значение правильного ритма дыхательных движений. Вредное влияние неправильной осанки на форму грудной клетки и глубину дыхательных движений	4	2
<b>Тема 3.6.</b>	<b>Пищеварение</b>		<b>2/4+2</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	1	Значение и строение органов пищеварения		
	2	Возрастные особенности секреторной и моторной функции пищеварительного тракта		
	3	Гигиена питания. Возрастные, суточные нормы потребления белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов		
	4	Пищевые отравления и их профилактика		
	Практические занятия	«Анализ суточного меню» для детей и подростков. Работа с таблицами: -потребность детей в основных продуктах питания, а один килограмм массы тела; -потребность детей и подростков в витаминах; -потребность детей подростков в минеральных солях; -нормы белков, жиров, и углеводов для детей и подростков; -химический состав и калорийность продуктов питания. Составить пищевые рационы для детей разных возрастных групп и затем произвести их сравнение. Первая доврачебная помощь при отравлениях.	4	2
	Самостоятельная работа	Таблица в тетради: Зубы молочные и постоянные,	2	2

	обучающихся	строение, рост и развитие		
<b>Тема 3.7.</b>	<b>Выделение</b>		<b>2/2+0</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Значение и строение органов выделения		
	<b>2</b>	Изменение фильтрационной и концентрационной функции почек с возрастом		
	<b>3</b>	Изменения, возникающие в организме ребенка при солевой нагрузке, недостатке и избытке вводимой жидкости, связь их с возрастными особенностями функционирования почек.		
	<b>4</b>	Развитие регуляторных механизмов произвольного мочеиспускания у детей.		
	Практические занятия	Работа с таблицами, учебным материалом «Выделительная система »	1	2
	Контрольные работы	Строение и профилактика заболеваний мочеполовой системы	1	1
<b>Тема 3.8</b>	<b>Кожа. Закаливание организма.</b>		<b>2/2+2</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Строение и значение кожи человека. Защитная, рецепторная и тепло регуляторная функции кожи.		
	<b>2</b>	Уход за кожей, волосами и ногтями. Профилактика кожных заболеваний, обморожений. Ожогов, теплового и солнечного ударов.		
	<b>3</b>	Гигиенические требования, предъявляемые к одежде и обуви в зависимости от сезонов года.		
	Практические занятия	Оценка воздушно-температурных условий помещения и составление краткой программы мероприятий по их поддержанию на оптимальном уровне в течение учебного дня в соответствии с нормами САНПиНа	1	2
	Контрольные работы	Системы жизнеобеспечения организма человека в различные возрастные периоды	1	1
	Самостоятельная работа обучающихся	Презентация, сообщение для обсуждения – круглый стол: Закаливание воздухом, солнцем, водой. Правила закаливания организма детей в учреждениях дополнительного образования.	2	2
<b>Раздел 4</b>	<b>Здоровье в системе понятий и представлений</b>		<b>14/8+12</b>	
<b>Тема 4.1.</b>	<b>Здоровье. Концепция здорового образа жизни</b>		<b>2/2+2</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	<b>1</b>	Понятия «здоровье» и «болезнь». Здоровье и стресс. Стадии стресса.		

		Здоровье и образ жизни.		
	2	Здоровье индивидуальное и общественное.		
	3	Понятие «концепция». Концепция здорового образа жизни.		
	4	Факторы здорового образа жизни. Объективные и субъективные факторы здорового образа жизни.		
	Практические занятия	Работа с тестами «Определения уровня стрессоустойчивости».	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Конспект-сообщение «Неинфекционные заболевания и травмы дошкольного возраста, их профилактика»	2	2
<b>Тема 4.2.</b>	<b>Гигиена учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении</b>		<b>4/2+2</b>	
	Содержание учебного материала		4	2
	1	Санитария и её составляющие.		
	2	Биологические ритмы в организме человека.		
	3	Факторы, неблагоприятно влияющие на здоровье: шум, вибрации, химические вещества. Их особенности влияния		
	4	Гигиенические принципы построения режима дня, элементы режима дня.		
	Практические занятия	«Факторы среды и здоровье дошкольника», требования, предъявляемые к оборудованию, оформлению, освещению, вентиляции помещений учебно-воспитательного назначения;	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Анализ индивидуального суточного режима с точки зрения рациональности. Определение распорядка дня с точки зрения индивидуальных особенностей.	2	2
<b>Тема 4.3.</b>	<b>Гигиенические требования к среде помещений учебно-воспитательного назначения.</b>		<b>2/2+4</b>	
	Содержание учебного материала		2	2
	1	Понятие о микроклимате. Оптимальные условия воздушной среды.		
	2	Требования к оборудованию помещений		
	3	Виды уборки помещений в учреждении дополнительного образования.		
	4	Требования к материалам при строительстве учреждений дополнительного образования		
	Практические занятия	Гигиенические требования к режимным процессам в учреждении дополнительного образования (нормы СанПина)	1	2
	Контрольные работы	Гигиена учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении.	1	1
	Самостоятельная работа	1.Изучение нормативов СанПина	4	2



	обучающихся	2. Практическая работа «Гигиеническая оценка учебного кабинета и спортивного зала» в соответствии с нормами СанПиНа		
<b>Тема 4.4.</b>	<b>Инфекционные заболевания, вредные привычки в современном обществе. Основные принципы профилактики.</b>		<b>6/2+4</b>	
	Содержание учебного материала		6	2
	<b>1</b>	Понятия «инфекция», «инфекционный процесс», «инфекционная болезнь»		
	<b>2</b>	Инфекционные болезни в современном обществе, детские болезни.		
	<b>3</b>	Хронические инфекционные заболевания. Туберкулез		
	<b>4</b>	Наркотические вещества, их действие на психику человека		
	Практическая работа	СПИД, ВИЧ- социальные инфекционные заболевания	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Презентация, сообщение 1. Календарь прививок. 2. Глистные инфекции, их предупреждение. Профилактика кишечных заболеваний (дизентерии, брюшного тифа, холеры и др.)	4	
		<b>Экзамен</b>		
		<b>Всего за семестр</b>	<b>22/18+20</b>	
		<b>Итого за год</b>	<b>50/32+41</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

- |       |                   |   |
|-------|-------------------|---|
| 3.1.1 | учебного кабинета | Анатомии, физиологии и гигиены, медико-биологических и социальных основ здоровья, лаборатории физической и функциональной диагностики |
| 3.1.2 | лаборатории       | информатики и информационно-коммуникационных технологий;  |
| 3.1.3 | зала              | библиотека;<br>читальный зал с выходом в сеть Интернет.   |

#### 3.1.4. Оборудование учебного кабинета

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
<b>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	Телевизор	1
4	Колонки	2
5	Микроскопы , сантиметровые ленты для практических работ по анатомии.	10
6	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»	Демонстрационный экземпляр
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.	Демонстрационный экземпляр
<b>III.</b>	<b>Печатные пособия</b>	
1.	Портреты ученых – анатомов, Таблицы: ОДА , кровеносная система, выделительная система,	Демонстрационный

	дыхательная, железы внутренней секреции , нервная система, покровы, анализаторы, клетка, пищеварительная система	экземпляр
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 .	Демонстрационный экземпляр
3.	<b>Плоские цветные муляжи:</b> дыхательная система, железы внутренней секреции , кровеносная система, выделительная система	Демонстрационный экземпляр
<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	Демонстрационный экземпляр
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>		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Устройство измерения и обработки данных (УИОД)</li> <li>2. Кронштейны для датчиков</li> <li>3. Датчик артериального давления (тонометр)</li> <li>4. Датчик силы (ручной динамометр)</li> <li>5. Датчик температуры</li> <li>6. Датчик температуры поверхности</li> <li>7. Датчик частоты дыхательных движений</li> <li>8. Датчик частоты сердечных сокращений (пульсометр)</li> <li>9. Датчик ЭКГ</li> <li>10. Датчик жизненной емкости легких (спирометр)</li> <li>11. Биокамера (объем 2000 мл)</li> <li>12. Биокамера (объем 250 мл)</li> <li>13. Учебно- методическое пособие по применению цифровой лаборатории по физиологии человека</li> <li>14. Беспроводной датчик ЧДД</li> <li>15. Датчик освещенности (люксметр)</li> <li>16. Датчик атмосферного давления (барометр)</li> <li>17. Датчик скорости потока ветра (анемометр)</li> <li>18. Датчик угла сгиба сустава (гониометр)</li> <li>19. Адаптер для датчика содержания кислорода и спирометра</li> </ol>	

### **3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

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

##### **Основные источники:**

1. 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, О.А. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО. — Москва: Юрайт, 2020. — 414с.
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, 2020.

##### **Дополнительные источники:**

1. Айзман, Р.И. Физиология человека: учебное пособие / Р.И. Айзман. – Москва, 2015. – 256с.
2. Анатомия человека. Как работает ваше тело / перевод с англ. О.В. Ивановой. - Москва: ООО ТД Издательство Мир Книги, 2012. - 320с., ил.
3. Боянович, Ю. В. Атлас анатомии человека/ Ю.В. Боянович, Н.П. Балакирев.-Изд. 2-е-Ростов-на-Дону: Феникс, Харьков: Торсинг, 2009.-734,(1)с.: ил. - (Медицина для вас).
4. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Т.А. Аникина и др. – Казань, 2013. – 189с.
5. Дубровский, В.И. Биомеханика: учебник для студентов средних и высших учебных заведений / В.И. Дубровский. - 2-е изд. - Москва: Владос - Пресс, 2018. - 672с.
6. Кондрашов, А.В. Нормальная анатомия человека в тестах / Кондрашев А.В., Каплунова О.А., Стрельченко Г.Ю. – Москва: Эксмо, 2015. – 256с.: ил. – (Медицинское образование).
7. Лазарофф, М. Анатомия и физиология; пер. с англ. П.А.Ерохова. – Москва: Астрель: АСТ, 2014. – 477с.: ил.
8. Леонтев, И.И. Анатомия и физиология детского организма: учебник для студентов педагогических институтов/И.И. Леонтев, К.В.Маринова. – Москва: Просвещение, 2010. – 287с., ил.

9. Николаев, В.Г. Анатомия человека: учебное пособие / В.Г. Николаев и др. – Ростов-на-Дону: Феникс; Красноярск: Издательские проекты, 2016, - 328с. – (Высшее образование).
10. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебник для студентов образовательных учреждений среднего проф. образования / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов. - Москва: Издательский центр Академия, 2015. - 384с., ил.
11. Тен, Е.Е. Основы медицинских знаний: учеб. для студ. сред. проф. учеб. заведений/Е.Е.Тен. - Москва: Издательский центр Академия, 2014.-256с.
12. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека: учебник / Н.И. Федюкович.- Изд. 9-е. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2016. - 480 с. - (СПО).

### **Интернет – ресурсы:**

1. Атлас анатомии человека онлайн. - URL: <http://rus-anatom.slovaronline.com/>
2. 3D-атлас по анатомии человека онлайн. - URL: <https://rusadmin.biz/soveti/3d-atlasanatomii-cheloveka-onlajn>
3. Дробинская, О.А. Анатомия и физиология человека: электронное учебное пособие. – Режим доступа: [https://studme.org/103828/meditsina/anatomiya\\_i\\_fiziologiya\\_cheloveka](https://studme.org/103828/meditsina/anatomiya_i_fiziologiya_cheloveka) , свободный. – Загл. с экрана.
4. Анатомия и физиология человека, базовые знания [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://energysportlife.ru/anatomiya-i-fiziologiya-cheloveka-bazovye-znaniya/> , свободный. – Загл. с экрана.
5. Анатомия человека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.oum.ru/literature/anatomiya-cheloveka/> , свободный. – Загл. с экрана.
6. Основы анатомии и физиологии человека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://helpiks.org/7-59293.html> , свободный. - Загл. с экрана.
7. Основы анатомии и физиологии человека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fireman.club/conspects/tema-osnovy-anatomii-i-fiziologii-cheloveka/> , свободный. - Загл. с экрана.
8. 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: 01.06.2022)

### **3.3. УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО 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 работам, 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;

- результативной организации самостоятельной работы обучающегося с оценкой каждого вида деятельности обучающегося;

- 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.

– Skype.

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**

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, экзамена.

<b>№</b>	<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
	<b>Освоенные умения</b>	

1	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Практическая работа по теме: «Возрастная периодизация»
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li> <li>- определять строение и функции систем органов здорового человека;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Практическая работа по темам</li> <li>- контрольная работа «Системы жизнеобеспечения организма человека в различные возрастные периоды»</li> <li>- контрольная работа: Гигиена учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении»</li> <li>- практич работа: «Оценка воздушно-температурных условий помещения и составление краткой программы мероприятий по их поддержанию на оптимальном уровне в течение учебного»</li> </ul>
3	оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирования и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Практическая работа по темам;</li> <li>- контрольная работа «Системы жизнеобеспечения организма человека в различные возрастные периоды»</li> <li>- практич работа: «Оценка воздушно-температурных условий помещения и составление краткой программы мероприятий по их поддержанию на оптимальном уровне в течение учебного дня»:</li> <li>- Сам работа: Закаливание воздухом, солнцем, водой. Правила закаливания организма детей в детских учреждениях</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</li> <li>- определять нормы гигиены детей, подростков и молодежи;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Практическая работа «Медицинский кабинет»;</li> <li>- контрольная работа: Гигиена учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении»;</li> <li>- Пр. работа: Анализ режима дня школьников разного возраста и нормирование учебных и внеклассных занятий</li> </ul>

5	обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской, лаборатории) при организации обучения;	-Практическая работа «Оценка гигиенического состояния - помещения»; - практическая работа по разделу Анализаторы: Определение ведущего глаза. Определение нормального звуковосприятия. Определение вкусовой чувствительности
6	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;	Практическая работа по темам
	<b>Усвоенные знания</b>	
1	углубление научно-теоретических знаний анатомо-морфологических особенностей и основ гигиены детей, овладение медико-биологическими знаниями по сохранению и улучшению здоровья;	-Рабочие тесты по темам; -контрольная работа «Системы жизнеобеспечения организма человека в различные возрастные периоды»
2	совершенствование навыков самостоятельной работы с различными информационными источниками;	-Практическая работа по темам; - выполнение самостоятельной работы с использованием различных источников и интернет-ресурсов
3	формирование интереса к изучению закономерностей роста и развития детей;	Практическая работа по темам
4	гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям образовательной организации.	Практическая работа «Оценка гигиенического состояния помещения»
5	влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;	-оценка самостоятельной работы по разделу: железы секреции, нервная система и её эволюция в онтогенезе;
6	основы профилактики инфекционных заболеваний;	- отчет по сам. работе «Профилактика кишечных заболеваний (дизентерии, брюшного тифа, холеры и др.)» -решение рабочих тестов «Кожные заболевания»