

государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области  
«Новокуйбышевский гуманитарно-технологический колледж»

Утверждаю  
Директор ГАПОУ «НГТК»  
В.М. Земалиндинова  
Приказ № 30.1-К от 06.02.2024

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах  
на базе основного общего образования  
профиль подготовки: гуманитарный

ОДОБРЕНА  
Предметно-цикловой  
комиссией ПГСЭД

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
О.С. Макарова

Председатель Н.В. Самойлова

Рабочая программа учебной дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом от Минпросвещения России от 17.08.2022 N 742 по специальности среднего профессионального образования 44.02.02 Преподавание в начальных классах, Примерной рабочей программой (Приложение 2.10 к ПОП СПО по специальности 44.02.01 Дошкольное образование).

Разработчик:

ГАПОУ «НГТК»  
(место работы)

Преподаватель  
(занимаемая должность)

О. А. Коновалова  
(инициалы, фамилия)

Рецензенты:

ГАПОУ «НГТК»  
(место работы)

преподаватель  
(занимаемая должность)

Н.Ю.Иванова  
(инициалы, фамилия)

ГБПОУ СО ЧГК им.О.Колычева  
(место работы)

преподаватель  
(занимаемая должность)

Е.А.Храмцова  
(инициалы, фамилия)

Дата актуализации	Результаты актуализации	Подпись разработчика

## 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 РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>

# 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 ППССЗ в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ:** Учебная дисциплина ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена является обязательной частью общепрофессионального цикла ППССЗ.

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

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

- применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;
- правильно интерпретировать и применять основные понятия общей патологии при работе с обучающимися;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете при организации обучения обучающихся;
- учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса.

**знать:**

- основные положения терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
- основные закономерности роста и развития организма человека;
- норму развития и отклонения от нормы роль конституции и наследственности в патологии;
- общую характеристику типовых патологических процессов;
- строение и функции систем органов здорового человека;
- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;

- влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- основы гигиены детей и подростков;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям школы

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии

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

ОК02 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;

ОК07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

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

ПК 2.2. Реализовывать программы внеурочной деятельности в соответствии с санитарными нормами и правилами.

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

учебная нагрузка обучающегося во взаимодействии с преподавателем **106** часов., в том числе:

- всего учебных занятий **112** часов;
- из них самостоятельной работы обучающегося **6** часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Учебная нагрузка обучающегося во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>106</b>
в том числе:	
в форме практической подготовки	50
теоретическое обучение	50
из них: самостоятельная работа обучающегося	6
в том числе:	
поиск материала в сети INTERNET, дополнительным источникам литературы	2
написание сообщения на интересующие профессиональные темы	4
<b>Форма промежуточной аттестации экзамен</b>	<b>6</b>
из них:	
консультации	2
экзамен	4

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОП.07 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Онтогенез.</b>			
<b>Тема 1.1 Онтогенез</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01
1.	<b>Периодизация индивидуального развития.</b> Пренатальный онтогенез. Эмбриональный период, фетальный период, продолжительность и основные характеристики. Влияние условий жизни матери на развитие эмбриона и плода. Постнатальный онтогенез. Закономерности онтогенеза. Понятие возрастной нормы. Основные закономерности роста и развития организма человека Рост и развитие. Физическое развитие организма. Показатели физического развития и способы их оценки. Хронологический, биологический возраст. Темпы физического развития.		
<b>Раздел 2. Уровни организации организма</b>			
<b>Тема 2.1. Молекулярный уровень организации, обмен веществ</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 04
	1.		
	<b>Практическое занятие 1</b>		
	1.	Составление таблицы «Роль макро- и микроэлементов в протекании физиологических процессов в организме человека»	
<b>Тема 2.2. Клетки и ткани.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 04
	1.		
	<b>Практическое занятие 2, 3</b>		
	1	Изучение строения животной клетки Составление таблицы по строению и функциям органоидов. Сравнение типов тканей организма человека .	
<b>Раздел 3 Органы и системы органов</b>			
<b>Тема 3.1 Организм как целостная система. Способы регуляции в</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1.		

человеческом организме	<b>Практические занятия 4</b>		2	
	1.	Исследование рефлекторной дуги на примере коленного рефлекса. Зрачковый рефлекс Роль химических веществ в формировании чувства голода.		
	<b>Самостоятельная работа</b>		2	
Тема 3.2 Опорно-двигательный аппарат	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1.	<b>Костно-мышечная система.</b> Скелет - пассивная часть опорно-двигательного аппарата. Скелет. Рост и развитие костей. Возрастные особенности позвоночника, грудной клетки, черепа, скелета, конечностей. Мышечная система. Развитие и возрастные особенности скелетных мышц. Мышечный тонус, утомление. Гигиена опорно-двигательного аппарата. Осанка. Плоскостопие, профилактика. Кифоз, сколиоз. Гиподинамия.		
	<b>Практическое занятие 5, 6</b>		4	
	1.	Определение конституции человека различными способами.		
	2	Функциональная оценка опорно-двигательной системы.		
Тема 3.3 Пищеварительная система: строение, функции, возрастные особенности	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1	<b>Пищеварительная система</b> Питание как способ получения вещества и энергии. Тип питания человека. Сущность и значение пищеварения. Строение пищеварительной системы. Роль печени и поджелудочной железы в процессах пищеварения. Основные пищеварительные ферменты Развитие и возрастные особенности пищеварительной системы Гигиена питания. Физиологические основы рационального, сбалансированного питания, витамины и их роль в обмене веществ. Понятие здорового питания и профилактика пищевых отравлений.		
	<b>Практическое занятие 7, 8</b>		4	
	1	Оценка пищевого статуса по антропометрическим показателям.		
	2	Определение показателей основного обмена у детей. Принципы составления пищевого рациона		
Тема 3.4 Сердечно-сосудистая система	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1	<b>Сердечно-сосудистая система и кровообращение.</b> Возрастные особенности сердца и кровеносных сосудов детей. Особенности кровообращения у детей и подростков. ЧСС, особенности показателя у детей и подростков.		
	<b>Практическое занятие 9, 10.</b>		4	
	1	Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы.		
2	Функциональные пробы на реактивность сердечно-сосудистой системы.			
Тема 3.5 Дыхательная система, возрастные особенности дыхания	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1	Физиология дыхания и газообмена. Строение дыхательной системы человека. Особенности строения и функционирования органов дыхания детей и подростков. Газообмен в легких и тканях. Искусственное дыхание.		
	<b>Практическое занятие 11, 12.</b>		4	
	1	Определение количественных характеристик дыхательной системы.		
2	Функциональная оценка состояния дыхательной системы.			
Тема 3.6.	<b>Содержание учебного материала</b>		2	



<b>Жидкие среды организма.</b>	1	<b>Кровь жидкая среда организма.</b> Кровь – разновидность соединительной ткани, ее функции в организме. Клетки крови, эритроциты, лейкоциты, тромбоциты. Плазма крови - межклеточное вещество. Иммуногенетические характеристики крови, группы крови. Система АВ0, система резус фактор. Переливание крови. Донор, реципиент. Свертывание крови как защитная функция, механизм Иммунитет. Клеточный и гуморальный иммунитет. Работы И. И. Мечникова. Современные теории иммунитета Антитела, механизм образования комплекса антиген-антитело. Способы защиты от инфекций. Вакцинация. Механизмы действия вакцин.		ОК 01, ОК 04, ОК 07
	<b>Практическое занятие 13</b>		2	
	1.	Изучение возрастных особенностей лабораторных показателей в общем анализе крови детей дошкольного возраста		
<b>Тема 3.7 Мочеполовая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07
	1	<b>Строение и функции мочевыделительной системы.</b> Механизм образования и выведения мочи. Возрастные особенности строения и функции. Энурез Пол, признаки пола. Половое созревание. Особенности репродукции человека.		
	<b>Практическое занятие 14</b>			
	1	Составление рекомендаций для родителей «ЗППП и способы их профилактики»		
	<b>Самостоятельная работа</b>			
1	Поиск и обобщение информации по теме «Половое созревание»	2		
<b>Тема 3.8 Кожа.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1.	<b>Строение и функции кожи.</b> Особенности терморегуляции у детей. Волосы и ногти как производные кожных покровов.		
	<b>Практическое занятие 15</b>			
1.	Разработка мероприятий по профилактике педикулеза у детей	2		
<b>Тема 3.9 Железы внутренней секреции.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1	<b>Гормоны, механизм действия, свойства.</b> Гормоны гипофиза. Гипофиз как главная железа внутренней секреции. Понятие о тропных гормонах. Щитовидная железа и ее гормоны. Гипотиреоз и гипертиреоз. Профилактика гипотиреоза. Околощитовидные железы. Инсулин и его роль в углеводном обмене. Гормоны надпочечников. Кортизол. Половые гормоны.		
	<b>Практическое занятие 16</b>			
1.	Составление памятки для родителей «Профилактика иододефицита у детей дошкольного возраста»	2		
<b>Тема 3.10 Нервная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07
	1	<b>Центральная и периферическая нервная система.</b> Строение и функции головного и спинного мозга. 12 пар черепно-мозговых нервов. Рефлексы ствола мозга, промежуточный мозг, гипоталамус, ретикулярная формация Кора головного мозга, слуховая, зрительная, обонятельная зоны коры. Понятие о вегетативной нервной системе, симпатическая и парасимпатическая системы и их медиаторы.		
	2	<b>Высшая нервная деятельность.</b> Рефлексы как основа внд. Динамический стереотип. Особенности ВНД человека: Функциональная асимметрия мозга. Возрастные особенности ВНД. Основы сознания, внимания, памяти, мышления и речи. Сознание как высшая функция человеческого мозга. Память, виды памяти. Мышление, виды мышления. Понятие о сигнальной системе Сон, расстройства сна у детей дошкольного возраста		

	<b>Практическое занятие 17, 18, 19, 20</b>	6	
	1 Изучение функциональной асимметрии: асимметрии мышечных реакций, ведущего полушария		
	2 Определение зрительной и слуховой памяти		
	3 Определение темперамента		
	<b>Самостоятельная работа</b>	2	
	1 Подготовка сообщения на тему: «Сон и бодрствование детей дошкольного возраста. Расстройства сна.»		
<b>Тема 3.11. Анализаторы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1 <b>Общее строение анализаторов.</b> Рецепторный, проводниковый и центральный отделы и их функции. Органы чувств. Осязание, обоняние, вкус, вестибулярный аппарат. Строение и функции зрительного анализатора Оптическая система глаза. Механизмы восприятия света и цвета. Аномалии зрения. Профилактика близорукости. Слуховой анализатор. Наружное, среднее и внутреннее ухо. Механизм передачи звука. Расстройства слуха и их профилактика.		
	<b>Практическое занятие 21, 22</b>		
	1. Изучение функциональных особенностей зрительного анализатора 2. Изучение функциональных особенностей слухового анализатора и органа равновесия.		
<b>Раздел 4. Возрастная гигиена</b>			
<b>Тема 4.1 Физиологическое созревание и динамика процессов адаптации у детей дошкольного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1 <b>Среда жизнедеятельности человека.</b> Региональные особенности среды жизни. Адаптация организма к окружающей среде. Этиология и профилактика эндемических заболеваний детей дошкольного возраста. Биологические ритмы и их природа. Ритм сон-бодрствование. Стресс как общий адаптационный синдром, биологический смысл. Способы борьбы со стрессом. Адекватность физических и психических нагрузок функциональным возможностям ребенка и подростка. Утомление как нормальный физиологический процесс, переутомление. Нервная система детей, профилактика переутомления. Условия высокой продуктивности умственного труда.		
	<b>Практическое занятие 23, 24</b>	4	
	1 Определение школьной зрелости с помощью тестов 2 Анализ режима дня дошкольника.		
<b>Тема 4.2 Гигиена детей дошкольного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 04, ОК 07
	1 <b>Основы общей гигиены.</b> Гигиена воздуха, гигиена воды, гигиена почвы. Личная гигиена детей и подростков. Закаливание. Гигиенические требования к одежде и обуви детей. Режим как проявление динамического стереотипа.		
	2 <b>Гигиена учебно-воспитательного процесса.</b> Гигиенические требования к образовательной среде, зданию ДОУ. Основы гигиены: личная гигиена детей и подростков. Гигиенические нормы и правила сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста		
	<b>Практическое занятие 25, 26, 27</b>	4	
	1 Исследование детской одежды, обуви, игрушек, мебели на соответствие гигиеническим требованиям. 2 Изучение гигиенических требований к оборудованию групповых комнат, спален, туалетных комнат. Гигиенические требования к освещению, отоплению, санитарному содержанию помещений и участка		
<b>Тема 4.3</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	

<b>Основы профилактики инфекционных заболеваний детей дошкольного возраста</b>	1	<b>Особенности влияния факторов среды на здоровье детей и подростков.</b> Особенности региональных факторов среды и их влияние на здоровье детей дошкольного возраста; Инфекционные заболевания детей дошкольного возраста. Возбудители, способы заражения, профилактика		ОК 01, ОК 04, ОК 07
	<b>Практическое занятие 28, 29</b>		2	
	1	Изучение основных детских инфекционных заболеваний.		
<b>Консультация</b>			<b>2</b>	
<b>Экзамен</b>			<b>4</b>	
			<b>Всего:</b>	<b>106</b>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета естественно-научных и медико-биологических дисциплин; мастерские, лабораторные.

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

Технические средства обучения: интерактивная доска, проектор, компьютер с выходом в сеть интернет, принтер.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых 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. — ISBN 978-5-406-10302-9. — [URL:https://book.ru/book/944948](https://book.ru/book/944948) (дата обращения: 13.08.2022). — Текст : электронный.

2. 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). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452350> (дата обращения: 13.08.2022).

3. Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов - 14-е изд., стер. — Москва: Издательский центр «Академия», 2021. — 384 с

Дополнительные источники:

1. Гуровец Г.В. Возрастная анатомия и физиология: Основы профилактики и коррекции нарушений в развитии детей: Учеб. пособ. для СПО. — М.: Владос, 2013.

2. Самусев Р.П. Атлас анатомии человека: Учеб. пособ. — М.: Мир и образование, 2015.

3. Соловьева Л.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Л.А. Соловьева. — 1-е изд. — М.: Издательский центр «Академия», 2017. — 288 с.

## Интернет-ресурсы

1. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебная программа курса и планы семинарских занятий.

URL: [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=59411](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=59411)

2. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие.

URL: [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=40358](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=40358)

3. Анатомия. Курс лекций.: Федеральный портал "Российское образование"

URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm>

4. Гуляева С.И., Мещерякова М.Ю. Анатомия и физиология человека.: Практикум

URL: [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=26867](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=26867)

5. Фаллер А., Шюнке М. Анатомия и физиология человека : Учебник

URL:[http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=65301](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=65301)

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

<i>Результаты обучения</i>	<i>Методы оценки</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</li> <li>– основные закономерности роста и развития организма человека;</li> <li>– строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>– физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>– возрастные анатомо-физиологические особенности детей;</li> <li>– влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его</li> <li>– физическую и психическую работоспособность, поведение;</li> <li>– основы гигиены детей; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</li> <li>– основы профилактики инфекционных заболеваний</li> </ul>	<p>Устный опрос Экспертная оценка на практических занятиях Тестирование Экзамен</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li> <li>– применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li> <li>– оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте;</li> <li>– проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</li> <li>– обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе, при организации обучения и воспитания дошкольников.</li> </ul>	<p>Оценка результатов выполнения практической работы Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы Экзамен</p>

