

	Министерство образования и науки Республики Бурятия
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»
	Учебно – программная документация
	2.5. Учебный процесс
СК-УПД-РП-2.5.-23	Рабочая программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования

Рассмотрено на заседании ПЦК  
« \_\_\_\_\_ »  
Протокол № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

\_\_\_\_\_ И.О.Фамилия  
подпись

Утверждено  
Методическим советом  
ГБПОУ «ГЭТ»

\_\_\_\_\_ И.О.Фамилия  
Подпись  
Протокол № \_\_\_\_\_ от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОПД 03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	19

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

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

Программа учебной дисциплины является обязательной частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО углубленной подготовки 44.02.03. Педагогика дополнительного образования.

Данная программа может реализовываться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в формате электронных лекций, видео-конференций, выполнения заданий, размещенных на портале дистанционного обучения колледжа.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина принадлежит к учебному циклу общепрофессиональных дисциплин обязательной части.

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

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

-определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;

-применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;

-оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;

-проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей, подростков и молодежи;

-обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской, лаборатории) при организации обучения;

-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 и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;

-основные закономерности роста и развития организма человека; -  
строение и функции систем органов здорового человека;

-физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;

- возрастные анатомо-физиологические особенности детей, подростков и юношей;
- влияние процессов физиологического созревания и развития человека 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 учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям образовательной организации.

**Представленные умения и знания направлены на формирование общих и профессиональных компетенций:**

- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников).
- 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-тематические 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 и анализа деятельности других педагогов.

В целях реализации компетентностного подхода, в образовательном процессе используются активные и интерактивные формы проведения занятий: ролевые ситуации, разбор конкретных ситуаций, групповые дискуссии.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 111 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 74 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 37 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>111</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>74</i>
в том числе:	
практические занятия, вкл. семинары	<i>19</i>
контрольные работы	<i>8,5</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>37</i>
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения															
1	2	3	4															
<b>Раздел 1. Введение</b>		<b>2/0</b> (ауд./сам.)																
<b>Тема 1.1. Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2/0/0</b>																
	1 <b>Предмет и задачи дисциплины. Содержание возрастной анатомии, физиологии и гигиены</b> Значение изучения анатомо-физиологических особенностей детей для правильной организации оптимальных условий адаптации ребенка, учебно-воспитательного процесса, совершенствования физического и нервно-психического развития, обеспечения здоровья детей, повышения их работоспособности. Связь этих дисциплин с психолого-педагогическими и медицинскими дисциплинами. Краткий обзор анатомо-физиологических методов исследования функций организма. Прикладной аспект возрастной анатомии и физиологии. Значение дисциплины для диагностики детей, определения их готовности к обучению в школе.	2	1															
<b>Раздел 2. Общие закономерности роста и развития детей</b>		<b>6/4</b> (ауд./сам.)																
<b>Тема 2.1. Индивидуальное развитие организма</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2,5/0,5/0</b>																
	1 <b>Уровни организации организма человека</b> Общая схема строения организма человека (клетки, ткани, системы органов, функциональные системы, организм как единое целое). Основные свойства организма: обмен веществ и энергии с окружающей средой, саморегуляция, биологическая надежность, адаптация к внешней среде, способность к размножению.	0,5	2															
	2 <b>Индивидуальное развитие организма. Внутриутробное развитие</b> Понятие онтогенеза как индивидуального развития от зарождения и до смерти. Периодизация онтогенеза человека. Женские и мужские половые клетки. Гаметогенез: овогенез, сперматогенез. Процесс оплодотворения и его биологическое значение. Внутриутробное развитие. Эмбриогенез, гистогенез, органогенез. Плодный период внутриутробного развития.	1	1															
	3 <b>Внеутробное развитие</b> Постнатальный период онтогенеза. Рост и развитие организма. Возрастная периодизация. Характеристика возрастных периодов. Роль среды и наследственности в развитии человека (в становлении функций организма в разные возрастные периоды).	1	2															
	<b>Практические работы</b>																	
	1 Практическая работа №1 Клетка и ее органоиды	0,5	1															
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>																
	1 Повторение строения и функций органоидов животной клетки по материалу учебника	1																
	2 Заполнение таблицы в рабочей тетради	1																
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="3">Органоиды животной клетки</th> </tr> <tr> <th>Органоид</th> <th>Строение</th> <th>Функции</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ядро и ядрышко</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Цитоплазма</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Митохондрии</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Органоиды животной клетки			Органоид	Строение	Функции	Ядро и ядрышко			Цитоплазма			Митохондрии				
Органоиды животной клетки																		
Органоид	Строение	Функции																
Ядро и ядрышко																		
Цитоплазма																		
Митохондрии																		

		Эндоплазматическая сеть					
		Комплекс Гольджи					
		Рибосомы					
		Лизосомы					
<b>Тема 2.2. Основные закономерности роста и развития детей</b>	<b>Содержание учебного материала</b>					<b>1,5/0,5/1</b>	
	1	<b>Основные закономерности роста и развития (онтогенеза)</b> Основные закономерности онтогенеза: неравномерность роста и развития, неодновременность развития систем, биологическая надежность, зависимость роста и развития от генетических и средовых факторов, зависимость роста и развития от пола, акселерация. Критические и сенситивные периоды развития.				1	2
	2	<b>Хронологический (календарный) и биологический возраст</b> Хронологический возраст. Биологический возраст как отражение уровня морфофункционального развития и состояния организма. Способы оценки биологического возраста. Значение оценки соответствия биологического возраста паспортному для индивидуального подхода к обучению и воспитанию ребенка.				0,5	
	<b>Практические работы</b>						
	1	Практическая работа №2 Определение физического развития ребенка антропометрическими методами				0,5	2
	<b>Контрольная работа №1 по разделу «Общие закономерности роста и развития детей»</b>					1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>					<b>2</b>	
	1	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Особенности развития эмбриона»				1	
	2	Заполнение в рабочей тетради таблицы «Особенности развития эмбриона» с использованием дополнительной литературы				1	
	<b>Раздел 3. Развитие систем регуляции организма</b>					<b>10/2 (ауд./сам.)</b>	
<b>Тема 3.1. Гуморальная регуляция функций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>					<b>2,5/1,5/0</b>	
	1	<b>Понятие о гуморальной регуляции функций</b> Биологически активные вещества их источники. Железы внутренней секреции. Гормоны, их свойства и значение. Механизм действия гормонов на клетку. Гипоталамо-гипофизарная система, ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции. Взаимодействие эндокринных желез, становление функций с возрастом.				1	2
	2	<b>Семинарское занятие</b> <b>Возрастные особенности эндокринной системы</b> Влияние эндокринных желез на рост и развитие организма, обмен веществ, процессы жизнедеятельности, формирование иммунных реакции различные периоды онтогенеза. Сенситивные периоды к действию гормонов. Базовый уровень гормонов в крови, влияние гипер- и гипо- секреции эндокринных желе в разные периоды онтогенеза.				1	1
	3	<b>Строение и функции различных эндокринных желез в организме человека</b> Гипофиз, строение. Гормоны. Щитовидная железа, строение, гормоны их влияние на физическое и психическое развитие ребенка в эмбриональный постэмбриональный периоды. Паращитовидные железы, их влияние на развитие ребенка, обмен кальция в организме. Надпочечники их строение и функции. Гормоны коркового и мозгового слоя. Поджелудочная железа, её секреторная функция. Половые железы, их гормоны, влияние на рост и развитие детского организма. Половое воспитание детей.				1,5	2
<b>Практические работы</b>							

	1	Практическая работа №3 Железы внутренней секреции: морфологические особенности, гормоны, функции. (работа с раздаточными материалами)	0,5	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>	
	1	Составление схемы гипоталамо-гипофизарной системы с использованием материала учебника	1	
<b>Тема 3.2. Нервная регуляция функций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2/3/1</b>	
	1	<b>Понятие нервной регуляции функций</b> Значение и общий план строения нервной системы. Основные этапы развития. Нервная ткань. Нейрон - структурная и функциональная единица нервной системы. Возрастные особенности. Нейроглия, особенности строения и функции. Контакты между нейронами – синапсы.	1	2
	2	<b>Строение и функции центральной нервной системы</b> Морфофункциональное созревание отделов ЦНС. Строение и функции, возрастные особенности спинного мозга. Головной мозг - сложное иерархическое образование. Общие сведения, морфология, развитие в онтогенезе. Анатомия и физиология стволовых структур, конечного мозга. Сенсорные, моторные, ассоциативные зоны коры больших полушарий, функциональные свойства и формирование в онтогенезе.	1	2
	3	<b>Семинарское занятие</b> <b>Функции и возрастные особенности коры больших полушарий</b> Развитие интегративной деятельности коры, образование нейронных ансамблей по горизонталям и вертикалям. Особенности развития и становления функций лобной коры - высшего управленческого аппарата мозга. Изменение электрической активности мозга в онтогенезе. Становление ритма как показателя степени развития коры. Развитие корково-подкоркового взаимодействия. Функциональная асимметрия мозга, её становление в онтогенезе. Моторная, сенсорная и психическая асимметрия. Роль левого полушария в высших формах психической	2	2
	<b>Практические работы</b>			
	1	Практическая работа №4 Морфологические особенности спинного и головного мозга	0,5	2
	3	Практическая работа №5 Анатомия переднего мозга	0,5	2
	<b>Контрольная работа №2 по разделу «Развитие систем регуляции организма»</b>		1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>	
	1	Выполнение рисунка нейрона в рабочей тетради с использованием материала учебника	0,5	
2	Выполнение рисунка синапса в рабочей тетради с использованием материала учебника	0,5		
<b>Раздел 4. Морфофункциональные особенности сенсорных систем организма детей</b>			<b>4/2</b> <b>(ауд./сам.)</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1,5/1,5/1</b>	
<b>Тема 4.1. Морфофункциональные особенности сенсорных систем организма детей</b>	1	<b>Понятие сенсорных систем</b> Общая характеристика сенсорных систем, значение сенсорной информации для развития ребенка. Общий план строения сенсорных систем. Гетерохронное созревание сенсорных систем. Сенситивные периоды.	0,5	1
	2	<b>Зрительная сенсорная система</b> Развитие зрительной сенсорной системы в онтогенезе. Общий план строения анализатора, строения глаза, оптическая система, световосприятие. Возрастные изменения зрительных реакций. Нарушения зрения у детей и их профилактика. Гигиенические требования к освещению, учебникам, книгам, шрифтам, наглядным пособиям.	0,5	2
	3	<b>Слуховая сенсорная система. Другие виды сенсорных систем</b> Развитие слуховой сенсорной системы в онтогенезе. Значение и общий план строения, возрастные	0,5	2

	особенности, значение слуха в формировании речи у детей, гигиена слуха. Вестибулярный аппарат, строение и функции. Морская болезнь. Развитие обонятельной, вкусовой и соматической сенсорных систем в онтогенезе.		
	<b>Практические работы</b>		
	1   Практическая работа №6 Изучение строения глаза по таблицам и муляжам	0,5	2
	2   Практическая работа №7 Изучение рефлекторных реакций зрачка	0,5	2
	3   Практическая работа №8 Изучение строения уха по таблицам и муляжам	0,5	2
	<b>Контрольная работа №3 по разделу «Морфофункциональные особенности сенсорных систем организма детей»</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	1   Изучение дополнительной литературы по вопросу «Морская болезнь: причины и профилактика»	1	
	2   Составление в рабочей тетради конспекта «Морская болезнь: причины и профилактика»	1	
<b>Раздел 5. Нейрофизиологические аспекты поведения детей</b>		<b>16/9 (ауд./сам.)</b>	
<b>Тема 5.1. Формы поведения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3/1/0</b>	
	1   <b>Понятие безусловных и условных рефлексов</b> Сравнительная характеристика безусловных и условных рефлексов. Врожденные формы поведения: безусловные рефлексы, инстинкты. Классификация безусловных рефлексов, их биологическая роль в жизнедеятельности организма ребенка. Ориентировочный рефлекс. Его значение в формировании ориентировочно - исследовательского поведения ребенка.	1	2
	2   <b>Общая характеристика условных рефлексов</b> Приобретенные формы поведения как основа различных форм обучения. Условные рефлексы на время. Рефлексы подражания и их роль в формировании двигательных навыков, речи и социального поведения детей. Скорость выработки условных рефлексов и их устойчивость. Механизм формирования условного рефлекса.	1	2
	3   <b>Торможение условных рефлексов</b> Понятие торможения условных рефлексов. Внешнее (безусловное) торможение условных рефлексов: индукционное, запредельное. Внутреннее (условное) торможение: угасательное, дифференцировочное, запаздывающее, условный тормоз. Значение для обучения и воспитания детей.	1	2
	4   <b>Семинарское занятие</b> <b>Динамические стереотипы и их роль в жизнедеятельности организма</b> Аналитико-синтетическая деятельность коры головного мозга. Динамический стереотип (ДС). Механизм формирования. Образование ДС в процессе обучения и воспитания детей. Смена ДС в дошкольном, в младшем школьном возрасте. Динамический стереотип - основа выработки у детей привычек, навыков определенной системы поведения	1	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>3</b>	
	1   Изучение дополнительной литературы по вопросу «Инстинкты и их роль в жизнедеятельности»	1	
	2   Составление конспекта «Инстинкты и их роль в жизнедеятельности» в рабочей тетради	1	
	3   Подбор примеров разных видов торможения условных рефлексов с использованием материала учебника	1	
<b>Тема 5.2. Поведение как результат интегративной деятельности мозга</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>7/2/0</b>	
	1   <b>Понятие высшей нервной деятельности</b> Три функциональных блока управления высшей нервной и психической деятельности человека (А. Р. Лурия, 1973). Блок регуляции состояния активности или бодрствования. Блок получения переработки и хранения информации. Блок программирования, регуляции и контроля над психической	1	1

		Концепция функциональных систем ( П. К. Анохин) и её значения.		
	2	<b>Типы высшей нервной деятельности</b> Нейрофизиологические основы индивидуальных различий. Психологические особенности ВНД ребенка. Учение И.П. Павлова о типах ВНД, развитие учения. Оценка психологических особенностей детей. Значение выявления индивидуальных различий для обучения воспитания ребенка. Особенности педагогического подхода к детям различными типами ВНД.	1	2
	3	<b>Семинарское занятие</b> <b>Морфологические и нейрофизиологические основы речи</b> Речь как средство общения. Моторная и сенсорная речь. Этапы формирования речи. Восприятие речи детьми разного возраста. Особенности развития моторной речи. Структурно - функциональная асимметрия речевых центров. Значение речевой среды для развития речи ребенка. Речь как характеристика индивидуальных психологических особенностей ребенка. Речь и мышление.	2	2
	4	<b>Мотивации, потребности, эмоции. Основы стресса</b> Мотивации и эмоции. Потребности и их роль в формировании поведения. Биологическая роль эмоций. Физиологические основы эмоций. Стресс: понятие, причины, значение для организма. Нарушения ВНД у детей, причины и профилактика. Неврозы, причины их профилактики.	3	2
	5	<b>Закономерности изменения работоспособности у детей</b> Периодичность физиологических функций и умственной работоспособности. Фазы работоспособности, её дневная и недельная периодичность. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса. Мероприятия, способствующие повышению умственной и физической работоспособности детей.	2	2
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
	1	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Этапы развития речи у детей»	1	
	2	Составление конспекта в рабочей тетради «Этапы развития речи у детей»	1	
	3	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Профилактика нарушений ВНД у детей»	1	
	4	Составление рекомендаций для учителей и родителей по профилактике нарушений ВНД у детей	1	
		<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1/1/1</b>	
<b>Тема 5.3.</b> <b>Биологические ритмы</b>	1	<b>Понятие биологических ритмов</b> Биологические ритмы и их классификация. Суточный режим «сон-бодрствование». Фазы сна: медленный и быстрый сон. Продолжительность сна у детей разного возраста. Нарушения сна, их профилактика. Гигиена сна.	1	2
	2	<b>Семинарское занятие</b> <b>Режим дня ребенка</b> Режим дня как проявление динамического стереотипа. Гигиенические требования к режиму дня. Организация режима дня детей разного возраста. Значение правильного режима дня. Примерные схемы режима дня.	1	2
		<b>Контрольная работа №4 по разделу «Нейрофизиологические аспекты поведения детей»</b>	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	1	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Гигиена сна»	1	
	2	Составление в рабочей тетради памятки с правилами, которые необходимо соблюдать для поддержания здорового сна	1	
<b>Раздел 6. Опорно – двигательный аппарат детей. Гигиенические требования к оборудованию</b>			<b>6/3</b> <b>(ауд./сам.)</b>	

<b>образовательных учреждений</b>			
<b>Тема 6.1. Опорно – двигательный аппарат детей. Гигиенические требования к оборудованию образовательных учреждений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2/3/1</b>	
	1 <b>Опорно-двигательный аппарат. Значение и строение костной системы</b> Опорно-двигательный аппарат как совокупность костной и мышечной систем. Строение и функции костей, их развитие. Виды соединения костей. Рост и развитие скелета, изменение отделов скелета с возрастом.	1	2
	2 <b>Значение и строение мышечной системы</b> Мышцы скелета как орган движения. Периоды интенсивного роста скелетных мышц, последовательность развития различных групп скелетных мышц, потребность детей в движении. Нормы суточной активности ребенка в разные возрастные периоды. Формы двигательной активности.	1	2
	3 <b>Семинарское занятие</b> <b>Возрастные особенности ОДА. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и их профилактика</b> Формирование и развитие осанки ребенка, её виды, нарушения и профилактика. Гигиенические требования к оборудованию ДОУ и школы. Гигиенические требования к ранцам, сумкам, игрушкам, письменным принадлежностям, различным инструментам.	2	2
	<b>Практические работы</b>		
	1 Практическая работа №9 Получение минерального и органического вещества кости (демонстрация)	0,5	1
	2 Практическая работа №10 Правильная осанка	0,5	1
	<b>Контрольная работа №5 по разделу «Опорно-двигательный аппарат детей. Гигиенические требования к оборудованию образовательных учреждений»</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>3</b>	
	1 Изучение метода определения плоскостопия по инструкции для выполнения практических работ	0,5	
	2 Проведение практической работы №11 Определение наличия плоскостопия	0,5	
	3 Изучение дополнительной литературы по вопросу «Гигиенические требования к зданию и помещениям школы»	1	
4 Составление конспекта «Гигиенические требования к зданию и помещениям школы» в рабочей тетради	1		
<b>Раздел 7. Морфофункциональные особенности вегетативных систем. Гигиена. Возрастные особенности систем</b>		<b>28/17</b>	
<b>Тема 7.1. Кровь и кровообращение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6,5/1/0,5</b>	
	1 <b>Внутренняя среда организма. Лимфатическая система.</b> Понятие о внутренней среде организма: кровь, лимфа, межклеточная жидкость, их значения в поддержке гомеостаза. Лимфа и её значение. Лимфатические узлы, небные и глоточные миндалины, их значения в обеспечении защитных свойств детского организма.	2	2
	2 <b>Кровь: значение, строение и функции</b> Значения и состав крови. Функции клеток крови. Возрастные изменения состава крови. Гемолитическая желтуха новорожденного. Анемия у детей, профилактика анемии. Группы крови, резус-фактор. Антитела и антигены. Иммуитет, виды иммуитета. Аллергия и анафилактика.	2	2
	3 <b>Строение возрастные особенности кровеносной системы. Кровообращение</b> Строение и работа сердца. Возрастные изменения частоты и силы сердечных сокращений. Сосудистая система: артерии, вены, капилляры. Большой и малый круги кровообращения. Движение крови по	2,5	2

		сосудам. Особенности скорости движения крови у детей разного возраста. Рефлекторные реакции кровеносной системы ребенка при физических и психических нагрузках. Тренировка кровеносной системы. Развитие кровеносной системы во внутриутробный период.		
	<b>Практические работы</b>			
	1	Практическая работа №12 Определение пульса и артериального давления	0,5	2
	2	Практическая работа №13 Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки	0,5	1
	<b>Контрольная работа №6 по теме «Кровь и кровообращение»</b>		0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	
	1	Изучение строения и функций клеток крови с использованием материала учебника	0,5	
	2	Заполнение таблицы в рабочей тетради	0,5	
	Клетки крови			
		Группа клеток	Строение	Функции
		Количество в 1 мл крови	Место образования клеток	
		1. Эритроциты		
		2. Лейкоциты		
		3. Тромбоциты		
	3	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Иммунитет. Аллергия и анафилаксия у детей»	1	
	4	Составление конспекта в тетради по вопросу «Иммунитет. Аллергия и анафилаксия у детей»	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1/ 2,5/0,5</b>	
<b>Тема 7.2. Возрастные особенности дыхательной системы</b>	1	<b>Значение, строение и возрастные особенности дыхательной системы</b> Возрастные особенности дыхательной системы. Содержание учебного материала Значение дыхания. Строение и функции органов дыхания, изменения с возрастом. Газообмен в легких и тканях. Жизненная ёмкость легких, изменения с возрастом (МОД). Минутный объем дыхания. Дыхательный центр. Влияние внешних и внутренних факторов на функции дыхательного центра. Произвольное дыхание. Особенности произвольного дыхания у детей.	1	2
	2	<b>Семинарское занятие</b> <b>Гигиена дыхания и микроклимат в классе</b> Микроклимат ДОУ и школы. Вентиляция помещений. Гигиенические требования к отоплению детских	1	2
	<b>Практические работы</b>			
	1	Практическая работа №14 Определение времени задержки дыхания при разных условиях	0,5	1
	2	Практическая работа №15 Оценка запыленности воздуха учебного кабинета	0,5	2
	3	Практическая работа №16 Санитарное обследование температуры воздуха и определение коэффициента аэрации в кабинете	0,5	2
	<b>Контрольная работа №7 по теме «Возрастные особенности дыхательной системы»</b>		0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>4</b>	
	1	Изучение дополнительной литературы по вопросу ««Профилактика инфекционных заболеваний у детей»	1	
	2	Составление в рабочей тетради памятки с мерами профилактики инфекционных заболеваний у детей	1	
3	Изучение дополнительной литературы по вопросу ««Гигиенические требования к микроклимату в классе»»	1		
4	Составление конспекта по вопросу «Гигиенические требования к микроклимату в классе»	1		
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>3/0,5/0,5</b>	
<b>Тема 7.3. Возрастные особенности системы органов пищеварения</b>	1	<b>Строение и функции пищеварительной системы</b> Строение и функции органов пищеварения. Основные группы пищеварительных	1	2

		ферментов, особенности действия. Пищеварение в ротовой полости. Зубы, строение, возрастные изменения. Пищеварение в желудке и тонком кишечнике. Процесс всасывания. Роль печени в процессе пищеварения.			
	2	<b>Возрастные особенности и гигиена органов пищеварения</b> Возрастные изменения пищеварительной трубки и процессов пищеварения. Смена зубов. Гигиена полости рта. Кариес и его профилактика. Профилактика заболеваний желудка и кишечника у детей. Профилактика пищевых отравлений и кишечных инфекций у детей.	2	2	
	<b>Практические работы</b>				
	1	Практическая работа №17 Строение органов пищеварения (таблицы, муляжи)	0,5	2	
	<b>Контрольная работа №8 по теме «Возрастные особенности системы органов пищеварения»</b>		0,5		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>		
	3	Изучение материала учебника по вопросу «Кишечные инфекции у детей и их профилактика»	1		
	4	Составление в рабочей тетради конспекта «Кишечные инфекции у детей и их профилактика»	1		
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2,5/1/0,5</b>		
<b>Тема 7.4. Обмен веществ энергии. Питание. Гигиена питания</b>	1	<b>Обмен веществ и энергии</b> Понятие об обмене веществ в организме человека. Общий и основной обмен. Изменение интенсивности основного обмена в зависимости от пола и возраста. Индивидуальные варианты. Обмен белков, жиров и углеводов. Значение положительного азотистого баланса для развития детского организма. Особенности жирового и углеводного обмена у детей. Регуляция обменных процессов. Обмен минеральных солей и воды. Витамины, значение для роста и развития детского организма.	1,5	2	
	2	<b>Питание. Гигиена питания</b> Основы рационального питания. Энергетическая ценность пищи. Режим питания, гигиенические навыки приема пищи.	1	2	
	<b>Практические работы</b>				
	1	Практическая работа №18 Составление пищевого рациона для детей и подростков	1	3	
	<b>Контрольная работа №9 по теме «Обмен веществ и энергии. Питание. Гигиена питания»</b>		0,5		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>4</b>		
	1	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Роль воды в организме»	1		
	2	Составление конспекта в рабочей тетради «Роль воды в организме»	1		
	3	Изучение материала учебника по вопросу «Признаки недостатка витаминов в организме. Профилактика авитаминозов»	1		
	4	Заполнение таблицы в рабочей тетради	1		
		<b>Признаки недостатка витаминов в организме. Профилактика авитаминозов</b>			
		Витамин	Признаки недостатка витамина в организме	Продукты питания, богатые витамином	
		<b>Жирорастворимые витамины</b>			
	Витамин А				
	Витамин Д				
	Витамин Е				
	<b>Водорастворимые витамины</b>				
	Витамин С				
	Витамин В <sub>1</sub>				
	Витамин В <sub>6</sub>				

	Витамин В <sub>12</sub>			
<b>Тема 7.5. Возрастные особенности системы выделения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4/0/0</b>	
	1	<b>Значение и строение выделительной системы</b> Значение органов выделения (легкие, кишечник, кожа, почки). Пути выделения продуктов обмена. Почки - специализированный орган выделения: макро- и микроструктура. Нефрон - структурная единица почки. Состав и образование мочи. Изменение состава мочи в зависимости от состава пищи. Регуляция мочеобразования и мочевыделения. Произвольное мочевыделение у детей.	2	2
	2	<b>Возрастные особенности и гигиена выделительной системы</b> Формирование мочевыделительной системы в процессе онтогенеза. Состав и образование мочи у детей. Энурез, его причины и профилактика. Факторы, провоцирующие воспалительные заболевания органов выделения. Профилактика заболеваний мочевыделительной системы	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
	1	Изучение дополнительной литературы по вопросу «Профилактика заболеваний мочевыделительной системы у детей»	1	
	2	Составление в рабочей тетради памятки с мерами профилактики заболеваний мочевыделительной системы у детей»	1	
<b>Тема 7.6. Терморегуляция организма ребёнка. Гигиенические требования к одежде и обуви</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2/1/1</b>	
	1	<b>Семинарское занятие</b> <b>Значение и строение кожи.</b> Строение и функции кожи. Участие кожи в процессе терморегуляции. Гигиена кожи и ее производных (волос, ногтей).	1	2
	2	<b>Терморегуляция организма детей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви</b> Химическая и физическая терморегуляция, её механизмы поддержания температуры тела. Терморегуляция в период новорожденности, изменения терморегуляции с возрастом. Закаливание детского организма. Основные принципы и средства закаливания. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.	2	2
	<b>Контрольная работа №10 по темам 7.5., 7.6.</b>		1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
	1	Изучение материала учебника по вопросу «Профилактика кожных заболеваний»	1	
	2	Составление в рабочей тетради памятки с мерами профилактики кожных заболеваний у детей	1	
<b>Раздел 8.</b>		<b>2</b>		
<b>Тема 8.1. Обобщение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2/0</b> <b>(авт./сам.)</b>	
	1	Обобщение по учебной дисциплине Возрастная анатомия, физиология и гигиена	2	3
<b>Всего:</b>			<b>111</b>	
<b>Экзамен</b>				

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета физиологии, анатомии и гигиены.

Оборудование учебного кабинета: 30 посадочных мест (см. паспорт кабинета).

Технические средства обучения: занятия с использованием технических средств обучения проводятся на базе лаборатории информатики.

Для организации электронного обучения с применением дистанционных образовательных технологий может использоваться система электронного обучения Moodle, сервис ZOOM электронная почта; электронная библиотека – ЭБС «Юрайт»; система интернет-связи skype; социальные сети; телефонная связь.

Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине с применением дистанционных образовательных технологий включает в себя компьютер/ноутбук/планшет; средства связи преподавателей и обучающихся.

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

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

###### **Основные источники:**

Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2018. — 414 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/414667>

###### **Дополнительные источники:**

1. Голубев, В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / В. В. Голубев. — 2-е изд., стер. — Москва: Академия, 2013. — 240 с.

Сапин М. Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебник для студ. образ. учреждений СПО / М. Р. Сапин, В.И. Сивоглазов. — 8-е изд., стер. — Москва: Академия, 2011. — 384 с.

###### **Интернет-ресурсы:**

1. Атлас анатомии человека [Электронный ресурс]: сайт. — URL: <http://www.anatomcom.ru/>

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

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ и контрольных работ.

Формы и методы текущего контроля и промежуточной аттестации доводятся до сведения обучающихся на первом занятии по учебной дисциплине.

Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией в форме экзамена.

Для текущего контроля и промежуточной аттестации образовательным учреждением создаются фонды оценочных средств (ФОС). ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям оценки результатов подготовки.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой .

##### Универсальная шкала оценки индивидуальных образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
70 ÷ 89	4	хорошо
50 ÷ 69	3	удовлетворительно
менее 50	2	неудовлетворительно

Формируемые ОК и ПК	Результаты обучения (усвоенные знания и умения)	Формируемые ОК и ПК
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников). 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	В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен <b>уметь</b> : -определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; -применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; -оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и	ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников). 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

<p>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-тематические 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 и анализа деятельности других педагогов</p>	<p>развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;  -проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей, подростков и молодежи;  -обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской, лаборатории) при организации обучения;  -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;  <b>знать:</b>  -основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;  -основные закономерности роста и развития организма человека; - строение и функции систем органов здорового человека;  -физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;  -возрастные анатомо-физиологические особенности детей, подростков и юношей;  -влияние процессов физиологического созревания и развития человека 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 учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям</p>	<p>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-тематические 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 и анализа деятельности других педагогов</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	образовательной организации	
--	-----------------------------	--

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504707717602515670935380417862998762092077159056

Владелец Спасов Баир Михайлович

Действителен с 06.03.2023 по 05.03.2024