

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена на основании ФГОС СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования от 14.11.2023 г. № 855 и с учетом примерной образовательной программы.

Организация разработчик: Профессиональная образовательная организация автономная некоммерческая организация «Колледж культуры и спорта» (ПОО АНО ККС)

Разработчик: Борнякова Юлия Михайловна – преподаватель биологии, анатомии, физиологии, гигиены, медико-биологических и социальных основ здоровья

«Рассмотрено» на заседании ПЦК Специальностей социально-экономического и гуманитарного профилей ПОО АНО ККС «27» мая 2026г. протокол № СТП ПЦК 012/26

Председатель ПЦК  /Борнякова Ю.М./
«Согласовано»

Методист  /Александрова Е.А./

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.5 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 08.

Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

<i>Код ОК</i>	Уметь	Знать
ОК 01	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте, анализировать и выделять её составные части определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать составленный план, определять необходимые ресурсы выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в профессиональном и/или социальном контексте методы работы в профессиональной и смежных сферах порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02	определять задачи для поиска информации, планировать процесс поиска, выбирать необходимые источники информации выделять наиболее значимое в перечне информации, структурировать получаемую информацию, оформлять результаты поиска оценивать практическую значимость результатов поиска применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач использовать современное программное обеспечение в профессиональной деятельности – использовать различные цифровые	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности приемы структурирования информации формат оформления результатов поиска информации современные средства и устройства информатизации, порядок их применения – программное обеспечение в профессиональной деятельности, в том числе цифровые средства

	средства для решения профессиональных задач	
ОК 08	<p>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.</p>	<p>– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>– основы здорового образа жизни;</p> <p>– условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</p> <p>средства профилактики перенапряжения.</p>

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т.ч. в форме практической подготовки	38
в т. ч.:	
теоретическое обучение	26
практические занятия	34
Самостоятельная работа	4
Консультация	2
Промежуточная аттестация - экзамен	6

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Раздел 1. Введение в курс возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Организм как единое целое.		10/7	
Тема 1.1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. Предмет, содержание и задачи дисциплины Уровни организации жизни	Содержание	3/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Анатомия и физиология как науки о строении человека. Значение этих наук в развитии педагогики, психологии, физиологии питания, гигиены и других дисциплин. Гигиена, как наука о сохранении и укреплении здоровья человека. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.	1	
	2. Органы и системы органов. Топографическое расположение органов и частей тела. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 1. «Основные плоскости, оси тела человека и условные линии, определяющие положение органов и их частей в теле».	2	
Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека	Содержание	4/3	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Онтогенез. Периоды онтогенеза: пренатальный, натальный, постнатальный. Возрастная периодизация. Исторический характер возрастной периодизации. Критерии возрастных этапов развития. Различные классификации периодизаций детского возраста. Критические периоды.		
	2. Понятие роста и развития. Рост и развитие и их связь с объективно существующими законами биологических систем и организма в целом; генетическая обусловленность роста и развития; влияние среды: закон прогрессивного дифференцирования (И.И. Шмальгаузен); обусловленность роста и развития полом ребёнка (половой диморфизм). Характерные особенности роста и развития: гетерохронность, этапность. Функциональные свойства организма: резистентность, реактивность, адаптация. Факторы, влияющие на рост и развитие детей. Понятие акселерации, её значение.	1	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 2. «Характеристика возрастных периодов»	1	
	Практическое занятие 3. «Оценка морфофункционального типа конституции, как	2	

	проявления взаимоотношений организма и среды»		
Тема 1.3. Методы возрастной анатомии и физиологии	Содержание	3/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Методы возрастной анатомии и физиологии. Общие методы анатомии и физиологии. Специальные методы. Медицинские методы. Общая характеристика методик антропометрических исследований детей.	1	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 4. «Определение антропометрических показателей для оценки физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста»	2	
Раздел 2. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков		37/21	
Тема 2.1. Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности	Содержание	1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика нервной системы. Значение нервной системы, её развитие, методы исследования. Основные структуры нервной ткани: нейрон и нейроглия, их функциональное значение. Виды нейронов, раздражимость и возбудимость как свойство нервной ткани, нервные волокна и их свойства, нервные центры. Синапс.	1	
	2. Понятие рефлекса. Рефлекс. Рефлекторная дуга. Рефлекторное кольцо. Соматическая нервная система, вегетативная нервная система.		
Тема 2.2. Морфо-функциональные особенности центральной нервной системы	Содержание	2/1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Центральная нервная система. Спинной мозг: строение и функции. Рефлексы спинного мозга, возрастные особенности спинномозговых рефлексов.	1	
	2. Головной мозг: отделы головного мозга, кора больших полушарий, локализация функций в коре больших полушарий. Гипоталамо-гипофизарная система Лимбическая система. Асимметрия полушарий головного мозга.		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 5. «Исследование основных видов рефлексов человека»	1	
Тема 2.3 Возрастные анатомо-физиологические особенности анализаторов	Содержание	4/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Анализаторы. Учение И.П. Павлова об анализаторах. Общее строение анализатора: периферическая, проводниковая и центральная части. Современное учение о сенсорных системах.	2	
	2. Зрительный и слуховой анализатор. Общее строение зрительной и слуховой сенсорной системы. Особенности их развития у детей и подростков. Особенности развития в различные возрастные периоды, их значение для развития речевой и психической деятельности. Значение зрительной сенсорной системы и особенности развития. Особенности строения глазного яблока. Оптическая система глаза. Аккомодация. Рефракция глаза. Бинокулярное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Цветоощущение. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Бинокулярное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Возрастные		

	особенности зрительных рефлекторных реакций. Значение зрения для развития речи. Значение слуховой сенсорной системы и особенности развития. Анатомические особенности в различные возрастные периоды. Возрастные особенности слухового и вестибулярного анализаторов		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 6. «Исследование и описание физиологических характеристик зрительного и слухового анализаторов. Взаимодействие анализаторов».	2	
Тема 2.4. Гигиена зрения и слуха.	Содержание	2/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Гигиена зрительной и слуховой сенсорной системы. Значение гигиены занятий в детском саду и школе с учётом возрастных анатомо- физиологических особенностей сенсорных систем.	1	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 7. «Разработка консультации для родителей о профилактике нарушений зрения и слуха у детей дошкольного и младшего школьного возраста».	1	
Тема 2.5. Возрастные анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы	Содержание	3/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика опорно-двигательной системы. Костная система. Пассивная часть ОДС. Состав ОДС, функции скелета. Строение костной ткани, строение костей, стадии развития костей, ядра окостенения, факторы, влияющие на рост и развитие кости. Виды соединения костей. Строение и значение сустава. Возрастные и функциональные изменения костей. Строение осевого скелета: позвоночник, грудная клетка, череп. Возрастные особенности. Строение добавочного скелета: скелет верхних и нижних конечностей. Возрастные особенности.	1	
	2. Мышечная система. Активная часть ОДС. Строение мышц. Виды мышечной ткани. Работа мышц. Статическая и динамическая работа мышц. Развитие и усложнение координации движений, показатели работы двигательного аппарата: силы, скорости, выносливость, влияние физической активности на развитие двигательного аппарата в целом. Гиподинамия, гипокинезия, её последствия.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 8. «Определение топографического расположения костей и суставов с использованием скелета человека, дидактического материала»	1	
	Практическое занятие 9. «Определение мышечного утомления»	1	
Тема 2.6. Профилактика нарушений опорно-двигательной системы	Содержание	3/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Осанка, её нарушения. Профилактика нарушений осанки. Гигиенические требования к детской мебели, портфелям, школьным ранцам и аналогичным изделиям для детей, к размеру детской обуви и одежды. Плоскостопие. Значение физических упражнений в укреплении свода стопы.	1	
	В том числе практических занятий	2	

	Практическое занятие 10. «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»	1	
	Практическое занятие 11. «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей дошкольного и младшего школьного возраста на сохранение правильной осанки»	1	
Тема 2.7. Внутренняя среда организма. Кровь.	Содержание	1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	Общая характеристика сердечно-сосудистой системы. 1. Внутренняя среда организма, ее компоненты. Состав и свойства внутренней среды организма. Гомеостаз. Общая схема кровообращения. Лимфа и лимфообращение. Кровь: функции, состав и физиологические свойства. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их функции. Плазма крови. Свёртываемость крови, группы крови, резус – фактор, переливание крови.	1	
Тема 2.8. Возрастные анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Работа сердца.	Содержание	4/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Кровеносные сосуды, их виды. Сердце: строение, возрастные особенности. Работа сердца. Цикл сердечной деятельности, регуляция работы сердца. Понятие «систола», «диастола», «пауза». Особенности сокращений сердца у плода и новорожденных. Систолический и минутный объемы крови. Движение крови по сосудам, кровяное давление, круги кровообращения. Частота сердечных сокращений в различные возрастные периоды. Механизм непрерывного движения крови по сосудам. Гуморальная и нервная регуляции кровообращения. Кровяное давление его особенности в детском возрасте. Влияние нагрузки на кровеносную систему. Тренировка сердца ребёнка.	2	
	2. Лимфатическая система: функции, сосуды и лимфоузлы. Механизм образования лимфы.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 12. «Определение АД и пульса»	1	
	Практическое занятие 13. «Анализ опыта Данини – Ашнера»		
Практическое занятие 14. «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку»	1		
Тема 2.9. Иммуитет	Содержание	1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Понятие иммунитета. Виды иммунитета: специфический, неспецифический. Вакцинация. Органы иммунной системы. Причины сниженного иммунитета. Проявления сниженного иммунитета.	1	
Тема 2.10. Возрастные	Содержание	2/1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.

анатомо-физиологические особенности дыхательной системы	1. Общая характеристика дыхательной системы. Значение дыхания в жизнедеятельности и развитии организма. Химический состав атмосферного воздуха и его значение для здоровья. Особенности дыхания в пре- и постнатальном периодах. Воздухоносные пути: носовая полость, гортань, трахея, бронхи, их возрастные особенности. Особенности строения гортани и голосового аппарата у детей. Лёгкие. Положение лёгких в грудной клетке, плевральная полость.	1	
	2. Акты вдоха и выдоха. Значение дыхательных мышц в акте дыхания. Жизненная емкость лёгких, частота и глубина дыхания. Газообмен в лёгких, в тканях. Типы дыхания в различные возрастные периоды. Особенности дыхания новорожденного (диафрагмальный тип). Связь типа дыхания с началом хождения (грудное, грудобрюшное). Половые различия дыхания (грудной и брюшной типы).		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 15. «Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах».	1	
	Практическое занятие 16. «Методы определения показателей дыхательной системы».		
Тема 2.11. Гигиена дыхания	Содержание	2/1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Основные гигиенические показатели воздушной среды. Микроклимат. Гигиена дыхания детей.	1	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 17. «Анализ микроклимата учебного кабинета»	1	
Тема 2.12. Возрастные анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы	Содержание	3/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика пищеварительной системы. Значение и строение органов пищеварения. Значение трудов И.П.Павлова в создании учения о функциях органов пищеварения.	1	
	2. Строение органов пищеварения. Органы пищеварительной системы: ротовая полость, строение зубов, желудок, кишечник. Пищеварительные железы.		
	3. Процесс пищеварения. механическая и химическая обработка пищи на всех этапах пищеварения. Секреторная функция пищеварительных желез. Приспособление их функций к характеру и режиму питания. Пищеварение в ротовой полости, желудке, тонком и толстом кишечнике. Всасывание. Нейрогуморальная регуляция пищеварения. Возрастные особенности пищеварения.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 18. «Определение топографического расположения органов пищеварительной системы с использованием дидактических материалов»	1	
	Практическое занятие 19. «Характеристика возрастных особенностей пищеварения»	1	
Тема 2.13. Обмен	Содержание	2/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.

веществ и энергии	1. Понятие обмена веществ. Возрастные особенности, виды обмена веществ. Витамины: классификация, роль в организме. Ассимиляция и диссимиляция. Этапы обмена веществ. Энергетический обмен, суточные затраты энергии у детей и взрослых. Пища как источник веществ и энергии в организме.	1	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 20. «Вычисление основного обмена по таблицам и по формуле Рида»	1	
Тема 2.14. Гигиена питания	Содержание	1/1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Гигиена питания. Физиологические основы рационального, сбалансированного питания, витамины и их роль в обмене веществ. Понятие здорового питания и профилактика пищевых отравлений. Санитарно-гигиенические требования к организации питания детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1	
Тема 2.15. Возрастные анатомо-физиологические особенности выделительной системы. Почки.	Содержание	1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика мочевыделительной системы. Строение и функции органов мочевыделительной системы. Возрастные особенности мочевыделительной системы.	1	
	2. Мочеобразование. Этапы образования мочи. Механизм мочевыделения. Развитие регуляторных механизмов произвольного мочеиспускания.		
Тема 2.16. Кожа. Гигиена кожи.	Содержание	4/3	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика кожи. Производные эпидермиса. Физиологическое значение и строение кожи: эпидермис, дерма, подкожно-жировая клетчатка. Производные эпидермиса. Возрастные особенности кожи. Особенности терморегуляции у детей.	1	
	2. Личная гигиена детей и подростков. Уход за кожей, ногтями и волосами детей. Профилактика кожных заболеваний, ожогов, отморожений. Гигиенические требования к одежде и обуви детей. Закаливание. Принципы закаливания.		
	3. Исследование кожной рецепции. Адаптация рецепторов	2	
	4. Изучение и анализ методик проведения закаливающих процедур детей	1	
Тема 2.17. Возрастные анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы	Содержание	1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика репродуктивной системы. Строение и функции органов репродуктивной системы. Половое созревание. Понятие физиологической, психологической и социальной зрелости.	1	
Раздел 3. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение		9/3	

Тема 3.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности эндокринной системы	Содержание	1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Общая характеристика эндокринной системы. Строение желёз внутренней секреции. Общие признаки эндокринных желёз, значение и структура гормонов, особенности их физиологической активности. Классификация гормонов. Возрастные особенности эндокринной системы. Процессы функционирования эндокринных желёз в дошкольном и младшем школьном возрасте.	1	
Тема 3.2. Высшая нервная деятельность детей и подростков	Содержание	2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Высшая нервная деятельность. Значение работ И.М. Сеченова и И.П. Павлова в изучении функции коры головного мозга. Учение о высшей нервной деятельности. Условные и безусловные рефлексы, их различия и значение. Выработка условных рефлексов. Биологическое значение условных рефлексов. Торможение условных рефлексов и их особенности в детском и подростковом возрасте. Динамический стереотип, как основа привычек и навыков. Механизм его формирования.	2	
Тема 3.3. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей.	Содержание	3/1	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Типология ВНД. Характеристика основных типов высшей нервной деятельности животных и человека. Критерии И.П. Павлова для типологических свойств нервной системы (сила процессов возбуждения и торможения, их уравновешенность, подвижность). Основные типы высшей нервной деятельности животных и человека. Типы высшей нервной деятельности (И.П. Павлов) и соотношение их с учением о темпераментах (Гиппократ). Основные положения по формированию типологических особенностей. Зависимость формирования типологических особенностей от социальных факторов, процессов воспитания и обучения. Пластичность типов ВНД.	2	
	2. Выявление типологических особенностей ВНД детей и подростков	1	
Тема 3.4. Психическая деятельность. Первая и вторая сигнальные системы	Содержание	3/2	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
	1. Физиологические основы психических процессов человека. Асимметрия мозга. Учение И.П. Павлова о двух сигнальных системах действительности. Становление в процессе развития ребёнка сенсорных и моторных механизмов речи. Возрастные особенности взаимодействия первой и второй сигнальных систем. Речь и её функции. Развитие речи у ребёнка. Память. Физиологические основы памяти. Внимание. Физиологические основы внимания.	1	
	2. Физиологические основы утомления и переутомления. Признаки, характеристика, особенности возникновения у детей. Гигиена учебно-воспитательной работы. Значение режима дня. Периодичность физиологических функций и умственной работоспособности. Физиология сна.		
	3. Выявление межполушарной асимметрии	1	
	Определение школьной зрелости по тексту Керна – Ирасек	1	

Раздел 4. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в ДОО		4/3	ОК 01.ОК 02.ОК 08.
Тема 4.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях	Содержание	4/3	
	1. Предмет и задачи гигиены детей. История развития гигиены детей как науки и учебной дисциплины. Нормирование в гигиене детей. Принципы нормирования.	1/1	
	2. Нормативные документы, определяющие гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.		
	3. Работоспособность. Фазы работоспособности. Особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени. Гигиенические требования к помещениям образовательной организации, режиму дня.	1/1	
	4. Определение работоспособности детей и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»		
	5. Планирование мероприятий по профилактике заболеваний детей под руководством медицинского работника образовательной организации.	1/1	
6. Анализ и гигиеническая оценка режима дня детей	1/1		
Самостоятельная работа по материалу		4	
Консультация		2	
Промежуточная аттестация - экзамен		6	
Всего:		72/34	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Освоение программы учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена предполагает (согласно ФГОС по специальности **44.02.03 Педагогика дополнительного образования** наличие в профессиональной образовательной организации, реализующей образовательную программу среднего профессионального образования в пределах освоения ППССЗ СПО, учебного кабинета физиологии, анатомии и гигиены человека, оснащенного в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы по специальности.

В кабинете имеется мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию. В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя (стол, стул, компьютер, проектор, доска, экран);
- столы и стулья для обучающихся;
- различные наглядные пособия;
- макет скелета человека;
- плакаты медицинские.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего профессионального образования.

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой по возрастной анатомии, физиологии и гигиене и т. п.

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по возрастной анатомии, физиологии и гигиене, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам и др.).

Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Красноперова, Н. А. Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья: практикум / Н. А. Красноперова. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2023. — 228 с. — ISBN 978-5-4263-1169-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/130156.html> (дата обращения: 09.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Айзман, Р.И. Возрастная анатомия физиология и гигиена (для педагогических специальностей): Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова, Я.Л. Завьялова — Москва: КноРус, 2026. — 403 с. — (для педагогических специальностей). — ISBN 978-5-406-16480-8. — URL: <https://book.ru/book/962764> (дата обращения: 07.04.2026). — Текст: электронный.

3. Айзман, Р. И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Р. И. Айзман, Н. Ф. Лысова, Я. Л. Завьялова. — Москва: КноРус, 2026. — 403 с. — ISBN 978-5-406-15849-4. — URL: <https://book.ru/book/961214> (дата обращения: 07.04.2026). — Текст: электронный.

4. Красноперова, Н. А. Возрастная анатомия и физиология: практикум / Н. А. Красноперова. — 2-е изд. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2024. — 216 с. — ISBN 978-5-4263-0459-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/145821.html> (дата обращения: 07.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья: учебное пособие / Л. И. Алешина, Л. А. Корнилова, Е. Ю. Надежкина, М. В. Мужиченко. — Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2025. — 110 с. — ISBN 978-5-9935-0474-2. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/154804.html> (дата обращения: 07.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре: учебное пособие для СПО / О. В. Тулякова. — Саратов, Москва: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 106 с. — ISBN 978-5-4488-2134-9, 978-5-4497-3258-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/141343.html> (дата обращения: 07.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/141343>

7. Анатомия человека: учебное пособие / Э. С. Кафаров, Т. С. Докаева, И. У. Вагабов, О. К. Зенин. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 114 с. — ISBN 978-5-4497-4523-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/152425.html> (дата обращения: 07.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/152425>

8. Кабак, С. Л. Анатомия человека: учебник / С. Л. Кабак. — Минск: Адукацыя і выхаванне, 2025. — 224 с. — ISBN 978-985-34-0218-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/155308.html> (дата обращения: 07.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

Дополнительные источники:

1. Марысаев, В. Б. Атлас анатомии человека / В. Б. Марысаев. — 2-е изд. — Москва: РИПОЛ классик, 2016. — 576 с. — ISBN 978-5-386-04919-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85563.html> (дата обращения: 11.07.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Загускин, С. Л. Ритмы клетки и здоровье человека / С. Л. Загускин. — Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2010. — 292 с. — ISBN 978-5-9275-0777-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/47113.html> (дата обращения: 23.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/93803.html> (дата обращения: 23.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/93803>

Интернет-ресурсы

1. Министерство образования и науки Российской Федерации (<http://минобрнауки.рф/>);
2. Федеральный портал "Российское образование" (<http://www.edu.ru/>);
3. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (<http://window.edu.ru/>);
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (<http://school-collection.edu.ru/>);
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (<http://fcior.edu.ru/>);

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	Электронная библиотека учебной литературы, предоставляющая доступ к учебникам, пособиям, монографиям, научным журналам и другому электронному контенту	https://www.iprbookshop.ru/
2	Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» Издательство "Кнорус"	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам	https://book.ru/
3	Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»	Это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний.	https://cyberleninka.ru/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<p>определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма детей; использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка; оценивать влияние факторов внешней среды на физиологические процессы организма человека; определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков; учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса; применять знания о гигиене в практической деятельности; проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний школьного возраста; обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей школьного возраста.</p>	<p>принятыми в анатомии названиями; согласно возрастной периодизации объясняет возрастные особенности строения организма детей; определяет с помощью соответствующего инструментария антропометрические показатели и оценивает их с учетом возраста и пола ребенка; проводит анализ и оценку влияния факторов внешней среды на физиологические процессы организма человека с помощью простых методик; анализирует и точно соотносит имеющиеся характеристики типов ВНД с имеющейся характеристикой ребенка; оценивает особенности физической работоспособности ребенка в течение образовательного процесса; демонстрируют умение применять знания о гигиене систем органов при разработке информационных материалов; предлагает меры профилактического воздействия для детей школьного возраста; составляют рекомендации по профилактике заболеваний детей обеспечивает соблюдение гигиенических требований согласно СанПиН при организации обучения младшего школьного возраста.</p>	<p>практической работы</p>
---	---	----------------------------