

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена на основании ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах от 17.08.2022 г. № 742, (в ред. Приказа Минпросвещения России от 03.07.2024 N 464), 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 № ССЭГП 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 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09.

Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ОК | 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 | 70 |
| в т.ч. в форме практической подготовки | 38 |
| в т. ч.: | |
| теоретическое обучение | 32 |
| практические занятия | 26 |
| 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | | 41/23 | |
| Тема 2.1. Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности | Содержание | 1 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 1. Анализаторы. Учение И.П. Павлова об анализаторах. Общее строение анализатора: периферическая, проводниковая и центральная части. Современное учение о сенсорных системах. | 2 | |
| | 2. Зрительный и слуховой анализатор. Общее строение зрительной и слуховой сенсорной системы. Особенности их развития у детей и подростков. Особенности развития в различные возрастные периоды, их значение для развития речевой и психической деятельности. Значение зрительной сенсорной системы и особенности развития. Особенности строения глазного яблока. Оптическая система глаза. Аккомодация. Рефракция глаза. Бинокулярное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Цветовосприятие. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Бинокулярное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Возрастные | | |

| | | | |
|---|--|------------|---|
| | особенности зрительных рефлекторных реакций. Значение зрения для развития речи. Значение слуховой сенсорной системы и особенности развития. Анатомические особенности в различные возрастные периоды. Возрастные особенности слухового и вестибулярного анализаторов | | |
| | 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 | 3/2 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | 2 | |
| | Практическое занятие 7. «Разработка консультации для родителей о профилактике нарушений зрения и слуха у детей дошкольного и младшего школьного возраста». | 2 | |
| Тема 2.5. Возрастные анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы | Содержание | 3/2 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | 5/4 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | 4 | |

| | | | |
|---|--|------------|---|
| | Практическое занятие 10. «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование» | 2 | |
| | Практическое занятие 11. «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей дошкольного и младшего школьного возраста на сохранение правильной осанки» | 2 | |
| Тема 2.7. Внутренняя среда организма. Кровь. | Содержание | 1 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. |

| | | | |
|--|--|------------|---|
| 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 | ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | 3/2 | ПК 1.1, ПК 1.2. |

| | | | |
|--|--|-------------|---|
| 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 | ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | В том числе практических занятий | 2 | |
| | Практическое занятие 20. «Вычисление основного обмена по таблицам и по формуле Рида» | 1 | |
| Тема 2.14. Гигиена питания | Содержание | 1/1 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | 4/4 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | 2 | |
| Тема 2.17. Возрастные анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы | Содержание | 1 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | | 15/3 | |

| | | | |
|---|--|------------|---|
| Тема 3.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности эндокринной системы | Содержание | 1 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| | 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 | | | ПК 1.1, ПК 1.2. ОК 01.ОК 02.ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 06. ОК 09. |
| Тема 4.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях | Содержание | 6/5 | |
| | 1. Предмет и задачи гигиены детей. История развития гигиены детей как науки и учебной дисциплины. Нормирование в гигиене детей. Принципы нормирования. | 2/1 | |
| | 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. | | |
| | 4. Определение работоспособности детей и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам» | 1/1 | |
| | 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: | | 70/38 | |

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 **44.02.02 Преподавание в начальных классах** 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 |
|---|---|---|
| <p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 раннего и дошкольного 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 ДОО. | <ul style="list-style-type: none"> – 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 ДОО; – описывает строение и функции систем органов здорового человека; – объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; – дает характеристику возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей раннего и дошкольного возраста; – определяет типологические особенности ВНД детей; – описывает влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую | <ul style="list-style-type: none"> – устный опрос по темам, – проверочные; – анализ и оценка решения тестовых заданий; |

| | | |
|---|--|--|
| | <p>работоспособность, поведение;</p> <ul style="list-style-type: none"> – характеризует принципы гигиены систем органов; – анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; <p>дает описание гигиенических требований к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации в соответствии с нормативными документами.</p> | |
| <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 | <ul style="list-style-type: none"> – точно показывает на муляжах и иллюстрациях, называет органы и части тела в соответствии с 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 | <p>оценка результатов выполнения практической работы</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста; – обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста. | <p>работоспособности ребенка в течение образовательного процесса;</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрируют умение применять знания о гигиене систем органов при разработке информационных материалов; – предлагает меры профилактического воздействия для детей дошкольного возраста; – составляют рекомендации по профилактике заболеваний детей <p>обеспечивает соблюдение гигиенических требований в группе согласно СанПиН при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста.</p> | |
|---|---|--|