

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 1/15

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ГАПОУ ЧАО
«ЧМК»:

О. Н. Гришин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.03 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

Анадырь 2022 г.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 2/15

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по специальности **44.02.01 Дошкольное образование** укрупненной группы специальностей 44.00.00 44.00.00 Образования и педагогические науки направления подготовки Образование и педагогические науки.

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Чукотского автономного округа «Чукотский многопрофильный колледж» (далее ГАПОУ ЧАО «ЧМК»)

Разработчик:

Смольская Янина Чеславна, преподаватель ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Регистрационный № ДО (9) 304-22 от 07.12.2021 г.

Рекомендована Методическим советом ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Протокол № 04 от «14» декабря 2021 г.

Утверждена Приказом № 01-10/54 от 14.02.2022 г. «Об утверждении образовательных программ»

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 3/15

СОДЕРЖАНИЕ

	страница
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022 Лист 4/15
--------------------	--------------------------	------------------------------------

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.03 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по специальности **44.02.01 Дошкольное образование** укрупненной группы специальностей 44.00.00 Образования и педагогические науки направления подготовки Образование и педагогические науки.

Рабочая программа учебной дисциплины **может быть использована** в дополнительном профессиональном образовании при повышении квалификации по должностям служащих 25816 Преподаватель (в начальной школе), 25817 Преподаватель (в системе дошкольного воспитания и обучения), 27244 Учитель, 20436 Воспитатель, 20437 Воспитатель детей дошкольного возраста, 25829 Преподаватель-стажер (в системе дошкольного воспитания и обучения).

ОК 3, 10 ПК 1.1 - 1.4, 2.1 - 2.6, 3.1 - 3.3, 5.1 - 5.3

1.2 Место дисциплины в структуре ППССЗ: общепрофессиональный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Цель:

- научиться оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие органов человека в детском и подростковом возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;
- учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 5/15

реализации образовательного процесса.

Задачи:

- изучить физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- изучить возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;
- выявить влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение.

В результате освоения 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 органов человека в детском и подростковом возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен 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 и подростков;
- влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- основы гигиены детей и подростков;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 6/15

укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;

- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и

помещениям дошкольной образовательной организации.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **102** часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 68 часов;

самостоятельной работы обучающегося – 34 часа.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 7/15

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
лабораторные работы	0
практические занятия	28
контрольные работы	0
курсовая работа (проект)	0
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	34
в том числе:	
работа с литературой в библиотеке колледжа, работа в сети Интернет	6
подготовка рефератов, докладов, сообщений	8
составление кроссвордов	4
подготовка к контрольному опросу, тестовым заданиям	7
решение ситуационных задач	8
презентации	4
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 8/15

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.03 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Возрастная анатомия и физиология Введение				
Тема 1.1. Возрастные особенности и гигиена опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к оборудованию школ	Содержание учебного материала		8	
	1.	Предмет, содержание и задачи дисциплины. Закономерности онтогенеза.		2
	2	Скелет человека. Строение и функции суставов. Изгибы позвоночника. Развитие скелета туловища и конечностей, костей мозгового и лицевого черепа.		2
	3	Мышечная система. Строение и функции мышц. Мышечная масса и сила мышц в различные возрастные периоды. Возрастные особенности быстроты и точности двигательных актов, выносливости. Особенности реакции организма на физическую нагрузку различного возрасте формирование и функциональное значение.		2
	4	Осанка. Нарушение осанки. Деформация грудной клетки. Плоскостопие. Правильная поза при стоянии, сидении, ходьбе. Воспитание правильной осанки у школьников. Необходимость соответствия размеров ученической мебели росту и пропорциям тела. Правила расстановки мебели и рассаживания учащихся в классе.		2
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		6	
	1	Выявление основных закономерностей онтогенетического развития		
	2.	Оценка показателей физического развития по антропометрическим данным.		
	3	Оценка нарушений осанки и плоскостопия. Определение гибкости позвоночника.		
	Контрольные работы		0	
	Самостоятельная работа обучающихся		0	
Тема 1.2. Анатомия, физиология и гигиена нервной системы, возрастные особенности	Содержание учебного материала		4	
	1.	Общий план строения нервной системы, нервная ткань и ее свойства		2
	2.	Анатомо-физиологические особенности развития ЦНС		2
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		2	
	1.	Изучение физиологии нервной системы. Исследование высшей нервной деятельности.		
	Контрольные работы		0	

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 9/15

	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 1.3. Рефлекторная деятельность организма. Низшая и высшая нервная деятельность	Содержание учебного материала	2	
	1. Рефлекс. Классификация рефлексов. Возрастные особенности условно- рефлекторной деятельности. Особенности условного торможения у детей. Возбуждение и торможение. Координация нервных процессов. Принципы рефлекторной деятельности. Безусловные и условные рефлексы как основа нервной деятельности (высшая и низшая нервная деятельность). Развитие и нарушение высшей нервной деятельности.		2
	Лабораторные работы	0	
	Практические занятия	0	
	Контрольные работы	0	
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
Тема 1.4. Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем	Содержание учебного материала	2	
	1. Сенсорные системы организма, их классификация. Значение сенсорных систем. Структурная организация сенсорных систем. Роль сенсорного восприятия в раннем детстве. Зрительный анализатор. Слуховой анализатор. Значение и общий план строения кожной, двигательной, обонятельной, вкусовой и вестибулярной сенсорных систем		
	Лабораторные работы	0	
	Практические занятия	2	
	1. Исследование физиология сенсорных систем.		
	Контрольные работы	0	
Тема 1.5. Эндокринная система человека	Самостоятельная работа обучающихся	0	
	Содержание учебного материала	2	
	1. Понятие об эндокринной системе. Развитие эндокринной системы в онтогенезе. Влияние функциональных изменений эндокринной системы подростков на ВНД.		1
	Лабораторные работы	0	
	Практические занятия	2	
	1. Изучение эндокринных желез, их гормонов и воздействие на организм.		
Тема 1.6. Развитие висцеральных систем на разных возрастных этапах	Контрольные работы	0	
	Самостоятельная работа обучающихся	0	
	Содержание учебного материала	10	
	1. Анатомия и физиология органов пищеварения. Возрастные особенности органов пищеварения. Гигиена питания		2
	2. Возрастные особенности крови. Органы кровообращения. Сердечнососудистая система. Возрастные особенности и гигиена сердечно-сосудистой системы.		2
	3. Возрастные особенности органов дыхания. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений.		2

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 10/15

	4.	Возрастные физиологические особенности обмена веществ и энергии. Возрастные особенности органов выделения и кожи.		2
	5.	Половая система. Мужские и женские половые органы. Возрастные особенности мужских и женских половых органов. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его психофизическую и психическую работоспособность и поведение.		
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		18	
	1.	Составление пищевого рациона для детей и подростков различного возраста		
	2.	Определение суточных энерготрат.		
	3.	Расчет суточного рациона по таблицам химического состава блюд.		
	4.	Питательные вещества и пищевые продукты. Гигиена питания		
	5.	Выявление анатомо-физиологических особенности работы сердечно-сосудистой системы.		
	6.	Исследование физиологии дыхания		
	7.	Изучение внутриутробного развития человека. Изучение послеродового периода развития человека.		
	8.	Оценка уровня здоровья. Гигиена отдельных органов и систем. Гигиенические основы здорового образа жизни.		
	9.	Основы профилактики инфекционных заболеваний.		
	Контрольные работы		0	
	Самостоятельная работа обучающихся		0	
Раздел 2. Гигиена и профилактика заболеваний				
Тема 2.1. Гигиенические нормы и требования	Содержание учебного материала		4	
	1	Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза. Биологические ритмы организма		
	2	Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса		1
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Самостоятельная работа обучающихся		0	
	Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	Содержание учебного материала		2
1		Гигиенические основы здорового образа жизни. Основы профилактики инфекционных заболеваний		
2		Хронические детские болезни и их профилактика.		
Лабораторные работы		0		
Практические занятия		0		
Контрольные работы		0		

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 11/15

	Самостоятельная работа обучающихся		34	
	1.	Выполнение исследовательской работы по теме «Анализ гигиенических норм и требований предъявляемых к зданиям и помещениям образовательных учреждений.		
	2	Выполнение индивидуального проектного задания по теме «Составление расписания занятий для детей детского сада с учетом физической работоспособности и закономерностей ее изменения в течение различных интервалов времени»		
	3	Двигательный режим дошкольников. Координации движения с возрастом. Двигательный режим учащихся. Вред гиподинамии. Значение физических упражнений в формировании правильной осанки и укрепления свода стопы.		
	4	Режим дня. Особенности организации режима дня школьников. Гигиенические принципы построения режима дня. Режим дня школьника. Физиолого-гигиеническое обоснование режима дня.		
	5	Гигиена сна. Изменение физиологического состояния организма, связанное с утомлением и переутомлением. Нейрофизиологические механизмы сна и бодрствования. Гигиена сна		
	6	Воспитание гигиенических навыков. Гигиеническое обучение и воспитание детей. Гигиена волос и ногтей		
	7	Влияние наркотических средств на организм. Медико-биологические проблемы наркотизма. Вредные привычки и болезненные пристрастия. Наркотические вещества.		
	8	Адаптивные биологические ритмы.		
	9	Режим питания. Организация питания детей в дошкольных учреждениях и в школе. Воспитание у детей и подростков гигиенических навыков, связанных с приемом пищи.		
	10	Оздоровительные мероприятия. Физкультурные занятия. Закаливание. Роль воздушной среды в сохранении здоровья.		
	11	Здоровый образ жизни и пути его формирования. Репродуктивное здоровье. Физиология репродукции. Психофизиологические проявления сексуальности детей и подростков		
Примерная тематика курсовой работы (проекта)			0	
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом)			0	
Всего:			102	

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022 Лист 12/15
--------------------	--------------------------	-------------------------------------

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- автоматизированные рабочие места обучающихся (АРМО), оборудованные персональным компьютером с лицензионным или свободным программным обеспечением, соответствующим разделам программы и подключенным к сети Internet и средствами вывода звуковой информации;
- маркерная доска;
- автоматизированное рабочее место преподавателя (АРМП), оборудованное персональным компьютером с лицензионным или свободным программным обеспечением, соответствующим разделам программы и подключенным к сети Internet и средствами вывода звуковой информации;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- принтер.

Технические средства обучения:

- мультимедиапроектор;
- экран;

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО/ А. О. Дробинская. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 415 с. - Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>
2. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для СПО / З. В. Любимова, А. А. Никитина. –М. : Юрайт, 2019. — 447 с.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 13/15

3. Смольская Я.Ч. Курс лекций. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. ГАПОУ ЧАО «ЧМК», 2016г.

4. Смольская Я.Ч. Практикум. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. ГАПОУ ЧАО «ЧМК», 2016г.

Дополнительные источники:

5. Коршевер Е.Н., Шилов В.Н. Гигиена: учеб. пособие для студентов высш. мед. учеб. заведений,- М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2012.

6. Лучкевич В. С., Поляков И. В. Материалы для подготовки и квалификационной аттестации по специальности «Общественное здоровье и здравоохранение»: учебное пособие - Спб.: Наука 2013.

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 июля 2010 г. N 91 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в школьных организациях».

8. Сапин М.Р, Брыксина З.Г. Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. пособие для студ. пед. вузов - М.: ИОЦ Академия, 2012

Интернет-источники:

9. Каталог образовательных интернет-ресурсов. Курс «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Режим доступа [http://www.edu.ru/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=2672&orderby=titleA&fids\[\]=2493](http://www.edu.ru/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=2672&orderby=titleA&fids[]=2493)

10. Электронные ресурс «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Режим дступа: <http://www.psihu.net/library/file1>

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 14/15

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
– определять топографическое расположение и строение органов и частей тела	– Оценка выполнения практического задания
– применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	– Оценка контрольной работы, домашней работы
– оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие органов человека в детском и подростковом возрасте	– Оценка выполнения практического задания
– проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей	– Выполнение и оценка лабораторной работы, практического задания
– обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников	– Выполнение практического задания.
– 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	– выполнение индивидуального проектного задания
Знать:	
– основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	– Оценка контрольной работы, проверка домашней работы
– основные закономерности роста и развития организма человека	– Тестирование и оценка знаний, проверка домашняя работа
– строение и функции систем органов здорового человека	– Тестирование и оценка знаний, выполнение практического задания
– физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	– Выполнение и оценка лабораторной работы, практического задания.
– возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков	– Тестирование и оценка знаний, выполнение индивидуального задания
– влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	– Оценка контрольной работы, домашней работы
– основы гигиены детей и подростков	– оценка контрольной работы, индивидуального задания
– гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	– Оценка контрольной работы, индивидуального задания
– основы профилактики инфекционных заболеваний	– выполнение исследовательской работы
– гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы	– Выполнение индивидуального проектного задания

Разработчик:

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2022
		Лист 15/15

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
(место работы)

преподаватель
(занимаемая должность)

Я. Ч. Смольская
(инициалы, фамилия)