

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 1/14

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ГАПОУ ЧАО
«ЧМК»:

О.Н. Гришин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.04 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

Анадырь 2026 г.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026 Лист 2/14
--------------------	--------------------------	------------------------------------

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, с учетом требований ФГОС среднего общего образования, ФГОС среднего профессионального образования и профиля профессионального образования и профессиональной направленности.

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

Разработчик:

Смольская Я.Ч., преподаватель ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Регистрационный № ПО (9) 25-26 от 12.01.2026 г.

Рекомендована Методическим советом ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Протокол № 6 от «13» января 2026 г.

Утверждена Приказом № 01-10/36 от 29.01.2026 г. «Об утверждении документов по организации учебного процесса»

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 3/14

СОДЕРЖАНИЕ

	страница
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026 Лист 4/14
--------------------	--------------------------	------------------------------------

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.04 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины является частью программы СПО по подготовке специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям). Отрасль: Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы (по видам), квалификация «мастер производственного обучения» укрупненной группы специальностей среднего профессионального образования 44.00.00 – «Образование и педагогические науки».

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 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,

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 5/14

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 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 72 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 66 часов;
самостоятельной работы обучающегося – 6 часов.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 6/14

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	66
в том числе:	
лабораторные работы	0
практические занятия	26
контрольные работы	0
курсовая работа (проект)	0
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	6
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 7/14

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.04 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	Коды компетенций	
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	ОК 01-ОК 06 ОК 09., ПК 1.1-1.3, ПК 2.1-2.2	
	1.	Предмет, содержание и задачи дисциплины. Закономерности онтогенеза.			
	2	Скелет человека. Строение и функции суставов. Изгибы позвоночника. Развитие скелета туловища и конечностей, костей мозгового и лицевого черепа.			
	3	Мышечная система. Строение и функции мышц. Мышечная масса и сила мышц в различные возрастные периоды.			
	4	Возрастные особенности быстроты и точности двигательных актов, выносливости. Особенности реакции организма на физическую нагрузку различного возраста формирование и функциональное значение.			
	5	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.			
	Лабораторные работы		0		
	Практические занятия		2		
	1	Выявление основных закономерностей онтогенетического развития. Оценка показателей физического развития по антропометрическим данным и с помощью расчетных формул.			
	Контрольные работы		0		
	Самостоятельная работа обучающихся		0		
Тема 1.2. Анатомия, физиология и гигиена нервной системы, ее возрастные особенности	Содержание учебного материала		4	ОК 01-ОК 06 ОК 09., ПК 1.1-1.3, ПК 2.1-2.2	
	1	Общий план строения нервной системы, нервная ткань и ее свойства			
	2.	Анатомо-физиологические особенности развития ЦНС			
	Лабораторные работы		0		
	Практические занятия		2		
	1.	Изучение физиологии нервной системы.			
	Контрольные работы		0		
	Самостоятельная работа обучающихся		0		
Тема 1.3. Рефлекторная деятельность	Содержание учебного материала		6		
	1	Рефлекс. Классификация рефлексов. Возрастные особенности условно- рефлекторной деятельности. Особенности условного торможения у детей. Возбуждение и торможение. Координация нервных			

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 8/14

организма. Низшая и высшая нервная деятельность		процессов. Принципы рефлекторной деятельности. Безусловные и условные рефлексы как основа нервной деятельности (высшая и низшая нервная деятельность)		ОК 01-ОК 06 ОК 09., ПК 1.1-1.3, ПК 2.1-2.2
	2	Сигнальные системы действительности. Развитие речи. Межполушарная асимметрия мозга. Развитие и нарушение высшей нервной деятельности.		
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		2	
	1.	Исследование высшей нервной деятельности.		
	Контрольные работы		0	
	Самостоятельная работа обучающихся		0	
Тема 1.4. Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем	Содержание учебного материала		4	
	1.	Системная организация восприятия внешней информации. Сенсорные системы организма, их классификация. Значение сенсорных систем. Структурная организация сенсорных систем. Роль сенсорного восприятия в раннем детстве. Зрительный анализатор. Слуховой анализатор.		
	2.	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	Содержание учебного материала		2	
	1.	Понятие об эндокринной системе. Развитие эндокринной системы в онтогенезе. Влияние функциональных изменений эндокринной системы подростков на ВНД		
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Самостоятельная работа обучающихся		0	
Тема 1.6. Развитие висцеральных систем на разных возрастных этапах	Содержание учебного материала		8	
	1.	Анатомия и физиология органов пищеварения. Возрастные особенности органов пищеварения. Гигиена питания		
	2	Возрастные особенности крови. Органы кровообращения. Сердечнососудистая система. Возрастные особенности и гигиена сердечно-сосудистой системы		
	3	Возрастные особенности органов дыхания. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений.		
	6	Возрастные физиологические особенности обмена веществ и энергии. Возрастные особенности органов выделения и кожи.		
	4	Половая система. Мужские и женские половые органы. Возрастные особенности мужских и женских половых органов.		

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 9/14

	5	Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его психофизическую и психическую работоспособность и поведение.		ОК 01-ОК 06 ОК 09., ПК 1.1-1.3, ПК 2.1-2.2
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		14	
	1	Составление пищевого рациона для детей и подростков различного возраста		
	2	Питательные вещества и пищевые продукты. Гигиена питания		
	3	Выявление анатомо-физиологических особенности работы сердечно-сосудистой системы.		
	4	Исследование физиологии дыхания		
	5	Определение физической работоспособности с помощью функциональных проб на сердечно-сосудистую и дыхательную системы		
	6	Гигиена отдельных органов и систем		
	7	Исследование особенностей кожи на разных участках организма		
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.	Биологические ритмы организма		
	2	Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.		
	3	Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса		
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		2	
	1	Изучение гигиенической организации внешней среды. Гигиенические основы здорового образа жизни.		
	Контрольные работы		0	
Самостоятельная работа обучающихся		0		
Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	Содержание учебного материала		4	ОК 01-ОК 06 ОК 09., ПК 1.1-1.3, ПК 2.1-2.2
	1	Исследование и профилактика детских инфекционных болезней. Хронические детские болезни и их профилактика		
	2.	Дифференцированный зачёт		
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		2	
	1	Основы профилактики инфекционных заболеваний.		
	Контрольные работы		0	
	Самостоятельная работа обучающихся		6	
	1.	Гигиена сна. Изменение физиологического состояния организма, связанное с утомлением и переутомлением. Нейрофизиологические механизмы сна и бодрствования. Гигиена сна		
	2.	Влияние наркотических средств на организм. Медико-биологические проблемы наркотизма. Вредные		

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 10/14

		привычки и болезненные пристрастия. Наркотические вещества.		
	3.	Адаптивные биологические ритмы.		
	4.	Режим питания. Организация питания детей в дошкольных учреждениях и в школе. Воспитание у детей и подростков гигиенических навыков, связанных с приемом пищи.		
	5.	Здоровый образ жизни и пути его формирования		
	6.	Репродуктивное здоровье. Физиология репродукции. Психофизиологические проявления сексуальности детей и подростков		
Всего:			72	

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026 Лист 11/14
--------------------	--------------------------	-------------------------------------

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета отраслевых общепрофессиональных 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. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 421 с. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562055>
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.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026 Лист 12/14
--------------------	--------------------------	-------------------------------------

Любимова А.А. Никитина. –М.: Юрайт, 2023. — 447 с. —Текс: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/427145>

3. Любимова З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. —М.: Юрайт, 2023. — 373 с. —Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/427149>

4. Мальцев В.П. Возрастная анатомия и физиология: учебник для СПО / В.П. Мальцев, Е.В. Григорьева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва Издательство Юрайт, 2025. — 210с. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566333>

Дополнительные источники:

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

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

Интернет-источники:

7. 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

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

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 13/14

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»
(место работы)

преподаватель
(занимаемая должность)

Я.Ч. Смольская
(инициалы, фамилия)

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
		Лист 14/14