



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
ГБПОУ СО «Камышловский педагогический колледж»

Рабочая программа учебной дисциплины  
ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

### **Приложение 10**

к ОПОП СПО - программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах (очная форма обучения, б.11 кл., приём 2019 г.)

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



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
ГБПОУ СО «Камышловский педагогический колледж»

Рабочая программа учебной дисциплины  
ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Рабочая программа составлена на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 27 октября 2014 г. N 1353

**Организация-разработчик:** Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Камышловский педагогический колледж», 264860, Свердловская область, г. Камышлов, ул. Маяковского, д.11.; тел. 8(34375) 2-08-03, e-mail [izkpk@mail.ru](mailto:izkpk@mail.ru), <http://kpk.uralschool.ru/>

**Разработчики:**

Семенова А.В., преподаватель  
Митрофанова С.В., преподаватель

**\*Условные обозначения:**

Подчеркивание текста и обозначение (ПС) или <sup>ПС</sup>- единицы из документа Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «18» октября 2013 г. № 544н



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
ГБПОУ СО «Камышловский педагогический колледж»

Рабочая программа учебной дисциплины  
ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>17</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>20</b>



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

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена является частью основной профессиональной образовательной программы-ППССЗ в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 27 октября 2014 г. N 1353

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «18» октября 2013 г. № 544н).

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности (ВПД) в части освоения соответствующих **общих компетенций** (ОК):

ОК.3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК.10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

**Профессиональных компетенций (ПК)**, соответствующих основным видам профессиональной деятельности:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.

ПК 1.2. Проводить уроки.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.

ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные занятия.

ПК 2.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 3.1. Проводить педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретировать полученные результаты.

ПК 3.2. Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу.

ПК 3.3. Проводить внеклассные мероприятия.

ПК 3.4. Анализировать процесс и результаты проведения внеклассных мероприятий.

ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.

ПК 4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.



**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** общепрофессиональная дисциплина профессионального учебного цикла.

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

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 организма 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.

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 учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.
- основные закономерности возрастного развития, возрастные скачки, стадии и кризисы развития<sup>ПС</sup>

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 72 часа, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 48 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 24 часа.



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
ГБПОУ СО «Камышловский педагогический колледж»

Рабочая программа учебной дисциплины  
ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.03. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	72
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	48
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	16
контрольные работы	
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	24
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрено)</i>	
Итоговая аттестация в форме экзамена	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Уровни организации живой системы</b>		
<b>Тема 1.1</b> Человек как целостная биосистема.	<b>Содержание учебного материала</b> Понятие об уровнях организации живой системы. Клетка - структурная и функциональная единица организации живого. Ткани, их классификация и краткая характеристика. Органы, системы органов, организм, строение и функции систем органов здорового человека. Понятие «гомеостаз», способы поддержания гомеостаза. <b>Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</b>	1	2,3
	<b>Практическая работа</b> <b>Топографическое расположение и строение органов и частей тела</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Заполнение таблицы «структурная организация клетки».	1	
<b>Тема 1.2.</b> <b>Закономерности роста и развития организмов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Периодизация онтогенеза, его критерии. Характеристика эмбрионального периода развития организма. Изменения с возрастом показателей физического развития. <b>Основные закономерности возрастного развития. Возрастные скачки, стадии и кризисы развития</b> <sup>ПС</sup> . Акселерация. Факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение. <b>Основные закономерности роста и развития организма:</b> волнообразность, гармоничность, гетерохронность развития. Онтогенез. Генетическая и социальная программа индивидуального развития человека.	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	2	



	Работа с дополнительной литературой, составление тезисов «Учение А. Н. Анохина о системогенезе», «К.Л. Маркосян «Надежность биосистемы» (работа с первоисточниками). На основе анализа тезисов оценить факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте		
<b>Раздел 2.</b>	<b>Нервная система (н.с.)</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Общий план строения нервной системы <b>здорового человека.</b> Рефлекс.	<b>Содержание учебного материала</b> Значение нервной системы. Общий план строения нервной системы. Нейрон - основная структурная единицы Н.С. Усложнение структуры нейрона с возрастом. Основные свойства нервных волокон. Связь между нейронами. Синапсы, передача возбуждения в них. Рефлекс как основной акт нервной деятельности. Общая схема рефлекторной дуги, ее звенья. Классификация рефлексов. Торможение в центральной нервной системе, его виды и механизм. Учение А.А. Ухтомского о доминанте. Изменения морфофункциональной организации нейрона и синапса с возрастом. Возрастные особенности рефлекторной деятельности организма	1	2,3
	<b>Практическая работа</b> Строение нервной ткани, нейрона, нерва. Изучение рефлекторной деятельности нервной системы на примере слюноотделительного и коленного рефлексов (составление рефлекторных дуг)	1	
<b>Тема 2.2.</b> Анатомия, физиология, возрастные особенности центральной нервной системы	<b>Содержание учебного материала</b> Строение спинного мозга: белое и серое вещество. Функции спинного мозга: рефлекторная, проводниковая. Значение спинного мозга для двигательной функции человека. Профилактика искривления позвоночника в детском возрасте в целях сохранения здоровья спинного мозга. Структурно-функциональная организация коры головного мозга. Функциональное значение различных отделов головного мозга, а также лимбической системы мозга и ретикулярной формации. Причины, профилактика и методы коррекции нервно-психических отклонений у детей. Возрастные особенности головного мозга. Профилактика неврозов у детей. Главные направления деятельности учителя и родителей. Возрастные изменения структуры и функции различных отделов центральной нервной системы. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение.	1	
	<b>Практическая работа</b> Строение спинного мозга в поперечном разрезе. Оболочки спинного мозга.	1	





	Изучение строения головного мозга на муляже.		
<b>Тема 2.3.</b> Анатомо-физиологические Особенности периферической нервной системы	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2,3
	Топография периферической нервной системы. Значение и особенности функционирования периферической нервной системы. Работа симпатической и парасимпатической нервной системы. Вегетативная нервная система <b>здорового человека</b> , ее строение и функции, возрастные особенности развития. Черепные нервы, их иннервация. Становление торможения в процессе развития ребенка.		
	<b>Практическая работа</b> Коррекция нервно-психических расстройств методами и средствами педагогического воздействия	1	
<b>Тема 2.4.</b> Теория ВНД.	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2,3
	Теория ВНД. Понятие о низшей и высшей нервной деятельности. Понятие о сигнальных системах человека. Нейрофизиологические и морфологические основы речи. Моторная и сенсорная речь. Психофизиологические основы индивидуальных различий. Теория И.П. Павлова о типах ВНД. Развитие теории И.П. Павлова о типах ВНД в современной психофизиологии. Понятие о характере и темпераменте. Развитие в процессе онтогенеза безусловного и условного торможения. Развитие речи у детей. Значение речевых стереотипов для развития речи. Образование условных рефлексов на речевые раздражители у детей разного возраста и связанные с ними особенности усвоения учебного материала. Типологические особенности ВНД детей и подростков, зависимость их формирования от ряда факторов. Особенности развития ВНД у детей с ограниченными возможностями здоровья. Нарушения ВНД ребенка. Негативизм. Детские страхи.		
	<b>Практическая работа</b> Семинар «Детские неврозы и их профилактика»	1	
<b>Тема 2.5.</b> Гигиена учебно-воспитательного процесса.	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2,3
	- Гигиена учебно-воспитательного процесса. Значение режима дня учащихся. Фазы работоспособности, ее дневная периодичность. Недельная периодичность физиологических функций. Принципы построения расписания уроков на день и неделю. Организация перемен. Способы увеличения двигательной активности детей. <b>Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.</b> Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу. Особенности учебно-воспитательного процесса для детей с		



	ограниченными возможностями здоровья. <b>Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков; Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</b>		
	<b>Практическая работа</b> Составление режима дня и расписания учебных занятий для учащихся начальных классов, с учетом особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса. <b>Учет особенностей физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса.</b> Применение знаний по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; Оценка факторов внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление схем «Общий план строения нервной системы», «Строение нейрона», «Строение синапса» Составление педагогических рекомендаций по работе с детьми с различными типами высшей нервной деятельности Физиолого-гигиеническая оценка расписания на день и на неделю в классе. Составление альтернативного расписания учебных занятий в соответствии с санитарными нормами и требованиями. Сообщения студентов «Роль И.М. Сеченова и И.П. Павлова в развитии теории ВНД.» Характеристика безусловных и условных рефлексов. Их отличия. Роль торможения в процессах ВНД. Виды торможения. Динамический стереотип, механизм его формирования.	6	
<b>Раздел 3.</b>			
<b>Тема 3.1</b> Характеристика сенсорных систем.	<b>Содержание учебного материала</b> Значение сенсорных систем, их классификация. Методы изучения. Структурная организация сенсорных систем <b>здорового человека..</b> Общие свойства рецепторных образований. Значение и	1	2,3



Возрастные особенности зрительного анализатора	общий план строения кожной, двигательной, обонятельной, вкусовой, вестибулярной сенсорной системы. Особенности их функционирования у детей различного возраста. Зрительная сенсорная система. Строение глаза. Свойства глаза и их изменения с возрастом. Световая и цветовая чувствительность у детей различного возраста. Меры, направленные на увеличение чувствительности к различению цветов. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Близорукость. Косоглазие и другие нарушения зрения у детей, их профилактика. Отклонения в нормальном развитии зрительной сенсорной системы. Причины, их вызывающие. Гигиенические требования к естественному и искусственному освещению, окраска стен, мебели.		
	<b>Практическая работа</b> Оценка функциональных показателей зрения: острота зрения, поле зрения, цветовосприятие	1	
<b>Тема 3.2</b> Возрастные особенности слухового анализатора.	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Слуховая сенсорная система. Строение слуховой системы <b>здорового человека</b> . Механизмы передачи и восприятия звука. Чувствительность слухового анализатора у детей. Возрастные изменения порога слышимости. Значение слуха в формировании речи, регуляция голоса и развитие певческих способностей. Влияние шума на организм детей и подростков. Борьба с шумом в школе. Меры по профилактике нарушений сенсорной системы. Возрастные особенности формирования обоняния, осязания и вкуса.	1	2,3
	<b>Практическая работа</b> Изучение остроты слуха.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление рекомендаций для родителей: «Гигиена зрения и слуха». Составление таблицы: «Сравнительная характеристика зрительного, слухового, вкусового, обонятельного, вестибулярного и тактильного анализаторов»..	2	
<b>Тема 3.3</b> Общие сведения об опорно-двигательном	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Строение и значение опорно-двигательного аппарата. Функции скелета. Химический состав и строение костей. Строение скелета головы, туловища, конечностей. Развитие и возрастные особенности скелета. Типы соединения костей. Суставы.	1	2,3



аппарате.	Строение скелетных мышц, их классификация. Функциональные свойства скелетных мышц. Сила и скорость сокращения. Динамическая и статическая работа скелетных мышц. Мышечный тонус, его значение, происхождение и условия поддержания. Регуляция двигательной активности. Возрастные особенности двигательной функциональной системы. Рост и развитие костей. Возрастные особенности частей скелета. Сила мышц и скорость их сокращения в различном возрасте. Возрастные особенности развития выносливости мышц. Утомление при разных видах мышечной работы, его механизм, возрастные особенности. Нормативы суточной двигательной активности.		
	<b>Практическая работа</b> Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным.	1	
<b>Тема 3.4</b> Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и подростков.	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2,3
Осанка и факторы, ее определяющие. Физиолого-гигиенические требования к осанке при стоянии, ходьбе, сидении. Виды нарушений осанки. Условия, способствующие образованию патологических изгибов позвоночника, плоскостопия, деформации других частей скелета. Организация домашнего пространства ребенка, место сна. Гигиенические требования к оборудованию учебных помещений. Гигиенические требования к одежде, обуви школьника. Влияние физической культуры и спорта на развитие двигательных навыков и формирование правильной осанки. Гиподинамия, меры борьбы с ней			
<b>Практическая работа</b> Методы оценки состояния осанки и стопы.	1		
<b>Самостоятельная работа</b> Оформление буклета по теме: «Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата» Составление перечня гигиенических требований, предъявляемых к посадке и двигательной активности детей	2		
<b>Тема 3.5.</b> Состав, значение крови.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2,3
Значение, состав крови. Физико-химические свойства плазмы. Эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их особенности и значение. Иммунологические свойства крови. Понятие об иммунологии, антигенах и антителах. Естественные антитела. Группы крови. Резус-фактор. Механизм защитных иммунных реакций. Нервно-гуморальная регуляция кроветворения, ее возрастные особенности.			



	Возрастные особенности иммунных реакций и состава плазмы. Вакцинация. Профилактика инфекционных заболеваний. Переливание крови.		
<b>Тема 3.6.</b> Возрастные особенности сердечнососудистой системы	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2,3
	Система кровообращения, ее значение. Сосуды системы кровообращения. Давление крови и его измерение. Особенности функционирования сосудов. Регуляция кровообращения. Строение и функции сердца. Физиологические свойства сердечной мышцы. Биоэлектрические явления в сердце. Сердечный цикл. Фазы работы сердца. Методы изучения функционального состояния сердца. Саморегуляция работы сердца. Влияние физических и психических нагрузок на сосуды и сердце. Гуморальная регуляция артериального давления. Возрастные особенности сердечной мышцы. Изменения в системе органов кровообращения при рождении. Изменения строения сердца детей в постнатальный период.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление опорного конспекта «Строение сердца и его возрастные особенности развития» Составление схемы «Состав крови» Составление таблицы «Работа сердца»	2	
<b>Тема 3.7.</b> Возрастные особенности дыхательной системы	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2,3
	Значение дыхания. Процессы его обеспечивающие. Строение дыхательного аппарата. Механизм вдоха и выдоха. Строение легких, их дыхательные объемы и емкость. Минутный объем дыхания. Обмен газов между воздухом и кровью. Перенос газов кровью. Потребление кислорода. Регуляция дыхания. Особенности дыхания у детей разного возраста и пола. Половые отличия типов дыхания. Показатели внешнего дыхания у детей разного возраста. Предельные величины минутного объема дыхания у детей школьного возраста обоего пола. Возрастные особенности регуляции дыхания. Гигиена дыхания. Воспитание навыков правильного дыхания у детей и подростков. Относительная продолжительность вдоха и выдоха при покое, физической нагрузке. Вредное влияние неправильной осанки на форму грудной клетки и глубину дыхательных движений. Понятие о микроклимате. Изменение состава и свойств под влиянием пребывания учащихся в классе. Значение и способы поддержания в них правильного воздушного режима. Гигиенические требования к проветриванию, температурному режиму, отоплению и отопительным приборам. Борьба с пылью. Влияние никотина на рост и развитие организма.		



	<p><b>Основы профилактики инфекционных заболеваний;</b></p> <p><b>Практическая работа</b> Определение жизненной емкости легких; влияние задержки дыхания на частоту дыхания. Проведение под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> Разработка рекомендаций для учителя по оздоровлению микроклимата класса</p>	1	
<p><b>Тема 3.8</b> Возрастные особенности пищеварительной системы</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Значение и строение органов пищеварения. Методы исследования процесса пищеварения. Значение трудов И.П. Павлова в создании учения о функциях органов пищеварения. Секреторная функция пищеварительных желез. Приспособление их функций к характеру и режиму питания. Пищеварение в ротовой полости, желудке, тонком и толстом кишечнике. Роль секретов пищеварительных желез. Всасывание. Двигательная функция органов пищеварения, ее значение. Нейрогуморальная регуляция деятельности пищеварительных желез. Зубы молочные и постоянные, их рост и развитие. Возрастные особенности секреторной и моторной функции пищеварительного тракта. Гигиена питания. Возрастные суточные нормы потребления белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов, их соотношение в рационе. Энергетические нормы питания в зависимости от пола, возраста, условий жизни. Режим питания детей и подростков. Гигиенические требования к организации питания. Воспитание у детей правильного отношения к еде и выработка санитарно-гигиенических навыков, связанных с приемом пищи. Оказание первой помощи при отравлении пищевыми продуктами.</p>	1	2,3
<p><b>Тема 3.9</b> Обмен веществ и энергии в организме.</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Значение обмена веществ в организме. Анаболические и катаболические процессы. Обмены белков, жиров, углеводов. Значение этих веществ в организме, конечные продукты обменов. Гипо – и гипергликемия. Рефлекторная регуляция обмена веществ в организме. Витамины. Их общая характеристика. Физиологическое значение. Авитаминозы и гипервитаминозы. Значение минеральных веществ и воды. Регуляция водно-солевого обмена. Возрастные особенности обмена веществ. Значение изучения энергетического обмена в организме. Калорийность питательных веществ.</p>	1	



	<p>Источники энергии в организме. Анаэробно – аэробные процессы энергообеспечения. Особенности энергетического обмена у детей и подростков. Неравномерность, гетерохронность и чувствительность в развитии механизмов анаэробных ресурсов энергообеспечения. Особенности энергообеспечения в пубертатный период развития.</p>		
	<p><b>Практическая работа</b> Составление суточного рациона питания для детей младшего школьного возраста</p>	1	
	<p><b>Самостоятельная работа</b> Составление схемы «Обмен веществ и превращение энергии» Составление рекомендаций для родителей по профилактике кариеса у детей.</p>	2	
<b>Тема 3.10</b> Строение и функции мочевыделительной системы	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Значение и строение органов выделения. Состав мочи и механизм ее образования. Нервная и гуморальная регуляция мочеобразования и мочевыделения. Изменение фильтрационной и концентрационной функций почек с возрастом. Суточное количество мочи у детей разного возраста. Возрастные особенности функционирования почек. Формирование в процессе развития организма нервной и гуморальной регуляции мочеобразования и мочевыделения. Развитие регуляторных механизмов произвольного мочеиспускания у детей. Личная гигиена и профилактика инфекционных заболеваний мочеполовой системы. Половое воспитание детей младшего школьного возраста</p>	2	2,3
	<p><b>Самостоятельная работа</b> Дайте рекомендации родителям, чьи дети страдают энурезом. Составление схемы почечного канальца</p>	1	
<b>Тема 3.11</b> Возрастные особенности кожи. Закаливание.	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Строение и значение кожи человека, возрастные особенности строения. Значение сосудодвигательных реакций и потоотделения; теплоотдача при различных условиях температуры, влажности и движение окружающего воздуха. Роль кожи в закаливании. Бактерицидные свойства кожи. Сезонные изменения. Витамин Д и его роль в укреплении организма человека. Гигиена кожи. Профилактика кожных болезней. Значение чистоты и целостности кожных покровов. Уход за кожей, волосами, ногтями. Воспитание гигиенических навыков по уходу за кожей, обувью,</p>	1	2,3



	<p>одеждой. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Правила закаливания, его организация в детских учреждениях.</p> <p>Возрастные особенности сосудистых и пототделительных реакций кожи. Предельно допустимая отрицательная температура воздуха и скорость ветра для прогулок, игр на воздухе, организации соревнований.</p>		
	<p><b>Практическая работа</b> Разработка системы закаливающих мероприятий для детского оздоровительного лагеря</p>	1	2,3
	<p><b>Самостоятельная работа</b> Составление рекомендаций для родителей: «Гигиена кожи. Профилактика грибковых заболеваний».</p>	1	
<p><b>Тема 3.12</b> Возрастная эндокринология</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Понятие об эндокринных железах (железах внутренней секреции) и гормонах. Значение и структура гормонов. Особенности их физиологической активности. Взаимодействие желез внутренней секреции; нервной и гуморальной регуляции функций.</p> <p>Гипофиз, его роль в регуляции роста и деятельности других желез внутренней секреции. Гипоталамо-гипофизарная система. Щитовидная железа, ее влияние на физическое и умственное развитие организма. Кретинизм, причины его развития, профилактика.</p> <p>Половые железы, их внутрисекреторная функция. Отклонения от нормального хода полового развития и их причины. Гигиена половых органов. Физиолого-гигиенические основы полового воспитания.</p> <p>Влияние околощитовидной железы на обмен кальция и фосфора. Надпочечники. Гормоны коркового и мозгового слоев, их влияние на функции организма. Внутрисекреторная функция поджелудочной железы. Вилочковая железа, ее влияние на рост, половое созревание и иммунные свойства организма. Возрастные особенности желез внутренней секреции.</p>	4	2,3
	<p><b>Самостоятельная работа</b> Заполнение таблицы «Влияние гипер- и гипосекреции эндокринных желез в разные периоды онтогенеза» на основе анализа литературы.</p> <p>Составление схемы «Гипоталамо-гипофизарная система, ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции».</p>	3	





<b>Раздел 4 .</b>	<b>Основы гигиены младших школьников.</b>		
<b>Тема 4.1</b> Основы гигиены детей и подростков.	<b>Содержание учебного материала</b> - Основные гигиенические требования, предъявляемые к зданиям, земельным участкам, помещениям школы, мебели, воздушно-тепловому режиму в помещении. Соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников.	2	2,3
	<b>Практическая работа</b> <i>Проведение измерений по санитарно-гигиенической оценке кабинета.</i> Составление памяток для учителя по обеспечению соблюдения гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников Обеспечение соблюдения гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;	6	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Ознакомление с санитарно-гигиеническими требованиями и правилами в части содержания территорий, зданий и помещений и мебели.	1	
<b>Примерная тематика курсовой работы (проекта) (если предусмотрены)</b>			
<b>Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) (если предусмотрены)</b>			
<b>Всего:</b>		<b>72</b>	



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.03. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

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

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

##### *Оборудование учебного кабинета*

Комплект ученической мебели на 30 чел, доска магнитно – меловая, персональный компьютер Samsung, проектор, интерактивная доска, Ноутбук Lenovo (6 шт), информационные стенды, методические пособия по учебной дисциплине «Возрастная анатомия, физиология, гигиена», динамические пособия, микроскоп школьный (6 шт.), микроскоп биологический (1 шт.), предметный столик, предметные стекла, покровные стекла, микропрепараты.

##### *1. Программная документация*

Типовая или примерная программа

Извлечения из ФГОС по дисциплине

Рабочая программа педагога

Материалы по аттестации по дисциплине

Материалы семинаров и практических работ по учебной дисциплине

##### *2. Методические материалы для аудиторных занятий*

Тематические папки

Раздаточный материал

Иллюстративный материал

Учебные пособия

Информационные подборки

Дидактический материал (схемы, карты )

##### *3. Контрольно-оценочные материалы*

Тесты

Контрольные работы

Олимпиадные задания

##### *4. Материалы для внеучебной работы по предмету*

Разработки, конспекты внеучебных занятий по предмету (конкурсы, КВН и др.)

Видеофильмы

##### *5. Материалы для самостоятельной работы для студентов*

Словарь

Методические рекомендации для самостоятельной работы по УД

Подборка литературы по дисциплине (перечень)

Методические материалы по исследовательской работе по учебной дисциплине

##### *6. Электронные материалы*

Презентации

Разработки. Учебные пособия. Тесты. Диагностические методики

##### *7. Картотека материалов*

*Перечень образовательных ресурсов* Интернет. Каталог материалов спутникового канала. Указатель журнальных статей. Перечень периодических журналов выписываемых библиотекой ГОУ СПО



8. *Студенческие работы.* Презентации. Письменные работы. Самостоятельные работы. Практические работы. Творческие работы.

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### *Основная литература:*

1. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 182 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12305-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://bibli-online.ru/bcode/447248>

##### *Дополнительная литература*

2. Безруких М.М. Возрастная физиология: (физиология развития ребенка) : учеб.пособие. М. : Академия, 2014.

3. Лысов П.К. Анатомия: в 2 томах : учебник. М. : Академия, 2014.

4. Назарова Е.Н. Возрастная физиология: (физиология развития ребенка) : учеб.пособие. М. : Академия, 2015.

5. Сапин М.Д., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) М. : Академия, 2015.

##### *Ресурсы Internet*

1. Анатомия человека. URL : [www.vnutry.ru](http://www.vnutry.ru)

2. Схемы и рисунки URL : [www.anatomy.net.ru](http://www.anatomy.net.ru)

##### *ЭОР*

Анатомия. Сборник электронных пособий. (Диск)

Медицинская энциклопедия «Популярная медицина» (Диск)

##### *Учебно-методические пособия, разработанные педагогом учебной дисциплины*

Комплекс заданий для самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена для студентов специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах / Авторы-разработчики: А.В. Семенова, С.В.Митрофанова. Камышлов: ГБПОУСО «Камышловский педагогический колледж». 2019.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.03. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
определять топографическое расположение и строение органов и физиология и частей тела;	практические работы, экзамен
оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте;	практические занятия, самостоятельная работа, экзамен
обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете при организации обучения дошкольников;	практические занятия, экзамен
учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени при проектировании и реализации образовательного процесса;	практические работы, экзамен
проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;	самостоятельные работы
<b>Знания:</b>	
основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	Зачет, контрольные работы, тестирование, экзамен
основные закономерности роста и развития организма человека	контрольная работа, самостоятельная работа, экзамен
строение и функции систем органов здорового человека; физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;	контрольные работы, тестирование, самостоятельная работа, тестирование, экзамен
влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; основы гигиены детей и подростков;	практические занятия, самостоятельная работа, экзамен
гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	практические работы, контрольные работы, экзамен
основы профилактики инфекционных заболеваний;	экзамен



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
ГБПОУ СО «Камышловский педагогический колледж»

Рабочая программа учебной дисциплины  
ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.

практические работы, экзамен