

Бюджетное учреждение профессионального образования
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«Белоярский политехнический колледж»

Рассмотрено на заседании МО
Протокол № 3 от «10» ноября 2025 г.



**Рабочая программа
по учебной дисциплине**
ОП.05 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»
программы подготовки специалистов среднего звена
к ОПОП по специальности СПО
44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»

Белоярский, 2025

Организация-разработчик: бюджетное учреждение профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Белоярский политехнический колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по программе подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО, входящей в состав укрупнённой группы специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки, по направлению подготовки 44.02.03. Педагогика дополнительного образования.

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и профессиональной переподготовки)

1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

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

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01	– определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	– основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
ОК 02	– определять возрастные особенности строения организма человека;	– топографическое расположение органов и частей тела;
ОК 08	– применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и профессиональной деятельности;	– основные закономерности роста и развития организма человека;
	– использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка;	– методы возрастной анатомии и физиологии;
		– строение и функции систем органов здорового человека;
		– физиологические характеристики основных

	<ul style="list-style-type: none"> – оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды; – определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков; – учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса; – применять знания о гигиене в практической деятельности; – проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста; – обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста. 	<ul style="list-style-type: none"> 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.
--	---	--

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 78 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 72 часа; самостоятельной работы обучающегося – 6 часов.

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	78
в т.ч. в форме практической подготовки	24
в т. ч.:	
теоретическое обучение	48
практические занятия	24
Самостоятельная работа	6
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет	

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.
1	2	3
Тема 1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека.	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> Предмет и задачи учебной дисциплины. Методы исследования в возрастной анатомии, физиологии и гигиене. Связь этого предмета с другими дисциплинами. 	2/0
Тема 2. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> Определение организма и его свойств, уровни организации живого организма. Роль среды и наследственности в развитии детского организма. Закономерности роста и развития. Определение онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития. Акселерация и ретардация, их причины. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Методы определения состояния умственного и физического развития ребенка. Понятие о физическом развитии. Показатели и возрастно-половые особенности физического развития. Определение антропометрических показателей для оценки физического развития школьников. 	10/2
	<p>В том числе практических занятий и лабораторных работ</p> <p>Практическое занятие 1. Оценка физического развития. Антропометрия. Определение типа телосложения.</p>	2
Тема 3. Регуляторные системы организма	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма и их значении для жизнедеятельности организма. Анатомия и физиология нервной системы. Общий план строения и функции нервной системы (микро- и макроуровень). Понятие о соматической и вегетативной нервной системе. Функциональное значение и особенности созревания отделов ЦНС. Понятие о функциональной асимметрии больших полушарий мозга. 	12/4

	<p>4. Понятие о работоспособности и утомлении, меры профилактики утомления у школьников.</p> <p>5. Координационная деятельность нервной системы.</p> <p>6. Определение рефлекса, рефлекторной дуги и рефлекторного кольца и их возрастные особенности.</p> <p>7. Анатомия и физиология эндокринной системы. Значение эндокринных желез, свойства и физиологические эффекты гормонов. Влияние гормонов на рост организма, его физическое и психическое развитие.</p>	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие 28. «Определение работоспособности у детей школьного возраста и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»	2
	Практическое занятие 2. Анализ рефлекторной дуги. Коленный рефлекс. Глазосердечный рефлекс.	2
Тема 4. Сенсорные функции	Содержание	8/2
	<p>1. Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Определение, структурная организация сенсорных систем (анализаторов), их классификация и значение для развивающегося организма. Основные нарушения зрения.</p> <p>2. Зрительная сенсорная система. Общий план строения зрительной сенсорной системы, строение и функции глаза, возрастные особенности работы зрительного анализатора.</p> <p>3. Слуховая сенсорная система. Общий план строения слуховой сенсорной системы, строение и функции уха, возрастные особенности работы слухового анализатора.</p> <p>4. Функциональное значение и возрастные особенности двигательного, вестибулярного, вкусового, обонятельного и кожного анализаторов.</p>	6
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие 3. Анализаторы. Методы определения остроты зрения	2
Тема 5. Физиология высшей нервной деятельности детей и подростков	Содержание	10/2
	<p>1. Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Понятие о высшей нервной деятельности (ВНД).</p> <p>2. Условия, механизмы и возрастные особенности выработки и торможения условных рефлексов. Значение условных рефлексов для воспитания и обучения, понятие динамического стереотипа.</p> <p>3. Понятие о сигнальных системах мозга, этапы и условия становления речевой функции.</p> <p>4. Эмоции, их коммуникативное значение. Физиологические механизмы эмоций и их развитие в постнатальном онтогенезе. Эмоции и стресс.</p> <p>5. Индивидуально-типологические особенности ребенка. Классификация и характеристика типов ВНД. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.</p>	8

	<p>6. Физиологические основы психических функций мозга. Физиологические механизмы восприятия, памяти, внимания, мышления, их возрастные особенности.</p> <p>7. Физиологические механизмы сна.</p> <p>В том числе практических занятий и лабораторных работ</p> <p>Практическое занятие 5. Исследование динамики умственной работоспособности. Определение особенностей гигиены умственного труда.</p>	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2
	Практическое занятие 5. Исследование динамики умственной работоспособности. Определение особенностей гигиены умственного труда.	2
Тема 6. Моторные функции	Содержание	12/4
	1. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков.	
	2. Строение и функции костной системы человека, ее развитие.	
	3. Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы. Понятие о рефлекторном механизме мышечной деятельности.	
	4. Использование знаний о естественной потребности ребенка в двигательной активности при организации учебно-воспитательного процесса.	
	5. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и меры профилактики.	
	6. Гигиенические требования к организации труда обучающихся.	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4
	Практическое занятие 4. «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»	2
	Практическое занятие 5. «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей школьного возраста на сохранение правильной осанки»	2
Тема 7. Возрастные особенности висцеральных функций организма детей и подростков.	Содержание	18/10
	1. Внутренняя среда организма. Понятие о внутренней среде организма, определение гомеостаза..	
	2. Состав, функции и возрастные особенности крови.	
	3. Иммунитет, его виды. Возрастные изменения иммунитета.	
	4. Кровообращение. Общий план строения, функции сердечно-сосудистой системы. Возрастные особенности системы кровообращения у детей и подростков. Использование показателей деятельности ССС для комплексной диагностики функционального развития ребенка.	
	5. Дыхание. Общий план строения и функции дыхательной системы. Возрастные особенности системы дыхания у детей и подростков. Жизненная емкость легких.	
	6. Гигиеническое значение воздушной среды в помещении. Микроклимат.	
	7. Общий план строения и функции пищеварительной системы. Возрастные особенности органов пищеварения у детей и подростков.	
	8. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Понятие об обмене веществ и энергии,	

	его этапы. Обмен и значение питательных веществ. Энергетический обмен у детей и подростков.	
	9. Возрастные особенности органов выделения. Общий план строения и функции мочевыделительной системы, возрастные особенности.	
	10. Строение, функции, возрастные особенности и гигиена кожи. Требования к одежде и обуви детей и подростков.	
	11. Репродуктивная система организма. Общий план строения и функции репродуктивной системы	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	10
	Практическое занятие 6. Определения показателей сердечно-сосудистой системы. Пульсометрия. Определение кровяного давления;	2
	Практическое занятие 7. Оценка функциональных резервов сердечно-сосудистой системы	2
	Практическое занятие 8. Определения показателей дыхательной системы. Спирометрия;	2
	Практическое занятие 9. Определение основного обмена расчетным методом.	2
	Практическое занятие 10. Определение требований к микроклимату учебного помещения.	2
Самостоятельная работа		
	Заполнение таблицы и составление схем по теме «Возрастная периодизация и сенситивные периоды развития детей». Подготовка реферата «Наследственность и среда, их влияние на развитие детского организма».	6
Всего:		78

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: Кабинет «Физиологии, анатомии и гигиены».

Наименование оборудования

I Специализированная мебель и системы хранения

Основное оборудование

Рабочие места обучающихся

Рабочее место преподавателя

II Технические средства

Основное оборудование

Демонстрационное и/или интерактивное оборудование

Лицензионное программное обеспечение,

Компьютер с выходом в локальную и глобальную сеть Интернет

III Демонстрационные учебно-наглядные пособия

Основное оборудование

Учебно-методический комплекс по дисциплине

Учебные пособия

Дидактический и демонстрационный материал, необходимый для организации качественного обучения

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Сапин М.Р. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин. – Москва: Академия, 2021. – 384 с.

2. Соловьева В.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена / А.В. Соловьева. – Москва: Академия, 2017.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232> (дата обращения: 22.06.2022).

2. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 268 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07846-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491899> (дата обращения: 22.06.2022).

3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494793> (дата обращения: 22.06.2022).

4. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 287 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15569-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/508832> (дата обращения: 22.06.2022).

5. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 132 с.

— ISBN 978-5-507-46433-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/308762> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Ткачук, М. Г. Анатомия спортивной деятельности / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-507-45831-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/319376> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Анатомия. / Учебное пособие / под ред. Сонина Н.И., Сапина М.Р., М.: ДРОФА, 2009, 1СД-ROM.
2. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
3. Анатомия. Курс лекций: Федеральный портал «Российское образование» (Режим доступа): URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm> (дата обращения: 21.06.2018).
4. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2008, 1СД-ROM.
5. Атлас морфологии человека /Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
6. Внутренняя среда организма. — URL: http://www.fiziolog.isu.ru/page_KSYS.htm.
7. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие Единое окно доступа к информационным ресурсам (Режим доступа): URL: http://window.edu.ru/window/library?p_rid=40358
8. Информационный сайт - справочник по биологии и физиологии.—URL: <http://sbio.info/index.php>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></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. 	<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; – 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 работоспособность, поведение; – характеризует принципы гигиены систем органов; – анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления 	<ul style="list-style-type: none"> – устный опрос по темам, – проверочные; – анализ и оценка решения тестовых заданий;

	<p>здоровья на различных этапах онтогенеза;</p> <ul style="list-style-type: none"> – дает описание гигиенических требований к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации в соответствии с нормативными документами. 	
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></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 деятельности; – проводить под руководством медицинского 	<ul style="list-style-type: none"> – точно показывает на макетах 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 работоспособности ребенка в течение образовательного процесса; – демонстрируют умение применять знания о гигиене систем органов при разработке информационных материалов; – предлагает меры профилактического воздействия для детей дошкольного возраста; 	<ul style="list-style-type: none"> – оценка результатов выполнения практической работы

<p>работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста;</p> <p>– обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста.</p>	<p>– составляют рекомендации по профилактике заболеваний детей</p> <p>– обеспечивает соблюдение гигиенических требований в группе согласно СанПиН при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста.</p>	
---	---	--