

Министерство образования Новосибирской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Новосибирской области

**«НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
КОЛЛЕДЖ»**

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по учебной работе
_____ Н.В. Ходенко
«__» _____ 2021г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОП.03. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ
И ГИГИЕНА**

**основной профессиональной образовательной программы
специальности 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям)**

углубленной подготовки

Новосибирск 2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям), входящей в состав укрупненной группы специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки.

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Новосибирской области «Новосибирский профессионально-педагогический колледж»

Разработчик: Лапицкая Т.В., преподаватель

Рассмотрено и принято на заседании кафедры/ПЦК «Педагогических, строительных и социально-правовых дисциплин»

Протокол от 01.09.2021г. № 1

Председатель кафедры/ПЦК _____ И.П. Балдина

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	стр. 4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины	16
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	19

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям), входящей в состав укрупненной группы специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки.

Программа учебной дисциплины может быть включена в программы дополнительного профессионального образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный учебный цикл, общепрофессиональная дисциплина.

1.3. Компетенции, на формирование которых работает дисциплина

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций у выпускника:

Общие компетенции, включающие в себя способность:

- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся.
- ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих
- ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
- ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой

Профессиональные компетенции, соответствующие основным видам профессиональной деятельности:

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать занятия.
- ПК 1.2. Обеспечивать материально-техническое оснащение занятий, включая проверку безопасности оборудования, подготовку необходимых объектов труда и рабочих мест обучающихся, создание условий складирования и др.
- ПК 1.3. Проводить лабораторно-практические занятия в аудиториях, учебно-производственных мастерских и в организациях.
- ПК 1.4. Организовывать все виды практики обучающихся в учебно-

- производственных мастерских и на производстве.
- ПК 1.5. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
- ПК 1.6. Анализировать занятия и организацию практики обучающихся.
- ПК 2.1. Проводить педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретировать полученные результаты.
- ПК 2.2. Определять цели и задачи, планировать деятельность по педагогическому сопровождению группы обучающихся.
- ПК 2.3. Организовывать различные виды внеурочной деятельности и общения обучающихся.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогическую поддержку формирования и реализации обучающимися индивидуальных образовательных программ.
- ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных.
- ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального профессионального образования и профессиональной подготовки на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 4.1. Участвовать в планировании деятельности первичного структурного подразделения.
- ПК 4.2. Участвовать в разработке и внедрении технологических процессов.
- ПК 4.3. Разрабатывать и оформлять техническую и технологическую документацию.
- ПК 4.4. Обеспечивать соблюдение технологической и производственной дисциплины.
- ПК 4.5. Обеспечивать соблюдение техники безопасности.

1.4. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- определять возрастные особенности строения организма человека;
- 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 различные возрастные периоды;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний обучающихся;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете

(мастерской) при организации производственного обучения;

- 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;

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела.

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 человека;

- влияние процессов физиологического созревания и развития человека на его физическую и психическую работоспособность, поведение;

- основы гигиены;

- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;

- основы профилактики инфекционных заболеваний;

- гигиенические требования к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения.

1.5. Количество часов, отведенное на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося - **168 часов**, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - **112 часов**;

самостоятельная работа обучающегося - **56 часов**.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	168
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	112
в том числе:	
теоретические занятия	90
практические занятия	22
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	56
в том числе:	
Подготовка сообщений	8
Составление памятки	12
Подготовка комплекса гимнастики для глаз	10
Подготовка беседы на заданную тему	10
Домашняя практическая работа	8
Составление кроссворда	8
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета в № 3, 4, 5 семестрах</i>	

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	Объем часов	Уровень освоения	Компетенции
1	2	3	4	
Введение	Анатомия, физиология и гигиена как науки. Значение этих наук для профессии педагога. Инструктаж. Входной контроль.	2	1	ОК №1
Раздел 1. Основные закономерности роста и развития организма человека		12		ПК №1.1 – 1.6 ОК №3,10 ЛР 9-10
Тема 1.1. Представления об индивидуальном развитии человека	Онтогенез. Рост. Развитие Показатели физического развития. Группы физического развития по росту	4	2	
	Практические занятия			
	1. Оценка физического развития	2		
Тема 1.2 Основные закономерности онтогенеза	Основные закономерности онтогенеза. Критические периоды в постнатальном развитии. Явления акселерации и ретардации. Роль наследственности и среды в физическом и психическом развитии	4	1	
	Самостоятельная работа			
	Составление глоссария		2	
Раздел 2. Физиология нервной системы		18		ПК №1.1 - 1.5; 2.4 ОК №10 ЛР 9-10
Тема 2.1. Общий план строения нервной системы	Общий обзор строения нервной системы. Строение спинного и головного мозга.	4	1	
Тема 2.2 Нейрон. Синапсы	Строение и функции нейрона. Нервные центры. Синапсы, их значение. Рефлекс как основной акт нервной деятельности.	2	1	
	Практические занятия			

	Изучение строение нейрона	2		
Тема 2.3 Возбуждение и торможение – основные физиологические процессы	Возбуждение и торможение в нервной системе. Координация нервных процессов	4	1	
	Практические занятия			
	1. Изучение строения головного мозга	2		
	Самостоятельная работа			
	1. Составление кроссворда или тестовых вопросов (14 - 16) по теме «Нервная система»; 2. Составление памятки "Физиология нервной системы у детей"	6 6		
Раздел 3. Физиология высшей нервной деятельности		33		ПК №1.6;
Тема 3.1. Безусловные и условные рефлексы как основа нервной деятельности	Учение о высшей нервной деятельности. И. М. Сеченов и И.П. Павлов – основоположники учения о нервной высшей деятельности. Безусловные и условные рефлексы. Значение учения И. П. Павлова об условных рефлексах. Динамический стереотип. Безусловное и условное торможение Методика изучения и условия образования условных рефлексов. Условные раздражители. Образование и длительное сохранение условных связей. Основа обучения и памяти механизмы краткосрочной и долговременной памяти.	6	2	2.1–2.6; 3.1- 3.2; 4.1– 4.5 ОК №3,10 ЛР 9-10
	Практические занятия			
	Сердечные реакции как компонент защитных реакций	2		
	Самостоятельная работа			
	1. Подготовка к дифференцированному зачету	5		
	Дифференцированный зачет	2		
Всего за 3 семестр		57		
Тема 3.2 Типы высшей	Сигнальные системы действительности. Учение И. П. Павлова об основных типах ВНД. Свойства нервных	4	2	

нервной деятельности (далее - ВНД)	процессов, лежащие в их основе необходимость учёта типов в н.д. при осуществлении индивидуального подхода к детям. Пластичность типов. Особенности нервной высшей деятельности человека. Две сигнальные системы действительности: сигналы непосредственные и речевые. Речевые центры коры больших полушарий человека. Анализ и синтез речевых сигналов как основа процессов мышления.			
	Практические занятия			
	Выявление особенностей ВНД	2		
	Самостоятельная работа			
	1.Определение типологической направленности у человека.	2		
Тема 3.3 Развитие ВНД в онтогенезе	ВНД в онтогенезе. Изменение ВНД у детей и подростков под влиянием различных факторов.	2	2	
	Практические занятия	2		
	Решение задач по ВНД. Анализ урока с физиологической точки зрения			
	Самостоятельная работа			
	Составление памятки по темам «Физиология нервной и ВНД	4		
Тема 3.4 Общие принципы управления нервной высшей деятельности и психическими процессами человека	Нейрофизиологические механизмы восприятия, внимания, памяти. Общие принципы управления нервной высшей деятельности и психическими процессами человека.	2		
Раздел 4. Анализаторы		16		ПК №1.1 – 1.6

Тема 4.1. Общие принципы построения сенсорных систем	Понятие об анализаторах. Роль анализаторов в познании окружающего мира. Ошибки органов чувств и их устранение. Практические занятия Изучение общих принципов построения сенсорных систем на примере слухового анализатора	2 2	2	ОК №10 ЛР 9-10
Тема 4.2 Зрительный и слуховой анализатор	Строение и функции зрительного анализатора. Нарушения зрения. Гигиена зрения и слуха	4	2	
	Самостоятельная работа 1. Подготовка и проведение комплекса упражнений для глаз	4		
Тема 4.3 Обонятельный и вкусовой, кожный анализаторы	Обонятельный и вкусовой анализаторы, их значение. Анализ обонятельных и вкусовых раздражений. Чувствительность обонятельного и вкусового анализаторов. Кожный анализатор.	4		
Раздел 5. Эндокринная система		8		ПК №2.1 – 2.3
Тема 5.1. Возрастные особенности эндокринной системы	Железы внутренней секции. Гормоны. Понятия о гипо- и гиперфункциях. Гипоталамус, гипофиз, их роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции. Половые железы и их в процессе полового созревания стадии полового созревания, развития вторичных половых признаков особенности состояния организма в подростковом и юношеском возрасте в связи с половым созреванием. Половая зрелость физиологическая и социальная.	6	1	ОК №10,11 ЛР 9-10
	Практические занятия			
	1. Определение топографического расположения желез внутренней секреции	2		
Самостоятельная работа				
1. Составление сводной таблицы по теме «Железы внутренней секреции»		6		

Раздел 6. Опорно-двигательный аппарат		12		ПК №2.1 – 2.4
Тема 6.1. Общий план строения опорно-двигательного аппарата	Значение опорно-двигательного аппарата. Строение скелета человека. Соединения костей. Развитие скелета человека. Изгибы позвоночника, их образование, сроки фиксации. Строение и свойства скелетных мышц. Основные группы мышц. Рост и развитие мышц после рождения.	6	1	ОК №10,11 ЛР 9-10
Тема 6.2 Нарушения опорно-двигательного аппарата	Осанка, формирование и роль правильной осанки для здоровья, функциональные нарушения осанки. Значения правильной позы при выполнении трудовой операций для правильного развития опорно-двигательного аппарата и сохранения хорошей осанки. Плоскостопие, и его причины, признаки и меры предупреждения. Вред гиподинамии. Роль двигательной активности в физическом и психическом развитии детей.	2	1	
Самостоятельная работа				
1 Составление памятки « Охрана опорно-двигательного аппарата»		4		
Всего за 4 семестр		60		
Раздел 7. Вегетативные функции организма		33		ПК №1.1 – 1.4
Тема 7.1. Кровеносная система	Кровь. Сердечно - сосудистая система Внутренняя среда организма (тканевая жидкость, кровь, лимфа). Состав крови и ее функции. Группы крови малокровие и его профилактика. Понятие об иммунитете, его роль в сохранение биологической индивидуальности клеточных и гуморальный иммунитет. Их механизм Сердце, его строение и расположение. Цикл сердечной	4	2	ОК №10 ЛР 9-10

	<p>деятельности свойства сердечной мышцы Движение крови по сосудам. Артерии, вены, капилляры. Кровяное давление и скорость движения в различных отделах кровеносной системы. Пульс и его характеристика кровяное давление и скорость движение крови у детей разного возраста. Учет возрастных особенностей сердечно - сосудистой системы при проведении физического и трудового воспитания детей. Профилактика сердечно - сосудистых заболеваний у детей.</p>			
	Практические занятия			
	1. Определение пульса и артериального давления	2		
Тема 7.2 Дыхательная система	<p>Значение дыхания. Строение организмов дыхания обмен газов между организмом и окружающей воздушной средой и его значение. Дыхательные движения. Жизненная емкость легких. Глубина и частота дыхательных движений при покое и при физической нагрузке у тренированных и нетренированных людей. Регуляция дыхания. Развитие органов дыхания у детей. Половые отличия типов дыхания, его частоты и глубины. Гигиена дыхания. Понятие о микроклимате оптимальные условия воздушной среды, их значения для поддержания работоспособности обучающихся. Профилактика респираторных вирусных инфекций.</p>	4	1	
	Самостоятельная работа			
	1. Подготовка беседы «Профилактика инфекционных заболеваний»	6		
Тема 7.3 Пищеварительная	<p>Значение пищеварения. Органы пищеварительного аппарата. Пищеварение в желудке и кишечнике. Всасывание защитная</p>	6	1	

система	<p>функция печени. Развитие органов пищеварения. Обмен веществ и энергии - основы процессов жизнедеятельности организма.</p> <p>Ассимиляция и диссимиляция. Обмен жиров, белков, углеводов, воды, минеральных солей, микроэлементов, витаминов; их роль процессах роста и развития организма. Пищевые продукты, их состав нормы питания. Характеристика энергозатрат при различных видах деятельности. Режим питания. Вредное влияние употребления алкоголя на органы пищеварения. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний.</p>			
	Практическое занятие			
	1. Изучение строения органов пищеварения по таблицам	2		
Тема 7.4 Выделительная система	<p>Органы выделения, их функция система мочевыделения. Нервно-гуморальная регуляция мочеобразования и мочеиспускания. Изменение с возрастом функции почек. Энурез, его причины и профилактика.</p>	4	1	
	<p>Самостоятельная работа</p> <p>1. Составление памятки «Возрастные особенности вегетативных функций организма»</p>	5		
Раздел 8. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса		20		ПК №1.1-1.6; 4.1-4.5 ОК №10 ЛР 9-10
Тема 8.1. Утомление и работоспособность	<p>Понятие об утомлении Работоспособность. Фазы работоспособности.</p> <p>Изменение работоспособности в процессе учебной деятельности.</p>	6	1	
	Практическое занятие			
	1. Построение графиков суточной и недельной динамики	2		

	работоспособности			
	Самостоятельная работа			
	Подготовка сообщения «Работоспособность»	6		

Тема 8.2 Гигиена учебного процесса	Гигиенические требования к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения. Освещение учебных помещений	4		
	Дифференцированный зачет	2		
	Всего за 5 семестр	51		
	Всего:	168 (112+56)		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Отраслевых общепрофессиональных дисциплин», в котором имеется возможность обеспечить свободный доступ в Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся и предполагает применение элементов технологии В.М. Монахова. Предусмотрена дистанционная форма (работа через интернет ресурсы, работа в системе дистанционного обучения на обучающей платформе Moodle т.д.).

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине;
- микроскопы, микропрепараты, лупы

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением
- мультимедиапроектор
- проекционный экран
- скайп
- видео - и мультимедиа ресурсы по дисциплине
- цифровая лаборатория

Средства обучения при дистанционной форме (нормативно-справочная литература, комплект плакатов, тематических стендов, инструкционные стенды, мультимедийный комплекс. Локальная сеть колледжа, система дистанционного обучения на обучающей платформе Moodle, программное обеспечение общего и профессионального назначения, комплект учебно-методической документации).

В условиях дистанционного обучения:

- инструктаж и выдача задания производится в форме телеконференции в программе Zoom;
- вся необходимая документация высылается по электронной почте;
- обратная связь и консультации осуществляются через Moodle и по электронной почте;
- выполненные задания собираются в архив и отправляются на облако;
- зачет, контрольная работа или экзамен осуществляется в форме телеконференции в программе Zoom.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования, М.В. Сапин, В. И. Сивоглазов. -13 изд. стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 384 с., ил.

Дополнительные источники:

1. Айзман, Р.И, Рубанович В.Б. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: учебное пособие.-Сиб.универ. изд-во, 2010.
2. Крымская И. Г. Гигиена и основы экологии человека: учебное пособие.-2-е изд.. доп. И перер. – Ростов н /Д.:Феникс, 2009.
3. Кожин, А. А. Здоровый человек и его окружение: учебник. - 2.изд., стереотип. - М. : Академия, 2008.
4. Лысова, Н.Ф. Возрастная анатомия, физиологии и школьная гигиена: учебное пособие./ Лысова, Н.Ф. Айзман,Р.И, Завьялова Я. Л., Ширшова В.М./- Новосибирск: Сиб.унив.изд-во, 2012г.
5. Матвеева Н. А., Леонов А. В., Грачева М. П. и др. Гигиена и экология человека: учеб. для студ.ср.проф.уч.зав. 3-е издание, стер. – М.:Изд.центр «Академия», 2008.
6. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека. Учебник.- 8.изд. - Ростов на /Д: Феникс, 2006.
9. [www. bril2002. narod. ru](http://www.bril2002.narod.ru)

Краткая, компактная, но достаточно подробная информация по разделам: «Общая биология», «Ботаника», «Зоология», «Человек»).

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения студентами домашних заданий, контрольных работ.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:	
- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Формы контроля: - устный опрос, - письменное тестирование, - письменные проверочные (самостоятельные) работы по В.М. Монахову - контрольные работы, - практические и лабораторные работы, - домашние задания творческого характера, составление памяток; - активность на занятиях (дополнения к ответам сокурсников, решение заданий с опережением, и тд.)
- определять возрастные особенности строения организма человека;	
- 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 различные возрастные периоды;	
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний обучающихся;	
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской) при организации производственного обучения;	
- 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.	Методы оценки результатов: - накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка. - традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка - дифференцированный зачет

<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p>	
<p>- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</p>	
<p>- основные закономерности роста и развития организма человека;</p>	
<p>- строение и функции систем органов здорового человека;</p>	
<p>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</p>	
<p>- возрастные анатомо-физиологические особенности человека;</p>	
<p>- влияние процессов физиологического созревания и развития человека на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</p>	
<p>- основы гигиены;</p>	
<p>- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</p>	
<p>- основы профилактики инфекционных заболеваний;</p>	
<p>- гигиенические требования к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения</p>	