

Министерство образования Новосибирской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Новосибирской области

**«НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
КОЛЛЕДЖ»**

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора по учебной работе  
\_\_\_\_\_ Н.В. Ходоевко  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г

*Директор С.С. Лузан*

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

Протокол № 1 от 01.09.2021 г

Председатель кафедры/ПЦК \_\_\_\_\_ Балдина И.П.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	стр. 4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины	13
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	15

# 1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

## 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, общепрофессиональные дисциплины.

## 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 - **76 часов**, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - **51 час**;

самостоятельная работа обучающегося - **25 часов**.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>76</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>51</b>
в том числе:	
теоретические занятия	<b>39</b>
практические занятия	<b>12</b>
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>25</b>
в том числе:	
Подготовка сообщений	3
Составление памятки	8
Подготовка комплекса гимнастики для глаз	3
Подготовка беседы на заданную тему	4
Домашняя практическая работа	4
Составление кроссворда	3
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена-5сем.</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

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
<b>Раздел 1. Основные закономерности роста и развития организма человека</b>		<b>6</b>		ПК №1.1 – 1.6
Тема 1.1. Представления об индивидуальном развитии человека	Онтогенез. Рост. Развитие Показатели физического развития. Группы физического развития по росту	2	2	ОК №3,10 ЛР 9-10
	<b>Практические занятия</b> 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	2	1	
<b>Раздел 2. Физиология нервной системы</b>		<b>9</b>		ПК
Тема 2.1. Общий план строения нервной системы	Общий обзор строения нервной системы. Строение спинного и головного мозга.	2	1	№1.1 - 1.5; 2.4 ОК №10 ЛР 9-10
Тема 2.2 Нейрон. Синапсы	Строение и функции нейрона. Нервные центры. Синапсы, их значение. Рефлекс как основной акт нервной деятельности.	2	1	



Тема 2.3 Возбуждение и торможение – основные физиологические процессы	Возбуждение и торможение в нервной системе. Координация нервных процессов	2	1	
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	Составление кроссворда по теме «Нервная система»	3		
<b>Раздел 3. Физиология высшей нервной деятельности</b>		<b>20</b>		ПК №1.6; 2.1–2.6; 3.1- 3.2; 4.1– 4.5 ОК №3,10 ЛР 9-10
Тема 3.1. Безусловные и условные рефлексы как основа нервной деятельности	Учение о высшей нервной деятельности. Условные и безусловные рефлексы. Динамический стереотип. Безусловное и условное торможение	4	2	
	<b>Практические занятия</b>			
	Сердечные реакции как компонент защитных реакций	2		
Тема 3.2 Типы высшей нервной деятельности (далее - ВНД)	Типы ВНД. Сигнальные системы действительности.	2	2	
	<b>Практические занятия</b>			
	Выявление особенностей ВНД	2		
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	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	
	<b>Практические занятия</b>			
	Решение задач по ВНД. Анализ урока с физиологической точки зрения	2		
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	Составление памятки по темам «Физиология нервной и ВНД	4		
<b>Раздел 4. Анализаторы</b>		<b>8</b>		ПК №1.1 – 1.6

Тема 4.1. Общие принципы построения сенсорных систем	<b>Практические занятия</b> Изучение общих принципов построения сенсорных систем на примере слухового анализатора	2	2	ОК №10 ЛР 9-10
Тема 4.2 Зрительный и слуховой анализатор	Строение и функции зрительного и слухового анализаторов. Нарушения зрения. Гигиена зрения и слуха	2	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	1. Подготовка и проведение комплекса упражнений для глаз	4		
<b>Раздел 5. Эндокринная система</b>		<b>4</b>		ПК №2.1 – 2.3 ОК №10,11 ЛР 9-10
Тема 5.1. Возрастные особенности эндокринной системы	Понятие о гормонах и эндокринной системе Физиологическое значение желез внутренней секреции. Развитие эндокринной системы в онтогенезе	2	1	
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	1. Составление сводной таблицы по теме «Железы внутренней секреции»	2		
<b>Раздел 6. Опорно-двигательный аппарат</b>		<b>6</b>		ПК №2.1 – 2.4 ОК №10,11 ЛР 9-10
Тема 6.1. Общий план строения опорно-двигательного аппарата	Значение опорно-двигательного аппарата. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. Строение и функции костной системы. Развитие костной и мышечной системы	2	1	
Тема 6.2 Нарушения опорно-двигательного аппарата	Нарушения осанки. Плоскостопие. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия	2	1	
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	1 Составление памятки « Охрана опорно-двигательного аппарата»	2		

<b>Раздел 7. Вегетативные функции организма</b>		<b>18</b>		ПК №1.1 – 1.4
Тема 7.1. Кровеносная система	Состав и значение крови. Возрастные особенности крови. Иммуитет. Причины сердечно-сосудистых заболеваний	2	2	ОК №10 ЛР 9-10
	<b>Практические занятия</b>			
	1. Определение пульса и артериального давления	<b>2</b>		
Тема 7.2 Дыхательная система	Строение, значение и развитие органов дыхания. Гигиена дыхания	<b>2</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа</b>			
	1. Подготовка беседы «Профилактика инфекционных заболеваний»	<b>4</b>		
Тема 7.3 Пищеварительная система	Строение, значение и развитие органов пищеварения. Переваривание пищи. Обмен веществ и энергии. Гигиена питания	<b>2</b>	1	
Тема 7.4 Выделительная система	Строение, значение и развитие органов выделения. Энурез. Гигиена мочеполовой системы	<b>2</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа</b> 1. Составление памятки «Возрастные особенности вегетативных функций организма»	<b>4</b>		
<b>Раздел 8. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса</b>		<b>3</b>		ПК №1.1-1.6; 4.1-4.5
Тема 8.1. Утомление и работоспособ- ность	Понятие об утомлении. Работоспособность. Фазы работоспособности. Изменение работоспособности в процессе учебной деятельности.	<b>2</b>	1	ОК №10 ЛР 9-10
Тема 8.2	Гигиенические требования к учебно-производственному	<b>1</b>		

Гигиена учебного процесса	процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения. Освещение учебных помещений			
	<b>Всего:</b>	<b>76</b>		

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета, предусмотрена дистанционная форма на платформе Moodle.

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 на платформе Moodle;
- экзамен осуществляется в форме телеконференции в программе Zoom.

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых 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 <b>уметь:</b>	
- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	<p><i>Формы контроля:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос,</li> <li>- письменное тестирование,</li> <li>- письменные проверочные (самостоятельные) работы по В.М. Монахову</li> <li>- контрольные работы,</li> <li>- практические и лабораторные работы,</li> <li>- домашние задания творческого характера, составление памяток;</li> <li>- активность на занятиях (дополнения к ответам сокурсников, решение заданий с опережением, и тд.)</li> </ul> <p><i>Методы оценки результатов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка.</li> <li>- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка</li> <li>- экзамен</li> </ul>
- 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.	
В результате освоения	

дисциплины обучающийся должен <b>знать:</b>	
- 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	