

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ТУЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

Тула 2022

Рабочая программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) **44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»** укрупненной группы специальностей **44.00.00 Образование и педагогические науки.**

**Организация-разработчик:**

государственное профессиональное образовательное учреждение Тульской области «Тульский педагогический колледж»

**Разработчики:**

Галионцева Людмила Николаевна, преподаватель ГПОУ ТО «Тульский педагогический колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Возрастная анатомия, физиология и гигиена

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы (программы подготовки специалистов среднего звена – далее ППСЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования» укрупненной группы специальностей 44.00.00 Образование и педагогические науки.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** входит в профессиональный цикл, в блок общепрофессиональных дисциплин.

**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.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 114 час, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 15 часов; самостоятельной работы обучающегося - 99 часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>114</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> в том числе:	<b>15</b>
лабораторные занятия	
практические занятия	<b>7</b>
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>99</b>
в том числе: <i>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</i> - подготовка сообщений и докладов по темам: «Закономерности роста и развития детского организма», «Изучение головного мозга», «Дневные и ночные биологические ритмы», «Отклонения в нормальном развитии одной из сенсорных систем», «Гормоны», «Нарушение осанки: виды, причины, профилактика», «Витамины и микроэлементы», подготовка докладов об учёных-микробиологах и их открытиях (И.И. Мечников, Э. Дженнер, Л. Пастер и др.), «Профилактика глистных инвазий», «Условия нормального пищеварения»; - оформление конспектов по темам: «Строение и значение органов выделения», «Расщепление белков в желудке», «Кожные заболевания»; - подбор материалов из СМИ по теме: «Нарушение требований к учебно-воспитательному процессу в школах ТО»; - составление таблиц «Возрастные особенности строения скелета туловища, головы, конечностей», «Суточное количество мочи у детей разного возраста»; составление схем переливания крови; движения крови по большому и малому кругам кровообращения; подготовка презентаций по теме: «Профилактика наркомании, алкоголизма и табакокурения в детской и молодёжной среде»; - составление программы профилактики табакокурения в школе; - оформление рефератов на темы: «Формирование условных рефлексов у школьников», «Особенности энергосбережения в пубертатный период», «Влияние курения и алкоголя на сердце и сосуды».	
<i>Итоговая аттестация в форме экзамена</i>	

## 2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Тема 1. Уровни организации живой системы</b>	Содержание учебного материала	1	
	1   Предмет, задачи и содержание курса. Уровни организации организма.		1
	Практическое занятие: Микроскопическое строение тканей и животной клетки.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщения по теме: «Закономерности роста и развития детского организма», составление таблицы по теме: «Возрастная периодизация»	4	
<b>Тема 2. Нервная система</b>	Содержание учебного материала		
	1   Значение нервной системы. Общий план строения нервной системы.	1	2
	Лабораторные работы		
	Практические занятия: Определение индивидуального профиля асимметрии	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: оформление реферата на тему: «Формирование условных рефлексов у школьников», подготовка сообщений на тему: «Изучение головного мозга», конспектирование тем: «Рефлекс. Виды рефлексов», «Определение возбуждения, возбудимости, раздражения, раздражителей», заполнение таблицы по теме: «Функциональное значение различных отделов нервной системы»; вычерчивание схемы по теме «Рефлекторная дуга», составление тезисов по теме: «Структурно – функциональная организация коры головного мозга. Зоны коры головного мозга. Методы изучения коры головного мозга»	14	
<b>Тема 3. Основы учения о высшей нервной деятельности</b>	Содержание учебного материала		
	1   Гигиенические требования к учебно - воспитательному процессу.	1	2
	Практические занятия: Оценка режима дня школьника	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщений на тему: «Дневные и ночные биологические ритмы» (по выбору); подбор материалов из СМИ по теме: «Нарушение требований к учебно - воспитательному процессу в школах ТО»,	14	

	составление расписания уроков в начальной школе, подборка физминуток для учащихся начальной школы в соответствии с анатомическими признаками утомления, анализ расписания занятий для одного из классов средней школы (по выбору), конспектирование тем: «Нейрофизиологические и морфологические основы речи», «Теория высшей нервной деятельности. Роль торможения в процессах в.н.д.», составление тезисов по теме: «Требования к расписанию уроков в школе», «Требования к организации умственного труда учащихся».		
<b>Тема 4. Сенсорные системы</b>	Содержание учебного материала	<i>1</i>	<i>2</i>
	1   Зрительная сенсорная система. Гигиена зрения и слуха. Другие сенсорные системы		
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщений по теме: «Отклонения в нормальном развитии одной из сенсорных систем» (по выбору); конспектирование тем: «Световая и цветовая чувствительность у детей различного возраста. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Отклонения в нормальном развитии зрительной системы. Причины их вызывающие»; определение чувствительности слухового анализатора; заполнение таблиц: «Возрастные изменения порога слышимости, Чувствительность слухового анализатора у детей»	<i>12</i>	
<b>Тема 5. Опорно - двигательный аппарат</b>	Содержание учебного материала	<i>1</i>	<i>2</i>
	1   Значение и строение двигательного аппарата.		
	Практические занятия: Оборудование учебных классов	<i>2</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к семинару; составление таблицы «Возрастные особенности строения скелета туловища, головы, конечностей» по тексту и рисункам учебника с использованием раздаточного материала, подготовка докладов по теме «Нарушение осанки: виды, причины, профилактика»; конспектирование тем: «Возрастные особенности строения и развития скелетных мышц. Нарушение осанки: виды, причины, профилактика»; сравнительный анализ скелета человека и скелета млекопитающего животного; определение гармоничного физического развития по антропометрическим данным; составление схемы пришкольной территории; составление тезисов по теме: « Гигиенические требования к школьному зданию и оборудованию помещений школы, к участку школы и работе на пришкольном участке»	<i>12</i>	

<b>Тема 6. Железы</b>	Содержание учебного материала		
	1	Железы. Возрастные особенности желез внутренней секреции	1
	Практические занятия: Изучение внешнего строения печени		1
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщений по теме: «Гормоны» (по выбору); конспектирование темы: «Нервная и гуморальная регуляция функций организма».		4
<b>Тема 7. Обмен веществ</b>	Содержание учебного материала		
	1	Обмен веществ и энергии.	2
	2	Источники энергии в организме. Витамины	
	Практические занятия: Составление пищевого рациона школьника.		1
	Самостоятельная работа обучающихся: оформление реферата на тему: «Особенности энергосбережения в пубертатный период»; подготовка сообщений по теме: «Витамины и микроэлементы» (по выбору), определения показателей основного обмена у детей школьного возраста; конспектирование темы: «Возрастные особенности обмена веществ»		6
<b>Тема 8. Физиологические механизмы терморегуляции</b>	Содержание учебного материала		
	1	Возрастные особенности терморегуляции.	1
	Самостоятельная работа обучающихся: конспектирование темы: Физиологические механизмы терморегуляции; определение гигиенических требований к воздушному и тепловому режиму школы		4
<b>Тема 9. Кровь</b>	Содержание учебного материала		
	1	Профилактика глистных инвазий	1
	Практическое занятие: Микроскопическое строение крови		1
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов об учёных-микробиологах и их открытиях (И.И. Мечников, Э. Дженнера, Л.Пастера и др.) по выбору; составление схемы переливания крови; подготовка к диспуту (прививки); подготовка сообщений по теме: «Профилактика глистных инвазий» (по выбору); конспектирование тем: «Иммунные свойства крови; Понятие инфекция, инфекционная болезнь. Основы профилактики инфекционных заболеваний. Характеристика острых и хронических инфекционных заболеваний»		8



	заполнение таблицы «Изменения с возрастом количества и свойств эритроцитов, лейкоцитов и тромбоцитов»		
<b>Тема 10. Сердечно-сосудистая система</b>	Содержание учебного материала	1	
	1   Строения и функций сердца.		2
	Практические занятия: Строение сердечной мышцы под микроскопом	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: вычерчивание схемы движения крови по большому и малому кругам кровообращения; оформление реферата на тему: «Влияние курения и алкоголя на сердце и сосуды», подготовка к защите; определение минутного и систолического объема крови, определение пульса; определение влияния мышечной деятельности на скорость движения крови в венах большого круга кровообращения; конспектирование темы: «Движение крови по сосудам. Круги кровообращения», заполнение таблиц «Возрастные показатели ударного объема и сердечного выброса крови, движения крови по сосудам», «Фазы работы сердца. Сердечный цикл»	7	
<b>Тема 11. Дыхание</b>	Содержание учебного материала	1	
	1   Значение и строение дыхательного аппарата.		2
	Самостоятельная работа обучающихся: составление программы профилактики табакокурения в школе; определение жизненной ёмкости легких, самонаблюдения за дыхательными движениями; конспектирование темы: «Механизм дыхания. Особенности дыхания у детей разного возраста и пола»; определение вредного влияния неправильной осанки на форму грудной клетки и глубину дыхательных движений	4	
<b>Тема 12. Пищеварение</b>	Содержание учебного материала		
	1   Режим питания детей и подростков. Питание учащихся в школах.	1	3
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщений по теме: «Условия нормального пищеварения», конспектирование по теме «Расщепление белков в желудке», «Возрастные особенности секреторной и моторной функций пищеварительного тракта. Нейрогуморальная регуляция	6	

	деятельности желез», анализирование меню столовой ОУ, подготовка докладов на тему: «Значение и строение органов пищеварения», «Пищевые отравления и их профилактика»		
<b>Тема 13. Выделение</b>	Содержание учебного материала	<i>1</i>	<i>2</i>
	1   Строение и значение органов выделения. Возрастные изменения функций почек.		
	Практическое занятие: Строение элементов почки под микроскопом	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся: оформление конспекта на тему: «Строение и значение органов выделения »; составление таблицы «Суточное количество мочи у детей разного возраста»	<i>1</i>	
<b>Тема 14. Кожа</b>	Содержание учебного материала	<i>1</i>	<i>2</i>
	1   Закаливание организма		
	Практическое занятие: Исследование строения кожи под лупой и микроскопом	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к семинару; подготовка докладов по теме «Кожные заболевания», конспектирование по теме: « Строение и функция кожи. Возрастные особенности кожи»	<i>2</i>	
<b>Тема 15. Методы гигиенического воспитания и санитарные нормы</b>	Содержание учебного материала	<i>3</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка презентаций по теме: «Профилактика наркомании, алкоголизма и табакокурения в детской и молодёжной среде» (по выбору), составление тезисов по теме: «Внеклассная и внешкольная санитарно-просветительная работа с детьми. Профилактика аддиктивного поведения и потребления ПАВ в молодёжной среде», подготовка к экзамену		
<b>Всего:</b>		<i>114</i>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по «Возрастной анатомии, физиологии и гигиене»;
- препараты и реактивы для проведения практических работ.

##### **Технические средства обучения:**

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедийное оборудование.
- обучающие видеофильмы и диафильмы по темам курса.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### **Основные источники:**

1. Гайворонский И. В. Анатомия и физиология человека [Текст]: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / И. В. Гайворонский. – 9-е изд., стер. – М.: Юрайт, 2019. – 496 с.
2. Дробинская А. О. Анатомия и физиология человека [Текст]: учеб. для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2019. – 414 с.
3. Любимова З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 Организм человека и его регуляторные и интегративные системы [Текст]: учеб. для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2019. – 447 с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Анатомия человека [Текст]: учеб. / М. Г. Привес, Н. К. Лысенков, В. И. Бушкович 10-е изд., М.: Медицина, 2005.
2. Апчел В. Я. Физиология человека и животных [Текст]: учеб. для студ. высш. пед. проф. образования / В. Я. Апчел, Ю. А. Даринский, В. Н. Голубев. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 48 с.
3. Атлас анатомии человека. Том 1. Учение о костях, соединении костей и мышцах [Текст] / Р. Д. Синельников, Я. Р. Синельников 2-е изд. - М.: Медицина, 2006. – 342 с.

4. Атлас анатомии человека. Том 2. Учение о внутренностях и эндокринных железах [Текст] / Р. Д. Синельников, Я. Р. Синельников 2-е изд. - М.: Медицина, 2006.
5. Атлас анатомии человека. Том 3. Учение о сосудах [Текст] / Р. Д. Синельников, Я. Р. Синельников 2-е изд. - М.: Медицина, 2006
6. Атлас анатомии человека. Том 4. Учение о нервной системе и органах чувств [Текст] / Р. Д. Синельников, Я. Р. Синельников 2-е изд. - М.: Медицина, 2006.
7. Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст]: учеб. для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – М.: Сов. Спорт, 2012. – 620 с.
8. Швырев А. А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии [Текст]: учеб. пособие / А. А. Швырев; под общей ред. Р. Ф. Морозова. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2013. – 411 с.

**Интернет-ресурсы:**

1. Медицинская энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.medical-enc.ru>/свободный. – Загл. с экрана
2. Бесплатная медицинская библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.bestmedbook.com>/свободный. – Загл. с экрана

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определение топографического расположения и строения органов и частей тела;</li> <li>- применение знаний по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li> <li>- оценивание факторов внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;</li> <li>- проведение под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</li> <li>- обеспечение соблюдения гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;</li> <li>- 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;</li> </ul>	<p>Анализ сообщений, наблюдение за работой</p> <p>Проверка и оценка контрольной работы анализ сообщений, наблюдение за работой</p> <p>Анализ сообщений, наблюдение за работой</p> <p>Наблюдение за работой, экспертная оценка рефератов</p> <p>Наблюдение за работой, анализ докладов</p>
<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека; основные закономерности роста и развития организма человека;</li> <li>- строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>- возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков; влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</li> <li>- основы гигиены детей и подростков; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; основы профилактики инфекционных</li> </ul>	<p>Анализ сообщений, наблюдение за работой, оценка теста</p> <p>Наблюдение за работой, экспертная оценка рефератов</p> <p>Анализ сообщений, наблюдение за работой, проверка и оценка теста</p> <p>Анализ докладов, наблюдение за работой</p> <p>Проверка и оценка контрольной работы экспертная оценка рефератов,</p>

заболеваний; - гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы	наблюдение за работой
---	-----------------------