

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ТУЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

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

Рабочая программа учебной дисциплины **«Возрастная анатомия, физиология и гигиена»** разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования 44.02.04 «Специальное дошкольное образование» укрупненной группы 44.00.00 «Образование и педагогические науки»

**Организация-разработчик:** государственное профессиональное образовательное учреждение Тульской области  
«Тульский педагогический колледж»

**Разработчики:**  
Шаляпина В.В., преподаватель

Рассмотрена на заседании ПЦК физического воспитания, пр.№ 10 от 11.05.2021  
Рекомендована педагогическим советом ГПОУ ТО «Тульский педагогический колледж», пр. № 339 от 15.06.2021  
Утверждена директором ГПОУ ТО «Тульский педагогический колледж», приказ № 192-од от 15.06.2021

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>

# 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 ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО образования 44.02.05 «Специальное дошкольное образование» укрупненной группы 44.00.00 «Образование и педагогические науки»

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями, реализующими подготовку специалистов среднего звена.

**1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ:** входит 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 в профессиональной деятельности;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирования и развития организма человека в детском возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактики заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения дошкольников;

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

- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
- основные закономерности роста и развитие организма человека;
- строение и функции систем органов здорового человека;
- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организмов человека,
- возрастные анатомо-физиологические особенности детей;
- влияние процессов физиологического созревания и развития ребёнка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- основы гигиены детей;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;

- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 114 часа, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 36 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>114</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> В том числе:	78
лабораторные занятия	
практические занятия	38
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	36
подготовка сообщений и докладов; - оформление конспектов по темам; - составление таблиц; - оформление рефератов.	
<i>Итоговая аттестация дифференцированный зачет</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной ДИСЦИПЛИНЫ ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

Наименование разделов и тем 1	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся 2	Объем часов 3	Уровень освоения 4
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Предмет, задачи и содержание курса	1	1
<b>Тема 1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Уровни организации живой системы</b>	1   Уровни организации организма		2
	2   Возрастная периодизация. Закономерности роста и развития детского организма	2	2
	<b>Практическое занятие:</b> 1. Изучение устройства светового микроскопа 2. Исследование микроскопического строения тканей, животной клетки под микроскопом	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка сообщения по теме: «Закономерности роста и развития детского организма»	1	
<b>Тема 2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Нервная система</b>	1   Значение нервной системы. Общий план строения нервной системы		3
	2   Рефлекс. Виды рефлексов. Рефлекторная дуга		2
	3   Функциональное значение различных отделов нервной системы	4	2
	4   Структурно-функциональная организация коры головного мозга. Зоны коры головного мозга		3
	<b>Практические занятия:</b> 1. Изучение рефлексов продолговатого мозга, среднего мозга 2. Исследование рефлексов промежуточного мозга 3. Изучение переднего мозга, мозжечка человека 4. Определение индивидуального профиля асимметрии	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - оформление реферата на тему: «Формирование условных рефлексов у школьников», подготовка к защите; - подготовка сообщения на тему: «Изучение головного мозга»	4	
<b>Тема 3.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Основы учения о высшей нервной деятельности</b>	1   Теория высшей нервной деятельности		2
	2   Нейрофизиологические и морфологические основы речи		3
	3   Ночные и дневные биологические ритмы. Значение режима дня	4	3
	4   Гигиенические требования образовательному процессу в дошкольной образовательной организации.		2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Оценка режима дня ребёнка 2. Составление режима дня ребёнка 3. Подборка физминуток для разных возрастных групп детей дошкольного возраста в соответствии с анатомическими признаками утомления	4	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка сообщений на тему: «Дневные и ночные биологические ритмы» (по выбору) - подбор материалов из СМИ по теме: «Нарушение требований к образовательному процессу в ДОУ ТО»	2	
<b>Тема 4. Сенсорные системы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Зрительная сенсорная система. Световая и цветовая чувствительность у детей различного возраста. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций. Гигиена зрения. Отклонение в нормальном развитии зрительной системы	2	2
	2   Чувствительность слухового анализатора у детей. Возрастные изменения порога слышимости. Гигиена слуха. Другие сенсорные системы		2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Определение с остроты зрения и особенностей зрительного восприятия 2. Изучение чувствительности слухового анализатора	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка сообщений по теме: «Отклонения в нормальном развитии одной из сенсорных систем» (по выбору)	2	
<b>Тема 5. Опорно – двигательный аппарат</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	5	
	1   Значение и строение двигательного аппарата. Возрастные особенности строения скелета. Правильное формирование скелета		3
	2   Возрастные особенности строения и развития скелетных мышц. Нарушение осанки: виды, причины, профилактика		3
	3   Нарушение осанки: виды, причины, профилактика		
	4   Гигиенические требования к зданию дошкольной образовательной организации и оборудованию помещения ДОО, к участку ДОО и работе на участке ДОО		2
	5   Оборудование групповых комнат		2
	<b>Практические работы</b> 1. Сравнение скелета человека и скелета млекопитающего животного 2. Определение гармоничного физического развития по антропометрическим данным 3. Составление схемы участка ДОО 4. Изучение гигиенических требований к осанке	4	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка к семинару; - составление таблицы «Возрастные особенности строения скелета туловища, головы, конечностей» по тексту и рисункам учебника с использованием раздаточного материала;	2		
<b>Тема 6. Железы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Железы. Нервная и гуморальная регуляция функций организма. Возрастные особенности желез внутренней секреции	2	3
	<b>Практические занятия:</b> Изучение внешнего строения печени человека	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 7. Обмен веществ</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Обмен веществ и энергии. Возрастные особенности обмена веществ	2	3
	2   Источники энергии в организме. Витамины		2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Определение показателей основного обмена у детей дошкольного возраста 2. Составление пищевого рациона дошкольника	2	



	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - оформление реферата на тему: «Особенности энергосбережения в пубертатный период», подготовка к защите; - подготовка сообщений по теме: «Витамины и микроэлементы» (по выбору)	4	
<b>Тема 8.</b>  <b>Физиологические механизмы терморегуляции</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	1   Физиологические механизмы терморегуляции. Возрастные особенности терморегуляции. Гигиенические требования к воздушному и тепловому режиму в ДОО		3
	<b>Практические занятия:</b> 1. Определение температурной адаптации кожных рецепторов	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка к семинару	1	
<b>Тема 9.</b>  <b>Кровь</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	1   Значение и состав крови		3
	2   Возрастные особенности кроветворения		3
	3   Иммуные свойства крови		3
	4   Понятие инфекция, инфекционная болезнь. Профилактика и характеристика острых и хронических инфекционных заболеваний		2
	5   Профилактика глистных инвазий		2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Изучение микроскопического строения крови под микроскопом	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка докладов об ученых-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)	3	
<b>Тема 10.</b>  <b>Сердечно-сосудистая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	1   Строение и функции сердца. Фазы работы сердца		2
	2   Возрастные показатели ударного объема и сердечного выброса крови		2
	3   Сосуды. Круги кровообращения		2
	4   Влияние мышечной деятельности на скорость движения крови в большом круге кровообращения		3
	<b>Практические занятия:</b> 1. Рассматривание строения сердечной мышцы под микроскопом 2. Определение минутного и систолического объема крови 3. Определение пульса 4. Измерение артериального давления	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - 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;	3	

<b>Тема 11.</b>  <b>Дыхание</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Значение и строение дыхательного аппарата. Механизмы дыхания. Особенности дыхания у детей разного возраста и пола	2	2
	2	Вредное влияние неправильной осанки на форму грудной клетки и глубину дыхательных движений, профилактика табакокурения		3
	<b>Практические занятия:</b> 1. Определение жизненной ёмкости легких 2. Проведение самонаблюдения за дыхательными движениями		2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка к семинару; - составление программы профилактики табакокурения в образовательной организации		2		
<b>Тема 12.</b>  <b>Пищеварение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Значение и строение органов пищеварения	3	3
	2	Возрастные особенности секретной и моторной функции пищеварительного тракта. Нейрогуморальная регуляция деятельности желез		3
	3	Режим питания детей. Питание в дошкольных образовательных организациях. Пищевые отравления и их профилактика		2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Изучение действия желудочного сока на белки 2. Анализ меню столовой ОУ 3. Изучение коровьего молока под микроскопом 4. Изучение нарушения свойства белков при действии на них алкоголя		5	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка сообщений на тему: «Условия нормального пищеварения»; - конспект по учебнику «Расщепление белков в желудке»		2		
<b>Тема 13.</b>  <b>Выделение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Строение и значение органов выделения. Возрастные изменения функций почек	1	2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Строение элементов почки человека под микроскопом		1	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - оформление конспекта на тему: «Строение и значение органов выделения»; - составление таблицы «Суточное количество мочи у детей разного возраста»		3		
<b>Тема 14.</b>  <b>Кожа</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1	Строение и функции кожи. Возрастные особенности кожи		2
	2	Закаливание организма человека		2
	<b>Практическое занятие:</b> Исследование строения кожи под лупой и микроскопом		2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> - подготовка докладов по теме «Кожные заболевания»		2		
<b>Тема 15</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Просветительская работа с детьми.		

<b>Методы гигиенического воспитания и санитарные нормы</b>			<i>2</i>	<i>1</i>
	2	Профилактика аддиктивного поведения		<i>2</i>
	<b>Практические занятия:</b> Оформление «Уголка Здоровья» Изготовление санитарного бюллетеня по заданной тематике		<i>3</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка презентаций по теме: «Профилактика наркомания, алкоголизма и табакокурения в детской и молодёжной среде» (по выбору), подготовка к защите, подготовка к дифференцированному зачёту.		<i>5</i>	
Примерная тематика курсовой работы(проекта)				
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом)				
			<b>Всего:</b>	<i>114</i>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

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

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»; 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]: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский. – М.: ИЦ Академия, 2017.-496 с.
2. Любимова З. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена в 2 т. Т. 1 [Текст]: учеб. для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2019. – 447 с.
3. Любимова З. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена в 2 т. Т. 2 [Текст]: учеб. для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2019. – 373 с.

###### **Дополнительные источники:**

1. Анатомия человек : Учебник Привес М.Г., Лысенков Н.К., Бушкович В.И. 10-е издание, М.: Медицина, 2005.-380с.
2. Апчел В.Я. Физиология человека и животных: Учебник для студ. учреждений высш. пед. проф. образования/В.Я. Апчел , Ю.А. Даринский, В.Н. Голубев.-М: ИЦ Академия, 2013 -48с.
3. Атлас анатомии человека . Том 1. Учение о костях, соединении костей и мышцах Синельников Р.Д., Синельников Я.Р. 2-е изд., М.: Медицина, 2006.-342с.
4. Атлас анатомии человека . Том 2. Учение о внутренностях и эндокринных железах . Синельников Р.Д., Синельников Я.Р. 2-е изд., М.: Медицина, 2006.-360с.

5. Атлас анатомии человека . Том 3. Учение о сосудах Синельников Р.Д., Синельников Я.Р. 2-е изд., М.: Медицина, 2006. - 360 с.
6. Атлас анатомии человека . Том 4. Учение о нервной системе и органах чувств. Синельников Р.Д., Синельников Я.Р. 2-е изд., М.: Медицина, 2006. - 342 с.
7. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. – М.: ИЦ Академия, 2013. - 496 с.
8. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): Учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов. - М.: ИЦ Академия, 2009. - 384 с.
9. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : Учебник для высших учебных заведений физической культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - М.: Сов. спорт, 2012. - 620 с.
10. Судаков, К.В. Физиология человека: Атлас динамических схем / К.В. Судаков, Ю.Е. Вагин, В.В. Андрианов. - М.: ГЭОТАР-Медия, 2009. - 416 с.
11. Швырев, А.А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии: Учебное пособие / А.А. Швырев; Под общ. ред. Р.Ф. Морозова. – Рн/Д: Феникс, 2013. - 411 с.
12. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека : Учебник / Н.И. Федюкович. - Рн/Д: Феникс, 2013. - 510 с.

#### **Справочники:**

1. Анатомический атлас человеческого тела. Том 1. Костная система. Суставная система. Мышечная система Кишш Ф., Сентаготаи Ян 51-е изд., Будапешт 2007
2. Анатомический атлас человеческого тела. Том 2. Внутренние органы. Внутрисекреторные железы. Сердце. Кишш Ф., Сентаготаи Ян 51-е изд., Будапешт, 2006
3. Анатомический атлас человеческого тела. Том 3. Нервная система. Сосудистая система. Органы чувств. Кишш Ф., Сентаготаи Ян 51-е изд., Будапешт 2007
4. Анатомический атлас. Функциональные системы человека Льютен-Дреколль, Рохен, 2003
5. Первая медицинская помощь; Популярная энциклопедия. Гл. редактор-акад. РАМН В.И. Покровский. М.: Большая Российская Энциклопедия. 2004. - 254 с.

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Медицинская энциклопедия <http://www.medical-enc.ru/>
2. Бесплатная медицинская библиотека <http://www.bestmedbook.com/>

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li> <li>- применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей в профессиональной деятельности;</li> <li>- оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирования и развития организма человека в детском возрасте;</li> <li>- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактики заболеваний детей;</li> <li>- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения дошкольников</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ сообщений, наблюдение за работой</li> <li>- контрольная работа</li> <li>анализ сообщений, наблюдение за работой</li> <li>-анализ сообщений, наблюдение за работой</li> <li>устный опрос</li> <li>-наблюдение за работой, экспертная оценка рефератов</li> <li>-наблюдение за работой, анализ докладов</li> </ul>
<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</li> <li>- основные закономерности роста и развитие организма человека;</li> <li>- строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организмов человека,</li> <li>- возрастные анатомо-физиологические особенности детей;</li> <li>- влияние процессов физиологического созревания и развития ребёнка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</li> <li>- основы гигиены детей;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>анализ сообщений, наблюдение за работой, тестирование</li> <li>наблюдение за работой, экспертная оценка рефератов, тестирование, устный и письменный опрос</li> <li>тестирование, устный и письменный опрос</li> <li>анализ сообщений, наблюдение за работой, проверка, тестирование, устный и письменный опрос</li> <li>анализ докладов, наблюдение за работой</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</li> <li>- основы профилактики инфекционных заболеваний;</li> <li>-</li> <li>- гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации</li> </ul>	<p>тестирование, устный и письменный опрос экзамен</p> <p>проверка и оценка контрольной работы, экспертная оценка рефератов, наблюдение за практической работой,</p> <p>тестирование, устный и письменный опрос,</p>
--	--