

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 среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности **53.02.01 «Музыкальное образование»** укрупненной группы **53.00.00 «Музыкальное искусство»**

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

Разработчики:

Шаляпина В.В., преподаватель

Рассмотрена за заседании ПЦК физического воспитания, протокол № 8 от 16.06.2022

Рекомендована педагогическим советом ГПОУ ТО «Тульский педагогический колледж», протокол № 353 от 17.06.2022

Утверждена директором ГПОУ ТО «Тульский педагогический колледж», приказ № 207 от 17.06.2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

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 53.02.01 «Музыкальное образование» укрупненной группы 53.00.00 «Музыкальное искусство»

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 и подростковом возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактики заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;
- учитывать особенности физической работоспособности и закономерности и её изменения в течении различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектирование и реализации образовательного процесса.

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 и подростков;
- влияние процессов физиологического созревания и развития ребёнка на его физическую и психическую работоспособность, поведения;
- 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 117 часа, в том числе:
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;
 самостоятельной работы обучающегося 39 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>117</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	<i>78</i>
лабораторные занятия	
практические занятия	<i>4</i>
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>39</i>
<i>Итоговая аттестация</i> <i>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
Введение	Содержание учебного материала		
	1 Предмет, задачи и содержание курса	1	1
Тема 1.	Содержание учебного материала		
Уровни организации живой системы	1 Уровни организации организма		2
	2 Возрастная периодизация. Закономерности роста и развития детского организма	2	2
	Практическое занятие: 1. Изучение устройства светового микроскопа 2. Исследование микроскопического строения тканей, животной клетки под микроскопом	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщения по теме: « Закономерности роста и развития детского организма»	2	
Тема 2.	Содержание учебного материала		
Нервная система	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
	Практические занятия: 1. Изучение рефлексов продолговатого мозга, среднего мозга 2. Исследование рефлексов промежуточного мозга 3. Изучение переднего мозга, мозжечка человека 4. Определение индивидуального профиля асимметрии	4	
	Контрольная работа по теме: «Нервная система»	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: - оформление реферата на тему: «Формирование условных рефлексов у школьников», подготовка к защите; - подготовка сообщения на тему: «Изучение головного мозга»	4	
Тема 3.	Содержание учебного материала		
Основы учения о высшей нервной деятельности	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 учебно-воспитательному процессу, к расписанию уроков в школе. Организация перемен, физпауз и физминутки, требования к ним		2
	Практические занятия: 1. Оценка режима дня школьника 2. Составление расписания уроков в начальной школе 3. Анализ расписания занятий для одного из класса средней школы (по выбору) 4. Подборка физминуток для учащихся начальной школы в соответствии с анатомическими признаками утомления	4	

	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»	3	
Тема 4. Сенсорные системы	Содержание учебного материала		
	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
	Практические занятия: 1. Определение остроты зрения и особенностей зрительного восприятия 2. Изучение чувствительности слухового анализатора	2	
	Контрольная работа по теме: «Сенсорные системы»	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщений по теме: «Отклонения в нормальном развитии одной из сенсорных систем» (по выбору)	3	
Тема 5. Опорно – двигательный аппарат	Содержание учебного материала	3	
	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 Гигиенические требования к школьному зданию и оборудованию помещения школы, к участку школы и работе на пришкольном участке		2
	Практические работы 1. Сравнение скелета человека и скелета млекопитающего животного 2. Определение гармоничного физического развития по антропометрическим данным 3. Оборудование учебных классов 4. Составление схемы пришкольной территории 5. Изучение гигиенических требований к осанке	5	
	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».	3	
Тема 6. Железы	Содержание учебного материала		
	1 Железы. Нервная и гуморальная регуляция функций организма. Возрастные особенности желез внутренней секреции	1	3
	Практические занятия: Изучение внешнего строения печени человека	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка сообщений по теме: «Гормоны» (по выбору)	2	
Тема 7. Обмен веществ	Содержание учебного материала		
	1 Обмен веществ и энергии. Возрастные особенности обмена веществ	2	3
	2 Источники энергии в организме. Витамины		2
	Практические занятия:		

	1. Определение показателей основного обмена у детей школьного возраста 2. Составление пищевого рациона школьника	2	
	Контрольная работа по теме: «Железы и обмен веществ»	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: - оформление реферата на тему: «Особенности энергосбережения в пубертатный период», подготовка к защите; - подготовка сообщений по теме: «Витамины и микроэлементы» (по выбору)	3	
Тема 8. Физиологические механизмы терморегуляции	Содержание учебного материала	1	3
	1 Физиологические механизмы терморегуляции. Возрастные особенности терморегуляции. Гигиенические требования к воздушному и тепловому режиму школы		
	Практические занятия: 1. Определение температурной адаптации кожных рецепторов	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка к семинару	1	
Тема 9. Кровь	Содержание учебного материала	3	
	1 Значение и состав крови		3
	2 Возрастные особенности кроветворения		3
	3 Иммунологические свойства крови		3
	4 Понятие инфекция, инфекционная болезнь. Профилактика и характеристика острых и хронических инфекционных заболеваний		2
	5 Профилактика глистных инвазий	2	
	Практические занятия: 1. Изучение микроскопического строения крови под микроскопом	1	
Самостоятельная работа обучающихся: - 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)	2		
Тема 10. Сердечно-сосудистая система	Содержание учебного материала	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	
	Практические занятия: 1. Рассматривание строения сердечной мышцы под микроскопом 2. Определение минутного и систолического объема крови 3. Определение пульса 4. Измерение артериального давления 5. Измерение температуры тела 6. Изучение влияния мышечной деятельности на скорость движения крови в венах большого круга кровообращения	4	

	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;	3	
Тема 11. Дыхание	Содержание учебного материала		
	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
	Практические занятия: 1. Определение жизненной ёмкости легких 2. Проведение самонаблюдения за дыхательными движениями	2	
Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка к семинару; - составление программы профилактики табакокурения в школе	2		
Тема 12. Пищеварение	Содержание учебного материала		
	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 и подростков. Питание учащихся в школах. Пищевые отравления и их профилактика		2
	Практические занятия: 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	4	
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка сообщений на тему: «Условия нормального пищеварения»; - конспект по учебнику «Расщепление белков в желудке»	2	
Тема 13. Выделение	Содержание учебного материала		
	1 Строение и значение органов выделения. Возрастные изменения функций почек	1	2
	Практические занятия: 1. Строение элементов почки человека под микроскопом	1	
	Контрольная работа по теме: «Пищеварение и выделение»	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: - оформление конспекта на тему: «Строение и значение органов выделения»; - составление таблицы «Суточное количество мочи у детей разного возраста»	2	
Тема 14. Кожа	Содержание учебного материала	2	
	1 Строение и функции кожи. Возрастные особенности кожи		2
	2 Закаливание организма человека		2
	Практическое занятие: Исследование строения кожи под лупой и микроскопом	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к семинару; подготовка докладов по теме «Кожные заболевания»	2	

Тема 15 Методы гигиенического воспитания и санитарные нормы	Содержание учебного материала			
	1	Внеклассная и внешкольная санитарно-просветительная работа с детьми.	2	1
	2	Профилактика аддиктивного поведения и потребления ПАВ в молодёжной среде		2
	Практические занятия: Оформление «Уголка Здоровья» Изготовление санитарного бюллетеня по заданной тематике		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка презентаций по теме: «Профилактика наркомания, алкоголизма и табакокурения в детской и молодёжной среде» (по выбору), подготовка к защите , подготовка к экзамену .		5	
Примерная тематика курсовой работы(проекта)				
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом)				
Всего:			114	

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 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:

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

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. — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232> (дата обращения: 27.05.2022).
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.- 360с.
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.- 342с.
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.-384с.
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.-620с.
10. Судаков, К.В. Физиология человека: Атлас динамических схем / К.В. Судаков, Ю.Е. Вагин, В.В. Андрианов .-М.: ГЭОТАР-Медия, 2009.-416с.
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.-411с.
12. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека : Учебник /Н.И. Федюкович.- Рн/Д: Феникс, 2013.-510с

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
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -определение топографического расположения и строения органов и частей тела; -применение знаний по анатомии ,физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; -оценивание факторов внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте; -проведение под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей; -обеспечение соблюдения гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников; -учёт особенностей физической работоспособности и закономерности её изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие)при проектировании и реализации образовательного процесса. 	<ul style="list-style-type: none"> - анализ сообщений, наблюдение за работой, экзамен контрольная работа анализ сообщений , наблюдение за работой -анализ сообщений ,наблюдение за работой устный опрос -наблюдение за работой ,экспертная оценка рефератов -наблюдение за работой, анализ докладов экзамен
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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 ребёнка на его физическую и психическую работоспособность, поведение 	<ul style="list-style-type: none"> анализ сообщений ,наблюдение за работой, тестирование экзамен Наблюдение за работой, экспертная оценка рефератов, тестирование, устный и письменный опрос экзамен Анализ сообщений, наблюдение за работой, проверка, тестирование, устный и письменный опрос экзамен

-основы гигиены детей и подростков; гигиенические норм, 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.

Анализ докладов, наблюдение за работой
тестирование, устный и письменный опрос
экзамен

Проверка и оценка контрольной работы
,экспертная оценка рефератов, наблюдение
за практической работой, тестирование,
устный и письменный опрос, экзамен