

Аннотация рабочей программы  
дисциплины ОП.05 «ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА»  
по специальности 49.02.01 Физическая культура  
уровень подготовки – базовый

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05 «ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА» разработана на основе ФГОС СОО. Программа включает в себя: паспорт рабочей программы (место учебной дисциплины в структуре ППССЗ, цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины); структуру и содержание учебной дисциплины (объем учебной дисциплины и виды учебной работы, тематический план и содержание учебной дисциплины); условия реализации дисциплины (требования к минимальному материально-техническому обеспечению, информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, основной и дополнительной литературы); контроль и оценку результатов освоения дисциплины.

### **1.1. Область применения программы**

Учебная дисциплина ОП. 05 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Дисциплина ОП. 05 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» входит в профессиональный цикл общепрофессиональных дисциплин. Для освоения дисциплины студенты используют предыдущие знания, умения, владения, сформированные на дисциплинах «Физическая культура».

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **иметь практический опыт:**

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- определять возрастные особенности строения организма человека; применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и профессиональной деятельности;
- использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды;
- определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков;
- 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;

- применять знания о гигиене в практической деятельности;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей раннего и дошкольного возраста;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста 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;
- влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка 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. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций)**

Учебная дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности «Физическая культура». Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК развития ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09.

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ОК 09 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	84
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	72
в том числе:	
Лекции	42
лабораторные работы	
практические занятия	30
контрольные работы	
курсовая работа (если предусмотрена)	
консультации	
промежуточная аттестация	12
<b>Вид промежуточной аттестации: Экзамен – 3 семестр</b>	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>84</b>

### 1.6. Структура дисциплины:

Наименование разделов и тем	Всего	Количество аудиторных часов		Самостоятельная работа студента (час)
		Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
<b>Раздел 1. Ведение в курс возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Организм как единое целое.</b>	<b>16/8</b>	8	8	
Тема 1.1. Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. Предмет, содержание и задачи дисциплины Уровни организации жизни	10	4	6	-
Тема 1.2. Основные закономерности роста и развития организма человека	4	2	2	-
Тема 1.3. Методы возрастной анатомии и физиологии	2	2		-
<b>Раздел 2. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков</b>	<b>42/24</b>	<b>18</b>	24	
Тема 2.1. Нервная регуляция функций организма и ее возрастные особенности	2		2	-
Тема 2.2. Морфо-функциональные особенности центральной нервной системы.	2	2		-
Тема 2.3. Возрастные анатомо-физиологические особенности анализаторов	2		2	-
Тема 2.4. Гигиена зрения и слуха..	2	2		-
Тема 2.5. Возрастные анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы	4	2	2	-
Тема 2.6. Профилактика нарушений опорно-двигательной системы	2	2		-
Тема 2.7. Внутренняя среда организма. Кровь	2		2	-
Тема 2.8. Возрастные анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Работа сердца.	4	2	2	-
Тема 2.9. Иммунитет	2		2	-
Тема 2.10. Возрастные анатомо-физиологические особенности дыхательной системы	2	2		-

Тема 2.11. Гигиена дыхания	2		2	-
Тема 2.12. Возрастные анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы	2		2	-
Тема 2.13. Обмен веществ и энергии	2		2	-
Тема 2.14. Гигиена питания	2	2		--
Тема 2.15. Возрастные анатомо-физиологические особенности выделительной системы. Почки	4	2	2	
Тема 2.16. Кожа. Гигиена кожи	2		2	-
Тема 2.17. Возрастные анатомо-физиологические особенности репродуктивной системы	2		2	
<b>Раздел 3. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение</b>	<b>10/4</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	
Тема 3.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности эндокринной системы.	4	2	2	--
Тема 3.2. Высшая нервная деятельность детей и подростков	2		2	-
Тема 3.3. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей.	2	2		
Тема 3.4. Психическая деятельность. Первая и вторая сигнальные системы	2	2		
<b>Раздел 4. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в ДОО</b>	<b>4/2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
Тема 4.1. Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях	4	2	2	
Консультации				–
Промежуточная аттестация				<b>12</b>
Промежуточная аттестация				<b>экзамен</b>
Всего по дисциплине	<b>84</b>	<b>42</b>	<b>30</b>	

### 1.7 Вид промежуточной аттестации: Экзамен

### 1.8 Основная литература:

1 Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. – Москва :Юрайт, 2023. – 182 с. – (Профессиональное образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/518297>. – ISBN 978-5-534-12305-0.

2 Карелин, А. О. Гигиена : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. – Москва : Юрайт, 2023. – 472 с. – (Профессиональное образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/519250>. – ISBN 978-5-534-14973-9

Составитель: преподаватель И.Т. Коротенко