

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»  
Университетский колледж

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.03 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

Специальности 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям),

*Профиль Техническое обслуживание и ремонт двигателей,  
систем и агрегатов автомобилей*

Составитель (и): преподаватель первой квалификационной категории Т. В. Астахина

Проректор по образовательной  
Деятельности

Л. К. Габышева

Екатеринбург  
2024

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА»**

## **1.1. Область применения программы**

Программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности СПО 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям).

Рабочая программа дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки по специальности 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям), Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей).

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности (ВПД) в части освоения соответствующих общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

ОК 03. 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.

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.

ПК 1.3. Проводить лабораторно-практические занятия в аудиториях, учебно-производственных мастерских и 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 занятие и организацию практики обучающихся.

ПК 2.1. Проводить педагогическое наблюдение, 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 общение 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 среднего профессионального образования и профессионального обучения 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.

## **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.**

Дисциплина «Общая и профессиональная психология» входит в профессиональный цикл программы подготовки специалистов среднего звена и является общепрофессиональной дисциплиной.

### **1.3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

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

- определять топографическое расположение и строение внутренних органов и частей тела;
- 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 **знать:**

- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
- основные закономерности роста и развития 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 ребенка 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.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ИСПИПЛИНЫ**

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

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
теоретические занятия	40
практические занятия	32
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
Промежуточная аттестация в форме экзамена во 2 семестре	

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов
1	2	3
<b>Введение</b>	Основные положения и терминология предметов анатомия, физиология, гигиена. Значение этих дисциплин для правильной организации учебно-воспитательной работы и повышения работоспособности учащихся.	2
<b>Раздел 1. Анатомия и физиология</b>		
<b>Тема 1.1. Строение и функции систем органов здорового человека. Возрастные анатомо-физиологические особенности подростков</b>	Основные закономерности роста и развития организма человека: нервная система, сенсорные системы, опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистая система, пищеварительная система, выделительная система, кожа и ее производные.	6
	<b>Практическое занятие № 1</b> Определение топографического расположения и строения отделов нервной системы.	2
	<b>Практическое занятие № 2</b> Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах, фантомах. Составление морфологической и функциональной характеристики органов дыхания.	2
	<b>Практическое занятие № 3</b> Изучение строение уха по муляжу и иллюстрациям.	2
	<b>Практическое занятие № 4</b> Составление пространственного представления о сердечнососудистой системе с помощью муляжей, атласов.	2
	<b>Практическое занятие № 5</b> Составление суточного пищевого рациона для людей разного возраста. Составление характеристики основных групп витаминов Определение топографии органов пищеварительного тракта с характеристикой их функции.	2
	<b>Практическое занятие № 6</b> Правила закаливания организма.	2
	<b>Практическое занятие № 7</b> Составление перечня и характеристики гигиенических требований, предъявляемых к одежде и обуви.	2
	<b>Практическое занятие № 8</b> Определение топографии органов мочевыделительной системы на муляжах, таблицах с указанием функциональной особенности каждого органа. Определение проекции почек на поверхности поясничной области (на фантоме, друг друге). Контрольная работа по теме «Строение и функции систем органов здорового человека».	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1.Определение уровня физического развития.	8

	2.Разработка буклета по одной из тем: «Хочу сохранить зрение», «Защити свои уши». 3.Разработать мероприятие по профилактики нарушения осанки. 4.Выполнение тестовых заданий по теме.	
<b>Тема 1.2 Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека</b>	Жидкая внутренняя среда организма. Процесс кровообращения. Нервная и гуморальная регуляция функций. Безусловные рефлексы. Гормоны, их биологическое воздействие на организм человека. Нейрофизиологические основы поведения. Теория высшей нервной деятельности. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность и поведение. Процессы движения. Работа мышц. Утомление при различных видах мышечной работы, его механизмы, возрастные особенности. Процесс дыхания. Этапы дыхания, нервная и гуморальная регуляция дыхания. Процессы пищеварения. Процесс выделения. Процесс обмена веществ и энергии в организме	8
	<b>Практическое занятие № 9</b> Решение ситуационных задач по теме: «Оценивание факторов внешней среды с точки зрения их влияния функционирование и развитие организма человека в подростковом периоде».	2
	<b>Практическое занятие № 10</b> Изучение условий разрушение и образование динамического стереотипа.	2
	<b>Практическое занятие № 11</b> Изучение условий проявления различных видов торможения в центральной нервной системе у подростка.	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1. Составление характеристики видов торможений условных рефлексов. Представление результатов в виде таблицы. 2. Выполнение проектных заданий по теме «Формирование и профилактика вредных привычек у подростка»	6
<b>Раздел 2. Основы гигиены детей и подростков</b>		
<b>Тема 2.1. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза</b>	Личная гигиена. Понятие личная гигиена, гигиенические требования к личной гигиене, к организации питания, режиму труда и отдыха на разных этапах онтогенеза. Гигиенические нормы и требования. Нормы физической активности на разных этапах онтогенеза. Требования к сохранению работоспособности учащихся на разных этапах обучения.	8
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1.Выполнение домашних заданий по теме.	8
<b>Тема 2.2. Основы профилактики инфекционных заболеваний</b>	Инфекционные заболевания. Понятие инфекционные заболевания. Возбудители и пути передачи инфекционных заболеваний Профилактика инфекционных заболеваний. Принципы и меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся различными путями.	8
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1. Разработка мероприятия по профилактике заболеваний, предающихся контактным путем.	8

	2. Разработка мероприятия по профилактике заболеваний передающихся воздушно-капельным путем. 3. Решение тестовых заданий по теме.	
<b>Тема 2.3. Гигиенические требования к учебно- воспитательному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения</b>	Гигиена учебно-воспитательного процесса. Гигиенические требования, предъявляемые к расписанию занятий на учебный год, четверть, месяц, неделю и день. «Ступенчатый» режим обучения. Гигиена здания и помещений школы. Гигиенические требования к земельному участку, к размещению, ориентированию и эксплуатации здания и помещений образовательного учреждения.	8
	<b>Практическое занятие № 12</b> Составление гигиенической оценки расписания занятий на неделю и на день.	2
	<b>Практическое занятие № 13</b> Анализ режима дня учащегося и составление рекомендаций по его коррекции.	2
	<b>Практическое занятие № 14</b> Составление гигиенической оценки кабинетной мебели.	2
	<b>Практическое занятие № 15</b> Составление гигиенической оценки соблюдения требований к зданию и помещениям образовательного учреждения.	4
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1.Решение ситуационных задач по теме. 2.Работа с дополнительными источниками информации по теме «Режим дня». 3.Выполнение проектных заданий по теме «Как сохранить здоровье человека?»	8
	<b>Экзамен</b>	<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>



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

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

**Реализация дисциплины требует наличия:** наличие учебного кабинета отраслевых общепрофессиональных дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места;
- рабочее место преподавателя;
- атласы;
- настенные таблицы.

Технические средства обучения:

- компьютерная техника с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедийное оборудование.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### **Основная литература:**

1. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html>
2. Удальцов, Е. А. Анатомия и физиология человека : практикум для СПО / Е. А. Удальцов. — Саратов : Профобразование, 2021. — 143 с. — ISBN 978-5-4488-1186-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL : <https://www.iprbookshop.ru/106608.html>

##### **Дополнительная литература:**

1. Максимова, Н. Е. Физиология человека : учебное пособие для СПО / Н. Е. Максимова, Н. Н. Мочульская, В. В. Емельянов ; под редакцией

В. А. Черешнева. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург : Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 155 с. — ISBN 978-5-4488-0469-4, 978-5-7996-2914-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87889.html>

2. Налобина, А. Н. Возрастная анатомия. Основы детской невропатологии : учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 87 с. — ISBN 978-5-4488-0268-3, 978-5-4497-0027-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/85496.html>

### **Интернет-ресурсы:**

1. Кабанов А. Н. и Чабовская А. П. Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста. Учебник - [http://www.zipsites.ru/books/psy\\_doshkol\\_vozrast/](http://www.zipsites.ru/books/psy_doshkol_vozrast/)
2. Каменская, Мельникова: Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Учебник для вузов - <http://www.labirint.ru/books/355770/>
3. книга - [http://prepod.nspu.ru/file.php/261/Vozr.\\_anatomija\\_-\\_Sib.univer.izd.pdf](http://prepod.nspu.ru/file.php/261/Vozr._anatomija_-_Sib.univer.izd.pdf)
4. методическое пособие, Гончарова - <http://window.edu.ru/resource/465/65465>
5. учебник по курсу - <http://do.gendocs.ru/docs/index-7766.html>