

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.04 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

Специальности 44.02.06 Профессиональное обучение
(по отраслям)

Профиль Технология машиностроения

Составитель (и): преподаватель первой квалифика-
ционной категории Т. В. Астахина

Проректор по образовательной
деятельности А. С. Кривоногова

Екатеринбург
2024

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.06 Профессиональное обучение (по отраслям).

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

ПК, ОК	Умения	Знания
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;</p> <p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных</p>	<p>Определять топографическое расположение и строение внутренних органов и частей тела;</p> <p>Определять возрастные особенности строения организма человека;</p> <p>Применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</p> <p>Оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды;</p> <p>Проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактики заболеваний обучающихся;</p> <p>Обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской), при организации</p>	<p>Основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</p> <p>Основные закономерности роста и развития человека;</p> <p>Строение и функции систем органов здорового человека;</p> <p>Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</p> <p>Возрастные анатомо-физиологические особенности человека;</p> <p>Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его</p>

<p>жизненных ситуациях; ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста; ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>
---	---	--

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
теоретические занятия	36
практические занятия	34
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	2
в том числе:	
индивидуальные проектные задания	
внеаудиторная самостоятельная работа по заданной тематике	
выполнение тестовых заданий	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

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	
Введение	Содержание учебного материала	2	
	Основные положения и терминология предметов анатомия, физиология, гигиена. Значение этих дисциплин для правильной организации учебно-воспитательной работы и повышения работоспособности учащихся.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 05; ОК 07
Раздел 1. Анатомия и физиология		38	
Тема 1.1. Строение и функции систем органов здорового человека. Возрастные анатомо-физиологические особенности подростков	Содержание учебного материала	26	
	Основные закономерности роста и развития организма человека: нервная система, сенсорные системы, опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистая система, пищеварительная система, выделительная система, кожа и ее производные.	10	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 05; ОК 07
	Практическое занятие № 1 Определение топографического расположения и строения отделов нервной системы.	2	
	Практическое занятие № 2 Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах, фантомах. Составление морфологической и функциональной характеристики органов дыхания.	2	
	Практическое занятие № 3 Изучение строение уха по муляжу и иллюстрациям.	2	
	Практическое занятие № 4 Составление пространственного представления о сердечнососудистой системе с помощью муляжей, атласов.	2	
	Практическое занятие № 5 Составление суточного пищевого рациона для людей разного возраста. Составление характеристики основных групп витаминов. Определение топографии органов пищеварительного тракта с характеристикой их функции.	2	
	Практическое занятие № 6 Правила закаливания организма.	2	
	Практическое занятие № 7 Составление перечня и характеристики гигиенических требований, предъявляемых к одежде и обуви.	2	
	Практическое занятие № 8	2	

	<p>Определение топографии органов мочевыделительной системы на муляжах, таблицах с указанием функциональной особенности каждого органа. Определение проекции почек на поверхности поясничной области (на фантоме, друг другу).</p> <p>Контрольная работа по теме «Строение и функции систем органов здорового человека».</p>		
<p>Тема 1.2 Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека</p>	<p>Содержание учебного материала</p>	12	
	<p>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</p>	6	
	<p>Практическое занятие № 9 Решение ситуационных задач по теме: «Оценивание факторов внешней среды с точки зрения их влияния функционирование и развитие организма человека в подростковом периоде».</p>	2	
	<p>Практическое занятие № 10 Изучение условий разрушение и образование динамического стереотипа.</p>	2	
	<p>Практическое занятие № 11 Изучение условий проявления различных видов торможения в центральной нервной системе у подростка.</p>	2	
<p>Раздел 2. Основы гигиены детей и подростков</p>		30	
<p>Тема 2.1. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза</p>	<p>Содержание учебного материала</p>	6	
	<p>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.</p>	6	<p>ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 05; ОК 07</p>
<p>Тема 2.2. Основы профилактики инфекционных заболеваний</p>	<p>Содержание учебного материала</p>	6	
	<p>Инфекционные заболевания. Понятие инфекционные заболевания. Возбудители и пути передачи инфекционных заболеваний Профилактика инфекционных заболеваний. Принципы и меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся различными путями.</p>	6	

Тема 2.3. Гигиенические требования к учебно- воспитательному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения	Содержание учебного материала	18	
	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.	6	
	Практическое занятие № 12 Составление гигиенической оценки расписания занятий на неделю и на день.	2	
	Практическое занятие № 13 Анализ режима дня учащегося и составление рекомендаций по его коррекции.	2	
	Практическое занятие № 14 Составление гигиенической оценки кабинетной мебели.	4	
	Практическое занятие № 15 Составление гигиенической оценки соблюдения требований к зданию и помещениям образовательного учреждения.	4	
Самостоятельная работа		2	
		ИТОГО	72

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины требует наличия кабинета «Анатомии, физиологии и гигиены».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- атласы;
- настенные таблицы.

Технические средства обучения:

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

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

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. 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. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491232>

2. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 268 с. — (Профессиональное

образование). — ISBN 978-5- 534-07846-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491899>

3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494793>

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/

2. Каменская, Мельникова: Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Учебник для вузов - <http://www.labyrinth.ru/books/355770/>

3. книга - 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>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
Основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	Знание основных положений и терминологии анатомии, физиологии и гигиены человека	Решение тестовых задач Устные/письменные опросы
Основные закономерности роста и развития человека	Знание основных закономерностей роста и развития человека	
Строение и функции систем органов здорового человека	Знание строения и функций систем органов здорового человека	
Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	Знание физиологических характеристик основных процессов жизнедеятельности организма человека	
Возрастные анатомо-физиологические особенности человека	Знание возрастных анатомо-физиологических особенностей человека	
Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	Знание влияния процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	
Основы гигиены	Знание основ гигиены	
Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	Знание гигиенических норм, требований и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	

Основы профилактики инфекционных заболеваний	Знание основ профилактики инфекционных заболеваний	
Гигиенические требования к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения	Знание гигиенических требований к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения	
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
Определять топографическое расположение и строение внутренних органов и частей тела	Умение определять топографическое расположение и строение внутренних органов и частей тела	Выполнение практических работ
Определять возрастные особенности строения организма человека	Умение определять возрастные особенности строения организма человека	
Применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	Умение 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	Умение 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 профилактики заболеваний обучающихся	Умение проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактики заболеваний обучающихся	
Обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете (мастерской), при организации производственного обучения	Умение 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	Умение 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	
Основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	Знание основных положений и терминологии анатомии, физиологии и гигиены человека	
Основные закономерности роста и развития человека	Знание основных закономерностей роста и развития человека	
Строение и функции систем органов здорового человека	Знание строения и функций систем органов здорового человека	
Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	Знание физиологических характеристик основных процессов жизнедеятельности организма человека	

Возрастные анатомо-физиологические особенности человека	Знание возрастных анатомо-физиологических особенностей человека	
Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	Знание влияния процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	
Основы гигиены	Знание основ гигиены	
Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	Знание гигиенических норм, требований и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	
Основы профилактики инфекционных заболеваний	Знание основ профилактики инфекционных заболеваний	
Гигиенические требования к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения	Знание гигиенических требований к учебно-производственному процессу, зданию и помещениям образовательного учреждения	