

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ИНГУШЕТИЯ  
ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КОЛЛЕДЖ ЭКОНОМИКИ И ПРАВА»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ Холохоева  
« 30 \_\_\_\_\_ 2022 »



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

по программе подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)

<b>Специальность:</b>	44.02.02 «Преподавание в начальных классах»
<b>Обучение:</b>	по программе углубленной подготовки
<b>Уровень образования, на базе которого осваивается ППССЗ:</b>	Основное среднее и среднее общее образование
<b>Квалификация:</b>	«Учитель начальных классов»
<b>Форма обучения:</b>	очная, заочная

Назрань  
2022

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для ЧПОУ «КЭиП» по специальности 44.02.02 «Преподавание в начальных классах», утвержденной приказом Министерства образования и науки РФ от «27» октября 2014 г. № 1353, для подготовки специалистов среднего звена.

**Организация-разработчик:** Частное профессиональное образовательное учреждение «Колледж экономики и права»

**Разработчик:** Дахкильгова М.М., преподаватель ЧПОУ «КЭиП»

Рассмотрена, одобрена и утверждена на заседании кафедры естественно-научных дисциплин.

Согласовано зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Дахкильгова М. М.

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

© Дахкильгова М. М., 2022

© КЭиП, 2022

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.....4**
- 2. Структура и содержание учебной дисциплины ..... 5**
- 3. Условия реализации программы учебной дисциплины ..... 13**
- 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины ..... 14**

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.02 «Преподавание в начальных классах».

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в профессиональный цикл.

**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 и в профессиональной деятельности;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;
- 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 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 ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- 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.

### **Требования к результатам освоения программы подготовки специалистов среднего звена**

1. Учитель начальных классов должен обладать компетенциями:

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.

ПК 1.2. Проводить уроки.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.

ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные занятия.

ПК 2.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 3.1. Проводить педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретировать полученные результаты.

ПК 3.2. Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу.

ПК 3.3. Проводить внеклассные мероприятия.

ПК 3.4. Анализировать процесс и результаты проведения внеклассных мероприятий.

ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.

ПК 4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки для студентов очной формы обучения 139 ч.,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки 95 ч.,

самостоятельной работы 44 ч.

максимальной учебной нагрузки для студентов заочной формы обучения 141 ч.,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки 12 ч.,

самостоятельной работы 129 ч.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

ВИД УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	
	очная форма обучения	заочная форма обучения
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	139	141
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка</b>	95	12
в том числе:		
лекции	55	6
практические занятия	40	6
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	44	129
<b>Итоговая аттестация в форме экзамена</b>		

НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА	ОБЪЕМ ЧАСОВ		УРОВЕНЬ ОСВОЕНИЯ
		очная форма обучения	заочная форма обучения	
1	2	3	4	5
<b>РАЗДЕЛ 1. ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА БИОЛОГИЧЕСКИ ЦЕЛОСТНАЯ САМОРЕГУЛИРУЮЩАЯСЯ СИСТЕМА</b>				
<b>Тема 1.1</b> <b>Общий обзор организма человека. Возрастная периодизация жизни человека</b>	<b>Лекции:</b> Роль анатомии, физиологии и гигиены в ряду наук, значение изучения данных. Научное определение учебных дисциплин «Анатомия», «Физиология», «Гигиена». Название и сущность физиологических процессов, составляющих жизнедеятельность человека.	4	2	1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Выполнение антропометрических измерений и оценивание показателей физического развития детей и подростков.	2	2	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Выполнение антропометрических измерений и оценивание показателей физического развития детей и подростков.	3	8	
<b>РАЗДЕЛ 2. НЕРВНАЯ СИСТЕМА</b>				
<b>Тема 2.1</b> <b>Общая характеристика строения и деятельности нервной системы. Спинной мозг. Головной мозг</b>	<b>Лекции:</b> Значение нервной системы. Особенности строения нервной ткани, ее развитие. Классификация нервной системы человека. Деятельность нервной системы (виды нейтронов, рефлекторная дуга, синапс, медиаторы). Виды рефлексов, центр рефлекса. Строение спинного мозга (сегменты, функции, проводящие пути, оболочки).	4	2	1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Топография, строение и функции отделов головного мозга, оболочки мозга.	2	2	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Топография, строение и функции отделов головного мозга, оболочки мозга.	3	8	

<b>Тема 2.2</b> <b>Физиология центральной нервной системы</b>	<b>Лекции:</b> Универсальные процессы нервной деятельности (торможение и возбуждение). Виды нервной деятельности ( высшая и низшая, вегетативная сенсорная, двигательная, психическая). Соматическая и вегетативная рефлекторная дуга. Образование спинномозговых нервов. Нервные сплетения: топография, область иннервации шейного, плечевого, пояснично – крестцового сплетения. Расположение центров симпатической части вегетативной нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы.	6	2	1-3
	<b>Практические занятия:</b> Описать топографию отделов головного мозга с характеристикой строения и их функций. Объяснить принцип деятельности нервной системы, используя схему «рефлекторная дуга».	2	2	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Заполнение таблиц « Функции отделов головного мозга».	3	8	
<b>РАЗДЕЛ 3. ВЫСШАЯ НЕРВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>				
<b>Тема 3.1</b> <b>Особенности ВНД человека.</b> <b>Условные рефлексы</b>	<b>Лекции:</b> Павловский метод изучения высшей нервной деятельности. Сравнение условных и безусловных рефлексов. Торможение условных рефлексов.	2		1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Описать механизмы образования условных рефлексов. Изучить некоторые условные рефлексы у человека.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Анализ программ с экологической точки зрения.		8	
<b>Тема 3.1</b> <b>Типы высшей нервной деятельности</b>	<b>Лекции:</b> Классификация типов ВНД. Пластичность типов ВНД у детей.	2		1-3
	<b>Практические занятия:</b> Построение индивидуального профиля биологических ритмов сна и бодрствования. Составление методических рекомендаций к гигиенической организации сна.	2		



	<b>Самостоятельная работа:</b> Воля и эмоции. Память Мышление. Внимание.	6	9	
<b>РАЗДЕЛ 4. СЕНСОРНЫЕ СИСТЕМЫ</b>				
<b>Тема 4.1</b> <b>Система управления в организме. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, вкусовая, обонятельная</b>	<b>Лекции:</b> Общий план строения анализатора. Особенности клеточного строения периферического (воспринимающего) аппарата органов чувств. Строение зрительного анализатора, вспомогательного аппарата глаза. Зрение. Гигиена зрения. Строение слухового анализатора и вестибулярного аппарата, их деятельность. Строение и значение органов вкуса и обоняния. Гигиена анализаторов.	6		1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Определение остроты слуха студента. Определение выносливости вестибулярного аппарата студента.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Оказание первой помощи при глазных травмах. Влияние шумов на здоровье человека. Влияние табакокурения на вкусовую сенсорную систему.	3	8	
<b>РАЗДЕЛ 5. ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЙ АППАРАТ</b>				
<b>Тема 5.1</b> <b>Скелет и мышечная система</b>	<b>Лекции:</b> Общий план строения скелета и скелетных мышц. Строение кости как органа, классификация костей скелета. Соединения костей. Возрастные и половые различия костной системы Мышца как орган. Развитие мышечной системы человека, возрастные особенности мышечной системы. Физиология мышечной деятельности. Классификация мышц, группы мышц.	6		1-3

	<p><b>Практическое занятие:</b>  Определение возрастных особенностей костной системы.  Изучение строения позвоночного столба, грудной клетки, костей конечностей, костей черепа с помощью таблиц и атласов.  Определение нарушения осанки и плоскостопия, их профилактика. Разработка и проведение комплекса физических упражнений, направленных на сохранение правильной осанки.</p>	4		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b>  Заполнение таблиц «Движение головы», «Движение туловища», «Движение конечностей». Разработка комплекса упражнений «Корректирующая гимнастика при нарушении осанки и плоскостопия». Выявление плоскостопия у студента.</p>	3	8	
<b>РАЗДЕЛ 6. СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА</b>				
<b>Тема 6.1 Строение и деятельность сердца. Кровообращение</b>	<p><b>Лекции:</b>  Положение и строение сердца. Проводящая система сердца, сердечная автоматия. Цикл сердечной деятельности, систолический и минутный объем крови, артериальное давление, пульс. Регуляция сердечной деятельности. Круги кровообращения. Большой круг кровообращения.</p>	4		1-3
	<p><b>Практическое занятие:</b>  Формирование систем верхней и нижней полых вен и воротной вены. Малый круг кровообращения. Формирование лимфатической системы.</p>	4		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b>  С помощью муляжей, атласов и программ составить пространственное представление о сердечно – сосудистой системе. На муляже сердца показать камеры сердца, их сообщение между собой. Давать характеристику каждого отдела сердца и деятельности клапанного аппарата. Определить пульс в покое и физической нагрузке. Определить артериальное давление в покое и физической нагрузке.</p>	3	8	

<b>РАЗДЕЛ 7. СОСТАВ И ФУНКЦИИ КРОВИ</b>				
<b>Тема 7.2</b> <b>Клинические</b> <b>показатели крови.</b> <b>Группы крови</b>	<b>Лекции:</b> Клинические исследования показателей крови. Группы крови, определение группы принадлежности. Свертывание крови. Особенности состава и свойств крови у детей. Анемия и ее профилактика	2		1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Заполнение таблицы фазы работы сердца.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Последствия гиподинамии. Анемия и её профилактика. Аллергические реакции.	4	8	
<b>РАЗДЕЛ 8. ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА</b>				
<b>Тема 8.1</b> <b>Строение органов дыхания.</b> <b>Процесс дыхания</b>	<b>Лекции:</b> Развитие дыхательной системы человека. Строение органов дыхания. Особенности органов дыхания в детском возрасте. Этапы дыхания газообмен в легких и тканях, физиологические характеристики легочной деятельности. Нервная и гуморальная регуляция дыхания.	4		1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах. Определение частоты дыхательных движений в покое и после нагрузки. Проведение дыхательной гимнастики, точечного массажа. Проведение искусственного дыхания «рот в рот», «рот в нос».	4		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Анализ непосещаемости занятий студентов в учебной группе по болезни в разное время года. Сигаретный дым. Почему нам хочется курить. Профилактика гриппа. Болезни органов дыхания и их профилактика.	3	8	
<b>РАЗДЕЛ 9. ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА. ОБМЕН ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА</b>				
<b>Тема 9.1</b>	<b>Лекции:</b>	2		

<b>Строение органов пищеварения. Сущность процессов пищеварения</b>	Общий план строения пищеварительной системы. Развитие органов пищеварительной системы человека. Гистологическое строение стенки желудочно – кишечного тракта, печени, поджелудочной железы.			
	<b>Практическое занятие:</b> Процессы пищеварения на уровне полости рта, желудка, тонкого и толстого кишечника. Состав пищеварительных соков, деятельность ферментов. Регуляция процессов пищеварения со стороны эндокринной и нервной систем. С помощью таблиц, муляжей составить целостное представление о ЖКТ. Дать сравнительную характеристику стенки желудка, тонкой и толстой кишки. Дать характеристику процессов пищеварения в различных отделах пищеварительного тракта. Деловая игра «Навыки ухода за полостью рта, зубами».	4		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Профилактика кишечных инфекций. Первая помощь при отравлении грибами. Микроорганизмы кишечника	3	8	
<b>Тема 9.2 Обмен веществ и энергии в организме</b>	<b>Лекции:</b> Превращение веществ и энергии в организме человека, расходование энергии. Регуляция обмена веществ нервной и эндокринной системами.	2		1-3
	<b>Практическое занятие:</b> Процессы поступления, синтеза, распада веществ, пищевой рацион, рациональное и сбалансированное питание.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Заполнение таблицы «Схема обмена веществ и энергии». Выполнение проекта с подготовкой презентации. «Я специалист по здоровому питанию».	2	8	
<b>РАЗДЕЛ 10. ВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА. КОЖА И ОСНОВЫ ЗАКАЛИВАНИЯ</b>				
<b>Тема 10.1 Выделительная система. Кожа и основы закаливания</b>	<b>Лекции:</b> Развитие органов мочевыделительной системы. Выделительная функция других систем организма. Роль выделительных органов	4		1-3

	в поддержание постоянства внутренней среды. Топография и строение органов мочевыделительной системы. Строение нефрона, особенности кровоснабжения почки.			
	<b>Практическое занятие:</b> Определение топографии органов мочевыделительной системы на муляжах, таблицах с указанием функциональных особенностей каждого органа.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление схемы мочеобразования на уровне нефрона при образовании первичной и вторичной мочи.	2	8	
<b>Тема 10.2 Кожа. Основы закаливания</b>	<b>Лекции:</b> Значение и строение кожи человека. Особенности строения и функции кожи детей. Роль кожи в терморегуляции. Гигиена кожи. Заболевание кожных покровов.	2		1-3
	<b>Практическая работа:</b> Гигиена кожи. Заболевание кожных покровов.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Гигиена кожи. Заболевание кожных покровов.	2	8	
<b>Тема 10.3 Иммунная система</b>	<b>Лекции:</b> Строение и топография органов иммунной системы. Иммунитет. Вакцины и лечебные сыворотки.	3		1-3
	<b>Практическая работа:</b> Вакцины и лечебные сыворотки.	2		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Вакцины и лечебные сыворотки.	2	8	
<b>Тема 10.4 Гигиеническое воспитание и просвещение в образовательном</b>	<b>Лекции:</b> Окружающая среда и здоровье. Гигиеническое нормирование.	2		1-3
	<b>Практическая работа:</b> Заполнение таблицы «Функции почек».	2		

учреждении	<p><i>Самостоятельная работа:</i>  Гигиенические требования к закаливанию солнцем.  Гигиенические требования к закаливанию водой. Гигиенические  требования к закаливанию воздухом. Профилактические  прививки.</p>	2	9
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>139</b>	<b>141</b>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Анатомия и физиология человека»

*Оборудование учебного кабинета:* муляжи, планшеты, атласы, таблицы

*Оборудование учебного кабинета:*

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по анатомии и физиологии человека;
- объемные модели органов и групп органов;

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

*Основные источники:*

1. Сапин М.Р., Сивоглазов В. И. «Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма» М.: Академия, 2009 г. Гриф МО РФ.
2. Федюкович Н. И., И. К. Гайнутдинов «Анатомия и физиология человека», Ростов-на-Дону:Феникс, 2010 г. Гриф МО РФ.
3. Дополнительные источники:
4. Покровский В.М., Коротько Г.Ф. «Физиология человека», М.: Просвещение, 2007 г
5. Липченко В.Я., Самусев Р.П. «Атлас нормальной анатомии человека», М.: Просвещение, 2000 г
6. Физиология человека. Пред. Р. Шмидта и Г. Тевса, М., Мир. 2002
7. Практикум по нормальной физиологии.- Пред. Н.А. Агаджаняна, М., изд. РУДН, 2002
8. Физиологические системы организма человека, основные показатели, справочное пособие, пред. Г. И. Козинец, М.:Триада – X, 2000

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» осуществляется преподавателем в процессе практических занятий, тестирования и выполнения заданий, проектов.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценок результатов обучения
<b>Умения:</b>	
определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Педагогическое наблюдение за деятельностью студентов на практических занятиях
применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения профессиональных модулей
оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;	Устный и письменный опрос
проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний.	Педагогическое наблюдение за деятельностью студентов на практических занятиях
обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;	Тестирование Педагогическое наблюдение за деятельностью студентов на практических занятиях
учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени при проектировании и реализации образовательного процесса.	Педагогическое наблюдение за деятельностью студентов на практических занятиях
<b>Знания:</b>	Устный опрос
основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;	
основные закономерности роста и развития организма человека;	Тестирование
строение и функции систем органов здорового человека;	Тестирование, контрольная работа
физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	Тестирование, контрольная работа
возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков	Тестирование
влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;	Устный опрос
основы гигиены детей и подростков;	Тестирование
гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	Тестирование
основы профилактики инфекционных заболеваний;	Контрольная работа
гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.	Тестирование