

Министерство образования и науки  
Забайкальского края  
КРАСНОЧИКОЙСКИЙ ФИЛИАЛ  
ГПОУ «ЧИТИНСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»



ТВЕРЖДАЮ  
Зам. директора по АХ и УПР  
А.И.Линейцев  
«09» \_\_\_\_\_ 2021г.

**ПРОГРАММА**  
**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена**  
**для специальности**  
**44.02.01 Дошкольное образование**

Красный Чикой  
2021

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>16</b>

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП.03. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

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

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.01. Дошкольное образование.

**1.2. Место дисциплины в программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина входит в профессиональный цикл общепрофессиональных дисциплин.

### **1.3. Цели и задачи учебной 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 группе при организации обучения и воспитания дошкольников.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены;
- 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.

В процессе изучения дисциплины, обучающиеся осваивают общие и профессиональные компетенции:

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

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

ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.

ПК 1.2. Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.

ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.

ПК 1.4. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.

ПК 2.1. Планировать различные виды деятельности и общения детей в течение дня.

ПК 2.2. Организовывать различные игры с детьми раннего и дошкольного возраста.

ПК 2.3. Организовывать посильный труд и самообслуживание.

ПК 2.4. Организовывать общение детей.

ПК 2.5. Организовывать продуктивную деятельность дошкольников (рисование, лепка, аппликация, конструирование).

ПК 2.6. Организовывать и проводить праздники и развлечения для детей раннего и дошкольного возраста.

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать занятия с детьми дошкольного возраста.

ПК 3.2. Проводить занятия с детьми дошкольного возраста.

ПК 3.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения дошкольников.

ПК 5.1. Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учетом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.

ПК 5.2. Создавать в группе предметно-развивающую среду.

ПК 5.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки на обучающегося 99 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки на обучающегося 66 часов;

самостоятельной работы на обучающегося 33 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	99
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	66
ЛПЗ	30
Контрольные работы	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	33
в том числе:	
- написание сообщений, докладов;	10
- исследовательская работа;	9
- составление таблиц;	6
- выполнение творческого задания, практического задания	8
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.03. Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены</b>		<b>2</b>	
<b>Тема 1.1. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены</b>	<b>Содержание:</b>	2	
	1. Предмет и содержание курса. Значение знаний анатомии, физиологии и гигиены для профессиональной деятельности, для развития организма, укрепления здоровья 2. Понятие о клетках, тканях, органах, системах органов и физиологических функциях (физиологические и психические функции)	2	2
<b>Раздел 2. Основные закономерности роста и развития организма человека</b>		<b>4</b>	
<b>Тема 2.1. Закономерности роста и развития организма человека</b>	<b>Содержание:</b>		
	1. Понятия «рост», «развитие», «онтогенез». Периоды онтогенеза, «акселерация», ретардация. Причины акселерации. Важные закономерности онтогенетического развития детей: неравномерность и непрерывность роста и развития, гетерохрония и явления опережающего созревания жизненно важных функциональных систем. Физическое развитие. Конституционные типы. Показатели физического развития: антропометрические, физиометрические, физические качества		2
	<b>Практическая работа</b> Закономерности роста и развития организма человека.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Заполнить таблицу «Основные конституциональные типы человека»	2	
<b>Раздел 3.</b>		<b>29</b>	

<b>Строение и функции систем органов здорового человека</b>			
<b>Тема 3.1. Опорно-двигательный аппарат</b>	<b>Содержание:</b>	2	
	1. Основной план строения человека. Скелет человека. Строение и функции суставов. Изгибы позвоночника, их функциональное значение. 2. Мышечная система, особенности быстроты и точности двигательных актов, выносливости.	2	2
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовить сообщения на «Нарушения ОДА и их профилактика», «Особенности реакции организма на физическую нагрузку в различном возрасте»	4	
<b>Тема 3.2. Строение и функции нервной системы</b>	<b>Содержание:</b>	2	
	1. Общий план строения нервной системы, нервная ткань и её свойства. Рефлекс. Классификация рефлексов. Принципы рефлекторной деятельности. Возбуждение и торможение.	2	2
	<b>Практическая работа</b> Изучение рефлекторной деятельности мозга	2	
<b>Тема 3.3. Строение и функции мочевыделительной системы</b>	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	1. Общий план строения мочевыделительной системы. Строение и функции почек. Строение и функции мочеточников и мочевого пузыря. Мужские и женские половые органы.	2	2
<b>Тема 3.4. Строение и функции эндокринной системы</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1. Понятие об эндокринной системе. Гормоны и их свойства Разновидности эндокринных желез и их гормонов. Развитие эндокринной системы в онтогенезе	2	2
	<b>Самостоятельная работа</b> Написать сообщения на темы: «Взаимовлияние органов гипоталамо-гипофизарной системы».	2	
<b>Тема 3.5.</b>	<b>Содержание</b>	2	

<b>Строение и функции сердечно-сосудистой системы</b>	1.Кровеносные сосуды: артерии, вены, капилляры. Микроциркуляторное русло. Сердце. Функции сердца. Автоматизм сердца. 2.Большой и малый круг кровообращения. Иммуитет. Неспецифическая сопротивляемость организма	2	2
<b>Тема 3.6. Строение и функции пищеварительной системы</b>	<b>Содержание</b> 1. Основной план строения пищеварительной системы. Функции пищеварительной системы. Краткая характеристика основных отделов: полость рта, глотка, пищевод, желудок, тонкая и толстая кишка, прямая кишка, желчный пузырь, поджелудочная железа, печень.Пищеварение и его регуляция	2	
<b>Тема 3.7. Строение и функции дыхательной системы</b>	<b>Содержание</b> 1. Краткая характеристика органов дыхательной системы: полость носа, носовая часть глотки, гортань, трахея, бронхи, легкие, плевра. Функции дыхательной системы	2	2
	<b>Содержание</b> 1. Общий план строения анализаторов. Строение и функции органа зрения. Строение и функции органа слуха и равновесия. 2.Строение и функции органа обоняния. Строение и функции органа вкуса. Железы и функции кожи.	2	2
<b>Тема 3.8. Строение и функции сенсорной системы</b>	<b>Практическая работа</b> 1. Анализ возрастных особенностей сенсорных систем и составление рекомендаций по гигиене слуха и зрения 2.Определение топографического расположения органов и частей тела	4 2	
	<b>Контрольная работа по разделу</b>	2	
		1	
		11	
<b>Раздел 4. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека</b>			
<b>Тема 4.1.</b>	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	

<b>Физиологические основы ВНД</b>	1. Основные процессы в нервной системе: возбуждение, торможение, иррадиация, индукция. Механизм передачи возбуждения, понятие о синапсах. Основные формы торможения в нервной системе. Классификация типов ВНД по Иванову-Смоленскому. Классификация типологических особенностей ВНД детей по Красногорскому. Функциональная асимметрия мозга. Характеристика мышления, типы мышления.	1	2
<b>Тема 4.2. Регуляция функций сердечно-сосудистой системы</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1. Функции сердечно-сосудистой системы и их регуляция.	2	2
<b>Тема 4.3 Физиологические основы регуляции дыхания</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1. Механизм дыхания. Акты вдоха и выдоха. ЖЕЛ. Газообмен в легких.	2	2
<b>Тема 4.4 Физиологические основы пищеварения</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1. Пищеварение в ротовой полости. Глотка и пищевод. Пищеварение в желудке. Роль печени и поджелудочной железы в пищеварении. Всасывание и моторная функция кишечника	2	2
	<b>Самостоятельная работа</b> Выполнение творческого задания «Составление примерного суточного рациона»	4	
<b>Раздел 5. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 5.1. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1. Анатомо-физиологические особенности костно-мышечной, пищеварительной, эндокринной, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и мочевыделительной систем у детей и подростков.	2	2
	<b>Практическая работа</b>	4	
	1. Определение возрастных и типологических особенностей ВНД ребенка по особенностям поведения»	2	
	2. Психологические основы внимания, памяти и особенности мышления	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	

	Заполнить систематизирующую таблицу «Анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста»		
<b>Раздел 6.</b> <b>Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его психофизическую и психическую работоспособность и поведение</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 6.1.</b> <b>Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его психофизическую и психическую работоспособность и поведение</b>	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	1.Понятие «работоспособность». Фазы работоспособности и её дневная периодичность. Понятие об утомляемости. Влияние процессов физиологического созревания на работоспособность.	2	2
	<b>Практическая работа</b>	<b>4</b>	
	1. Оценка факторов внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте	2	
	2.Определение физической работоспособности с помощью функциональных проб на сердечно-сосудистую и дыхательную системы	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>	
	Подготовка доклада «Поведение. Отклонения в поведении детей»		
	<b>Контрольная работа по разделам 5 и 6</b>	<b>2</b>	
<b>Раздел 7.</b> <b>Основы гигиены детей</b>		<b>6</b>	
<b>Тема 7.1.</b> <b>Основы гигиены детей</b>	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	
	1. Предмет основы гигиены детей и подростков. Проблемы охраны и укрепления здоровья детей и подростков. Условия, влияющие на здоровье детей и подростков. Основы личной гигиены школьника. Рациональный суточный режим. Уход за телом. Гигиена питания учащихся.. Закаливание школьников. Физиологические основы закаливания. Гигиенические принципы закаливания. Закаливания с помощью низких температур. Гигиенические нормы закаливания воздухом. Гигиенические нормы закаливания водой. Закаливания солнечным излучением	2	2

	<b>Практическая работа</b> 1. Закаливание дошкольников	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовить сообщение на тему «Проблемы охраны и укрепления здоровья детей»	2	
<b>Раздел 8.</b> <b>Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза</b>		4	
<b>Тема 8.1.</b> <b>Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза</b>	<b>Содержание:</b>	2	
	1. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.	2	2
	<b>Практическая работа</b> Социальная характеристика и анализ состояния здоровья воспитанника	2	
<b>Раздел 9.</b> <b>Основы профилактики инфекционных заболеваний</b>		8	
<b>Тема 9.1.</b> <b>Основы профилактики инфекционных заболеваний</b>	<b>Содержание:</b>		
	1. Инфекционные заболевания, их классификация. Пути передачи инфекции. Периоды развития инфекционных заболеваний. Детские инфекционные заболевания. Характеристика некоторых инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.		2
	<b>Практическая работа</b> 1. Сравнение детских инфекций 2. Эпидемиология и инфекционные заболевания.	4 2 2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Выполнение практического задания - Разработать содержание и провести беседу (составить памятку) на тему «Кишечные инфекции, профилактика»	4	
<b>Раздел 10.</b> <b>Гигиенические требования к</b>		15	

<b>образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации.</b>			
<b>Тема 10.1. Гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации.</b>	<p><b>Содержание:</b></p> <p>1. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу. Гигиенические принципы построения режима дня школьников. Основные режимные элементы. Особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие). Факторы, поддерживающие работоспособность на высоком уровне.</p> <p>2. Гигиенические требования к зданию и помещению школы.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>1. Гигиенические требования к созданию развивающей предметно-пространственной среде</p> <p>2. Гигиеническая оценка режима дня в разных возрастных группах</p> <p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>1. Выполнить исследовательскую работу по теме «Анализ гигиенических норм и требований, предъявляемых к зданиям и помещениям образовательных учреждений»;</p>	<p></p> <p></p> <p><b>6</b></p> <p>2</p> <p>4</p> <p><b>9</b></p>	<p></p> <p>2</p> <p></p> <p></p>
<b>Всего:</b>		<b>99</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Физиологии, анатомии и гигиены».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Анатомия человека»;
- объемные модели органов человека (ухо, глаз, желудок, сердце, скелет человека, головной мозг, скелет черепа, зубы);
- плакаты (нервная, сердечно-сосудистая, пищеварительная, дыхательная, мочевыделительная системы);
- лабораторное оборудование ;

Технические средства обучения:

- компьютер и мультимедиапроектор.

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

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

**Основные источники:**

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для СПО / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 414 с. — Серия : Профессиональное образование.
2. Замараев В.А. Анатомия:учеб. пособие для СПО/ В.А.Замараев. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 268 с. – (Серия : Профессиональное образование)
3. Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): Учебник для студ. образоват. учрежд. сред. проф. образования. – М.: 2010. – 384 с. Серия: среднее профессиональное образование.

**Дополнительные источники:**

1. Атлас анатомии человека /рук. проекта А. Астахов, К. Чеченев. – М.: Изд. «Белый город», 2007. – 15 шт.
2. Тревор Уэстон. Анатомический атлас. – М.: ГМЦ «Первая Образцовая типография, 2008. – 15 шт.
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 июля 2010 г. N 91 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в школьных организациях»
4. Лучкевич В. С., Поляков И. В. Материалы для подготовки и квалификационной аттестации по специальности «Общественное здоровье и здравоохранение»: учебное пособие – Спб.: 2005.

5. Лысова Н.Ф., Айзман Р.И., Завьялова Я.Л., Ширшова В.М. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: Учеб. пособие. – Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2009. – 396 с. – Университетская серия: студентам педагогических высших и средних специальных учебных заведений, учителям и воспитателям.
5. Как вырастить здорового ребенка./Под ред. В.П. Алферова. – Л.: Медицина, 2011. – 416 с.: ил. – (научно-популярная медицинская литература).
6. Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): Учебник для студ. образоват. учрежд. сред. проф. образования. – М.: 2010. – 384 с. Серия: среднее профессиональное образование.

### **Интернет – ресурсы:**

1. Электронные ресурсы «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Форма доступа: <http://www.psihu.net/library/file114>
2. Каталог образовательных интернет-ресурсов. Курс "Возрастная анатомия, физиология и гигиена". Форма доступа <http://www.edu.ru/modules>.
3. Возрастная анатомия, физиология и гигиена – рефераты. Форма доступа <http://referat.x-top.org>
4. <http://www.rg.ru/printable/2010/09/08/trebovaniya-dok.html>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля
<p><b>Освоенные умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;</li> <li>• применять знания по анатомии физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li> <li>• оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте;</li> <li>• проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</li> <li>• обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания дошкольников</li> </ul>	<p>Методы: устный и письменный Формы: опрос, диктант понятийный</p> <p>Текущий контроль: диктант, опрос, анализ практических работ</p> <p>Тематический контроль: контрольные работы.</p>
<p><b>Усвоенные знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</li> <li>• основные закономерности роста и развития организма человека;</li> <li>• строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>• физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>• возрастные анатомо-физиологические особенности детей;</li> <li>• влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение</li> <li>• основы гигиены детей ;</li> <li>• гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</li> <li>• основы профилактики инфекционных заболеваний;</li> <li>• гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольной образовательной организации.</li> </ul>	<p>Рубежный контроль: тестирование</p> <p>Итоговый контроль: дифференцированный зачет</p>