

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
Старорусский политехнический колледж (филиал)

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
 /М.А. Алексеева/
«23» _____ 2023г.

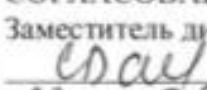


РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 09 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Квалификация выпускника: учитель начальных классов

СОГЛАСОВАНО: Заместитель директора  /Е.Н. Васильева/ «23» 06 2023 г.	РАЗРАБОТЧИК: преподаватель колледжа  М.И. Гончарова «23» 06 2023 г.
---	---

Старая Русса
2023 г.

Рассмотрена: предметной (цикловой) комиссией педагогического направления Протокол № <u>12</u> от «<u>23</u>» <u>06</u> 2023 г. Председатель предметной (цикловой) комиссии <u>Власова Н.В.</u>	Разработана на основе Федерального, государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 44.02.02 Преподавание в начальных классах (Приказ Минпросвещения России от 17 августа 2022 г. № 742.)
---	--

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
1.1	Область применения рабочей программы	4
1.2	Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы	4
1.3	Цели и планируемые результаты освоения учебной дисциплины	4
1.4	Перечень формируемых компетенций	6
1.5	Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины	7
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
2.1	Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	7
2.2	Тематический план и содержание учебной дисциплины	8
2.3	Методические рекомендации по организации изучения дисциплины	
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17
3.1	Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	17
3.2	Учебно – методическое и информационное обеспечение дисциплины	18
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
4.1	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения	
4.2	Рекомендации по использованию оценочных средств	
5	ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ	

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Безопасность жизнедеятельности

1.1 Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия физиология и гигиена» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.02 Преподавание в начальных классах углубленной подготовки в рамках реализации ОПОП СПО

Также программа может быть использована в дополнительном образовании в рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО.

1.2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

дисциплина относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального учебного цикла, 1,2 семестр.

1.3 Цели и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Цель освоения учебной дисциплины: формирование компетентности студентов в области.

Таблица 1. Результаты освоения учебной дисциплины

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК.1	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; выявлять
ОК.2	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	
ОК.3	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в	

	профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
ОК.4	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- составлять план действия; определять необходимые ресурсы;
ОК.5	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
ОК.6	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	- реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)
ОК.9	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках	
ПК.1.1	Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования	Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
ПК. 1.2	Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами	- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 64 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 28 часов;
- практическая нагрузка обучающегося 28 часа;
- промежуточная аттестация 8 часов.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 2 – Трудоемкость учебной дисциплины для очной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
в том числе:	
практические занятия	28
Промежуточная аттестация в форме экзамена	8

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Таблица 3 – Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лекции и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1 Возрастная анатомия и физиология		40	
Тема 1.1 Закономерности роста и развития детей	Содержание учебного материала. Семинарское занятие. Предмет и задачи возрастной физиологии. Связь возрастной физиологии с другими науками. Значение возрастной физиологии для педагогики и психологии. Методы исследования в возрастной физиологии. Предмет и задачи школьной гигиены.	2	2
Тема 1.2 Возрастные периоды развития ребенка	Содержание учебного материала Возрастные периоды, гомеостаз. Закономерности онтогенетического развития Характеристика возрастных периодов: период новорожденности, грудной возраст, дошкольный (ясельный) возраст, дошкольный возраст, школьный возраст, организм как единое целое, гомеостаз и регуляция функций в организме, понятие роста и развития, закономерности онтогенетического развития.	2	1
Тема 1.3 Здоровье и физическое развитие ребенка	Содержание учебного материала Психофизическое здоровье ребенка, группы здоровья, оценка состояния здоровья. Практические занятия Определение силы мышц кисти, становой силы и выносливости разных групп мышц к статической и динамической работе.	2 2	 1

Тема 1.4 Опорно-двигательный аппарат	Содержание учебного материала	2	
	Опорно-двигательный аппарат. Структура и функции ОДА, кости, мышцы, строение скелета, скелетные мышцы, развитие движения у детей, сенситивные периоды для развития физических качеств (прирост мышечной силы, выносливость, координация, скоростные нагрузки, гибкость).	2	
	Практические занятия		
	Структура и функции ОДА. Кости, мышцы, их строение. Строение скелета. Скелетные мышцы. Развитие движения у детей. Сенситивные периоды для развития физических качеств (прирост мышечной силы, выносливость, координация, скоростные нагрузки, гибкость).		
Тема 1.5 Органы кровообращения	Содержание учебного материала	2	
	Органы кровообращения Строение сердца и системы кровообращения, физиология сердца, возрастные изменения сердца и сосудов.		
	Практические занятия	4	
Тема 1.6 Система крови	Содержание учебного материала	2	

	Внутренняя среда организма, кровь, лимфа Кроветворные органы, лимфоузлы, вилочковая железа, селезенка, миндалины, Количество крови, состав крови, свертывающая система крови, формирование иммунных реакций в процессе развития ребенка.	2	2
	Практические занятия		
	Состав крови, свертывающая система крови, группы крови, резусфактор, совместимость групп крови,		
Тема 1.7 Органы дыхания	Содержание учебного материала	2	
	Дыхательная система, дыхательные движения.		2
	Практические занятия		
	Строение органов дыхания, дыхательные движения, первый вдох, носовое дыхание, грудной тип дыхания, брюшной тип дыхания		
Тема 1.8 Органы пищеварения. Обмен веществ и превращение энергии	Содержание учебного материала	2	
	Обмен веществ, превращение энергии, ассимиляция, диссимиляция.		
	Практические занятия		
	Обмен веществ и превращение энергии, строение ЖКТ, микрофлора ЖКТ, обмен веществ и энергии, обмен жиров, белков и углеводов, витамины.		
Тема 1.9 Кожа, выделительная система. Анализаторы	Содержание учебного материала	2	
	Строение и функции кожи. Строение и функции выделительной системы. Анализаторы.		
	Практические занятия		

	Кожные покровы. Особенности строения кожи у детей и подростков. Особенности строения выделительной системы у детей и подростков.		
Тема 1.10 Нервная система. Высшая нервная деятельность	Содержание учебного материала	2	
	Нервная система, высшая нервная деятельность, рефлекторная деятельность.		
	Практические занятия	2	
	Нервная система, высшая нервная деятельность, безусловные и условные рефлексы, рефлекторная деятельность, возрастные особенности рефлекторной деятельности		
Тема 1.11 Эндокринная система	Содержание учебного материала	2	
	Эндокринная система, гипофиз, эпифиз, вилочковая железа		
	Практические занятия	2	
	Гипофиз, расположение, продуцируемые гормоны, эпифиз, расположение, гормоны, щитовидная железа, расположение, гормоны, паращитовидная железа, расположение, гормоны, вилочковая железа, расположение, гормоны, надпочечники, расположение, гормоны, поджелудочная железа, расположение, гормоны, половые железы, расположение, гормоны.		
Раздел 2 Гигиенические основы здорового образа жизни		16	
Тема 2.1 Гигиена отдельных органов и систем	Содержание учебного материала	2	
	Гигиенические основы, режим дня		2

	Практические занятия	4	
	Гигиена отдельных органов и систем, гигиена нервной системы, режим дня, гигиена зрения, гигиена органов дыхания, гигиена органов пищеварения и мочевыделения, гигиена кожи.		
Тема.2.2 Гигиенические требования к учебно- воспитательному процессу	Содержание учебного материала	2	
	Рациональный режим		
	Практические занятия	4	
	Особенности учебного режима в 1-м классе общеобразовательной школы. Оптимальное число уроков в течение школьного дня и продолжительность каждого из них. Сочетание умственного и физического труда в школьном обучении. Рациональное чередование обучения и отдыха в школе.		
Тема.2.3 Гигиенические требования к зданию и помещениям школы	Содержание учебного материала	2	
	Санитарно-техническое благоустройство, зона отдыха		
	Практические занятия	2	
	Общие требования к школьным зданиям. Санитарно-техническое благоустройство (отопление, вентиляция, естественное и искусственное освещение). Гигиенические требования к учебным пособиям, к мебели и оборудованию		
Всего		56	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – **ознакомительный** (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – **репродуктивный** (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- 3 – **продуктивный** (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

2.3 Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

В целях реализации компетентного подхода при преподавании учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» используются современные образовательные технологии: информационные технологии (компьютерные презентации), технологии проблемного обучения (проблемное изложение, эвристическая беседа, исследовательский метод. В сочетании с самостоятельной работой обучающихся для формирования и развития общих компетенций применяются активные и интерактивные формы проведения занятий (групповая консультация, разбор конкретных ситуаций, групповая дискуссия).

Для проведения текущего контроля знаний и умений используется просмотр и оценка практических работ, выполненных обучающимися на занятиях в аудитории и выполненных самостоятельно во внеаудиторное время. Для проведения промежуточной аттестации используется устные, письменные или комбинированные способы оценки уровня достижения результатов освоения учебной дисциплины.

Основное содержание теоретической части излагается на лекционных занятиях, которые выполняют пять основных функций: информационную (сообщение новых знаний), развивающую (развитие познавательных процессов, памяти, мышления), воспитывающую (воспитание профессиональных и личностных качеств, формирование взглядов, убеждений, мировоззрения), стимулирующую (развитие познавательных и профессиональных интересов),

координирующую (координация с другими видами занятий). Важной частью учебной дисциплины являются практические занятия и самостоятельная работа, рекомендации по проведению которых представлены в соответствующих методических рекомендациях, являющихся составной частью учебно-методического комплекса. Также закрепить теоретический материал, выработать навыки самостоятельной аналитической и практической работы и сформировать более глубокую систему знаний помогает знакомство с основной и дополнительной литературой по данной дисциплине.

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

- лаборатория микролаб-я для хим. экс-та
- термометр
- биолог. лабор-я
- тренажер универсальный
- череп с раскрашенными костями
- весы учебные лабораторные
- Модель почек
- Прозрачная модель легких, трахеи, бронхиального дерева и сердца
- Модель печени и желчного пузыря
- Модель скелета с местами прикрепления мышц и связок
- Модель головы с головным мозгом
- Модель уха 3 части
- Сверхреалистичная модель черепа человека
- Модель желудка
- Комплект учебной мебели на – 25 посадочных мест,
- учебная доска.

3.2 Учебно – методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная литература

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 : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12305-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/447248> (дата обращения: 03.10.2020).

2. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452350> (дата обращения: 03.10.2020).
3. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 447 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6227-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/427145> (дата обращения: 03.10.2020).
4. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы : учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 373 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6239-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/427149> (дата обращения: 03.10.2020).

б) Базы данных, информационно – справочные и поисковые системы

Обучение по учебной дисциплине ОП.09 Возрастная анатомия, физиология и гигиена может проводиться с использованием дистанционных образовательных технологий.

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Оценка качества освоения учебной программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по итогам освоения дисциплины.

Текущий контроль проводится в форме тестирования, выполнения устного и письменного опроса,

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме тестирования.

Таблица 4 – Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Коды формируемых общих и профессиональных компетенций	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2	1
Уметь: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; - реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с	ОК 1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. ОК2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	Демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты и оценка правильности их применения; фронтальный опрос знаний, проверочные работы, тестирование,

помощью наставника) Знать: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности	ОК4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде. ОК5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста. ОК6. 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. ОК9. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках. ПК 1.1. Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных	оценка решения ситуационных задач и выполнения внеаудиторной самостоятельной работы;
---	---	---

	программ начального общего образования . ПК 1.2. Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами.	
--	--	--

4.2 Рекомендации по использованию оценочных средств

а) Проверочная работа

При выполнении проверочной работы необходимо обращать внимание на правильность профессиональной терминологии, логичность и фактическую точность в формулировании ответа (в случае заданий, на которые требуется дать развернутый ответ), на последовательность в изложении материала. Ответы необходимо давать с опорой на теоретические знания, полученные во время изучения дисциплины. При использовании альтернативных источников информации, указывать их.

Пример проверочной работы:

Сформулировать ответы на вопросы:

- Какую роль играет жидкая среда организма?
- Каковы особенности строения опорно-двигательной системы у детей и подростков?
- Особенности иммунной системы детей и подростков?
- Центральная нервная система и ее особенности у детей и подростков?

Критерии оценки для текущего контроля знаний:

«5» (отлично) – ответ полный, аргументированный, умение использовать при ответе наглядными пособиями, показ связи с другими темами и учебными дисциплинами, применение терминологии, высказывание своего мнения, выводы.

«4» (хорошо) – ответ студента полный, но некоторые моменты недостаточно аргументированы, требуется помощь преподавателя (наводящие вопросы), нет должных навыков, ответ только в пределах вопроса, неточность в терминологии, не сделаны выводы.

«3» (удовлетворительно) – студент материал темы знает слабо, с трудом владеет юридическими терминами, не может объяснить значение некоторых.

«2» (неудовлетворительно) – студент не знает материала темы.

Изучение дисциплины Возрастная анатомия, физиология и гигиена завершается экзаменом по дисциплине по итогам первого семестра обучения.

Экзамен

При подготовке к экзамену можно использовать как конспекты лекций, так и литературу, указанную в рабочей программе дисциплины, в том числе, из дополнительного списка. Разрешается также пользоваться дополнительными достоверными источниками информации, в том числе, размещенными в сети Интернет.

В каждом экзаменационном билете содержится 2 вопроса.

Критерии оценки	Кол – во билетов
— Логичность и последовательность в изложении информации Использование профессиональной терминологии	25

— Демонстрация теоретических знаний — Готовность к решению практических задач	
--	--

Перечень экзаменационных вопросов

для подготовки к экзамену по дисциплине *Возрастная анатомия,*

физиология и гигиена по специальности

44.02.02 Преподавание в начальных классах

1. Индивидуальное развитие.
2. Развитие после оплодотворения.
3. Возрастные изменения у новорожденного ребенка.
4. Изменения в период раннего детства.
5. Первое и второе детство.
6. Подростковый и юношеский возраст.
7. Зрелый и пожилой возраст
8. Значение и строение опорно-двигательной системы.
9. Строение скелетных мышц и их классификация.
10. Возрастные особенности двигательной функциональной системы.
11. Нарушения опорно-двигательной системы.
12. Кровь, значение, состав; иммунные свойства крови.
13. Система кровообращения, значение.
14. Строение сердца, функции.
15. Фазы работы сердца.
16. Давление крови и его измерение.
17. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы.
18. Значение и строение органов пищеварения.
19. Этапы пищеварения.
20. Возрастные особенности органов пищеварения.
21. Гигиена питания.
22. Режим питания детей и подростков.
23. Значение нервной системы; общий план строения.
24. Основные свойства нервных волокон; торможение в ЦНС, его виды и механизм.
25. Рефлекс, как основной акт нервной деятельности.
26. Классификация рефлексов.
27. Гуморальная и нервная регуляция функций организма.
28. Учение о высшей нервной деятельности.
29. Типы ВНД.

30. Типологические особенности ВНД детей и подростков.
31. Нарушения ВНД ребенка.
32. Нейрофизиологические основы поведения человека
33. Биологические ритмы.
34. Понятие об эндокринных железах и гормонах; значение и структура гормонов.
35. Гипофиз.
36. Щитовидная железа.
37. Половые органы.
38. Надпочечники.
39. Поджелудочная железа.
40. Вилочковая железа.
41. Влияние состояния здоровья школьников на их работоспособность.
42. Значение правильного режима дня.
43. Особенности организации режима дня для детей младшего школьного возраста.
44. Гигиена сна.
45. Гигиенические требования к организации учебных занятий.
46. Принципы построения расписания уроков на день и неделю.
47. Требования к организации уроков чтения и письма.
48. Основные правила распределения учебного материала на уроках.
49. Требования к использованию ТСО.
50. Требования к оборудованию школьных помещений.