

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
(национальный исследовательский университет)»
ИНСТИТУТ СПОРТА, ТУРИЗМА И СЕРВИСА
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ:

директор

Многопрофильного колледжа

О.Б. Прохорова

«*27*» *марта* 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА
профессиональной образовательной программы
44.02.03 ПЕДАГОГИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ


Челябинск 2025

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена профессиональной образовательной программы специальности среднего профессионального образования (далее – СПО)

44.02.03 Педагогика дополнительного образования рассмотрена и одобрена на заседании Педагогического совета №4, протокол №4 от «27» марта 2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по НМР

Л.П. Попкова 

«26» марта 2025 г.

Специалист по УМР

Э.Р. Сурайкина 

«26» марта 2025 г.

Разработчик: А.В. Мефодовская – преподаватель Многопрофильного колледжа

Рабочая программа учебной дисциплины общепрофессионального цикла ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (утв. Приказом Минпросвещения России от 14 ноября 2023 г. № 855).

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена является частью профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по программе подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального учебного цикла.

1.3 Цели и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания, необходимые для формирования общих (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций.

Таблица 1 – Общие компетенции

Код и наименование общей компетенции	Умения	Знания
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности ОК 04. Эффективно взаимодействовать и	У ₁ – определять топографическое расположение и строение органов и частей тела	З ₁ – основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека
	У ₂ – использовать элементарные антропометрические исследования для оценки физического развития ребенка	З ₂ – топографическое расположение органов и частей тела
	У ₃ – 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	З ₃ – основные закономерности роста и развития организма человека
	У ₄ – определять возрастные особенности строения организма человека	З ₄ – методы возрастной анатомии и физиологии
	У ₅ – применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и профессиональной деятельности	З ₅ – строение и функции систем органов здорового человека

<p>работать в коллективе и команде</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>У₆ – оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в различные возрастные периоды</p>	<p>З₆ – физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека</p>
	<p>У₇ – определять типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков</p>	<p>З₇ – типологические особенности ВНД детей</p>
	<p>У₈ – применять знания о гигиене в практической деятельности</p>	<p>З₈ – основы гигиены</p>
	<p>У₉ – обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания детей раннего и дошкольного возраста</p>	<p>З₉ – гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза</p>

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной нагрузки (всего)	66
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	66
Практическая подготовка	56
в том числе:	
теоретические занятия	26
практические занятия	34
контрольные занятия	4
курсовая работа/проект	-
дифференцированный зачет (зачет)	2
Самостоятельная учебная работа обучающегося (всего)	-
Консультации	-
Экзамен	-
Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) – в форме дифференцированного зачета/зачета	

2.2 Тематический план учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12
2 курс (3 семестр)										
Введение. Стартовая диагностика обучающихся	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Раздел 1 Общие закономерности строения организма. Онтогенез	16	16	12	8	6	2	-	-	-	-
Тема 1.1 Основы цитологии. Клетка	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №1 Сравнительный анализ процессов митоза и мейоза	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-
Тема 1.2 Основы гистологии. Виды тканей	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Тема 1.3 Внутренняя среда организма	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №2 Сравнительный анализ тканей человека	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 1.4 Онтогенез. Общие закономерности роста и развития детей и подростков	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №3 Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Контрольное занятие №1 Решение ситуационных задач	2	2	-	-	-	2	-	-	-	-
Раздел 2 Физиологические системы органов: строение, функции, возрастные особенности	14	14	14	4	10	-	-	-	-	-
Тема 2.1 Опорно-двигательный аппарат	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-

Практическое занятие №4 Анализ особенностей мышечной системы человека	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №5 Выявление нарушения осанки и наличия плоскостопия	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 2.2 Сердечно - сосудистая система	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №6 Сравнительный анализ строения кровеносных сосудов	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №7 Определение пульса. Ортостатическая проба	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №8 Определение зависимости пульса от физических нагрузок разной интенсивности	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Всего за 3 семестр:	32	32	28	14	16	2	-	-	-	-
2 курс (4 семестр)										
Раздел 2 Физиологические системы органов: строение, функции, возрастные особенности	24	24	20	8	14	2	-	-	-	-
Тема 2.3 Дыхательная система. Возрастные особенности дыхания	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №9 Анализ механизмов вдоха и выдоха	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №10 Задержка дыхания в покое и после дозированной нагрузки	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 2.4 Пищеварительная система: строение, функции, возрастные особенности	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №11 Гигиеническая оценка пищевого рациона	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №12 Составление пищевого рациона спортсмена	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 2.5 Центральная нервная система	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №13 Анализ механизмов высшей нервной деятельности человека	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №14 Определение объема кратковременной памяти и внимания	2	2	-	-	2	-	-	-	-	-

Практическое занятие №15 Определение умственной работоспособности с помощью корректурной пробы В.Я. Анфимова	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 2.6 Анализаторы и органы чувств	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Контрольное занятие №2 Решение тестовых заданий	2	2	-	-	-	2	-	-	-	-
Раздел 3 Возрастная гигиена	8	8	8	4	4	-	-	-	-	-
Тема 3.1 Гигиена детей и подростков	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Практическое занятие №16 Гигиеническая оценка расписания уроков	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Практическое занятие №17 Определение своего хронотипа работоспособности	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 3.2 Основы профилактики инфекционных заболеваний детей дошкольного возраста	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-
Дифференцированный зачет	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2
Всего за 4 семестр:	34	34	28	12	18	2	-	-	-	2
Всего по дисциплине:	66	66	56	26	34	4	-	-	-	2

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Освоение программы учебной дисциплины Возрастная анатомия, физиология и гигиена предполагает наличие учебного кабинета анатомии, физиологии и гигиены

Оборудование и технические средства обучения:

1. Весы напольные – 1 шт.
2. Секундомер – 1 шт.
3. Тонометр – 1 шт.

Имущество:

1. Стол ученический (одноместный) – 25 шт.
2. Стул – 25 шт.

Учебно-наглядные пособия:

1. Барельефные модели – 3 шт.
2. Плакаты – 19 шт.
3. Анатомический препарат – 2 шт.
4. Скелет человека – 1 шт.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основная литература:

1. Кабанов, Н. А. Анатомия человека: учебник для среднего профессионального образования/ Н. А. Кабанов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт].
2. 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:<http://www.biblio-online.ru/bcode/447248>

Дополнительная литература:

1. Мустафина, И.Г. Практикум по анатомии и физиологии человека [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.Г. Мустафина. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург: Лань, 2017. — 388 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92610>. — Загл. с экрана.
2. Воробьев В. П. Атлас анатомии человека [Текст]/ В. П. Воробьев. – М.: АСТ, Мн.: Харвест, 2003 – 1472 с.
3. Мартинчик А. Н. Физиология питания, санитария и гигиена: учебное пособие / А. Н. Мартинчук, А. А. Королев, Л. С. Трофименко. – М.: Академия, 2002. – 191с.
4. Позняковский, В.М. Физиология питания [Электронный ресурс]: учебник / В.М. Позняковский, Т.М. Дроздова, П.Е. Влощинский. — Электрон. дан. —

Санкт-Петербург: Лань, 2018. — 432 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/99209>. — Загл. с экрана.

5. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. — Электрон. дан. — Москва: Советский спорт, 2012. — 620 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/4114>. — Загл. с экрана.

6.Валянский, С. И. Естествознание: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. И. Валянский. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 367 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13604-3. — Текст: электронный// ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/466079>.

7. Борисова, Т.С. Основы гигиены детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Т.С. Борисова, Н.В. Бобок, М.М. Солтан, Ж.П. Лабодаева. — Электрон. дан. — Минск: Новое знание, 2018. — 390 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/104848>. — Загл. с экрана.

Перечень используемого программного обеспечения

- 1) Microsoft Office
- 2) Microsoft Windows

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- 1) ЭБС Электронного издания ЮРАЙТ
- 2) ЭБС «ЛАНЬ»

3.3 Особенности обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Обучение по дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Содержание образования и условия организации обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Медицинские ограничения регламентированы Перечнем медицинских противопоказаний Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается

с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств. Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена осуществляется преподавателем в процессе Мониторинга динамики индивидуальных достижений обучающихся по учебной дисциплине, включающего текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Тип задания	Формы и методы контроля и оценки	Проверяемые образовательные результаты
Текущий контроль		
Задания для стартовой диагностики	Оценка результатов тестирования	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08
Тестовые задания	Оценка результатов тестирования	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08
Практические задания	Оценка выполненных заданий Наблюдение за деятельностью обучающихся Сравнение с эталоном	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08
Подготовка и защита научно-исследовательской работы (НИР, проекты, рефераты, сообщения, презентации)	Экспертная оценка работы, устной защиты, презентации по критериям Заполнение чек-листов	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08
Контрольные занятия: - практические задания - учебная конференция	Оценка результатов тестирования Наблюдение за деятельностью обучающихся Оценка участия в обсуждении	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08
Промежуточная аттестация		
Теоретические вопросы для собеседования	Оценка устных ответов Наблюдение за деятельностью обучающихся	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08
Ситуационные задачи	Оценка устных ответов Оценка участия в обсуждении	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08

Текущий контроль успеваемости подразумевает регулярную объективную оценку качества освоения обучающимися содержания учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена и способствует успешному овладению учебным материалом в разнообразных формах аудиторной работы, в процессе внеаудиторной подготовки и оценивает систематичность учебной работы студента.

В начале изучения дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена (в течение первых двух недель) осуществляется стартовая диагностика обучающихся. Входной контроль проводится с целью определения стартового уровня подготовки студентов, который в дальнейшем сравнивается с результатами следующих этапов мониторинга уровня достижения планируемых образовательных результатов; выстраивания индивидуальной траектории обучения на основе контроля их знаний. Результаты входного контроля являются основанием для проведения

корректирующих мероприятий, а также формирования подгрупп и организации дополнительных консультаций.

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена проходит в форме дифференцированного зачета.

При промежуточной аттестации обучающихся на дифференцированном зачете по дисциплине ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена на соответствие персональных достижений требованиям к образовательным результатам, заявленных ФГОС СПО, преподавателем учитывается итоговый рейтинг обучающегося по дисциплине и принимается решение об освобождении обучающегося от процедуры промежуточной аттестации.

При условии итоговой рейтинговой средневзвешенной оценки обучающегося не менее 4 баллов, соответствующей рейтингу от 4.0 до 4,4 баллов обучающийся может быть освобожден (на усмотрение преподавателя) от выполнения заданий на дифференцированном зачете с оценкой «хорошо». Если обучающийся претендует на получение оценки «отлично», он должен присутствовать на дифференцированном зачете и выполнить все задания, предусмотренные для промежуточной аттестации по учебной дисциплине. Обучающийся, имеющий итоговый рейтинг от 4,5 до 5 баллов, освобождается от выполнения заданий на дифференцированном зачете и получает оценку «отлично». Обучающийся, имеющий итоговый рейтинг менее 4,0, выполняет все задания на дифференцированном зачете.