

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.05  
Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

**для студентов, обучающихся по специальности**

**49.02.01  
Физическая культура**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544 Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом примерной образовательной программы среднего профессионального образования, рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 №968 (с изменениями от 03.07.2024 г. № 464) по специальности

код

**49.02.01**

наименование специальности

**Физическая культура**

*(программа подготовки специалистов среднего звена)*

**Разработчики:**

|   | <b>Фамилия, имя, отчество</b> | <b>Ученая степень (звание)<br/>[квалификационная<br/>категория]</b> | <b>Должность</b> |
|---|-------------------------------|---|------------------|
| 1 | Пережогина Дарья Евгеньевна   | первая  | преподаватель    |

**Рассмотрено на заседании МО по общеобразовательной подготовке**

|   | <b>Фамилия, имя, отчество<br/>руководителя МО</b> | <b>Дата заседания МО</b> | <b>№ протокола</b> |
|---|---|--------------------------|--------------------|
| 1 | Масюткина Ирина<br>Александровна                  | 28.08.2025               | 1                  |

**Согласовано на заседании научно-методического совета**

| <b>Дата заседания НМС</b> | <b>№ протокола</b> |
|---------------------------|--------------------|
| 29.08.2025                | 1                  |

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|  |    |
|--|----|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....  | 4  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....                 | 5  |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....            | 11 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ..... | 15 |

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

### 1.1 Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

49.02.01

Физическая культура

укрупненной группы специальностей

49.00.00

Физическая культура и спорт

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в рамках реализации специальности 49.02.01 «Физическая культура» заочной формы обучения.

### 1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

Общепрофессиональный цикл

в вариативную часть циклов ППССЗ

Учебная дисциплина связана с дисциплиной ДП.01 Биология общеобразовательного цикла.

### 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

**Цель дисциплины:** формирование знаний о возрастных особенностях анатомии, физиологии и гигиены организма детей школьного возраста.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК              | Умения   | Знания  |
|-------------------------|--|---|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 | <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;</li> <li>– определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;</li> <li>– давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие закономерности роста и развития организма детей и подростков;</li> <li>– физиологию ЦНС и ВНД детей и подростков;</li> <li>– рефлекторный характер речевой функции;</li> <li>– методы определения физического развития и физической работоспособности детей;</li> <li>– методы изучения умственной работоспособности детей;</li> </ul> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | <p>проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять физическую и умственную работоспособность;</li> <li>– проводить диагностику наступающего утомления;</li> <li>– проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника;</li> <li>– возрастные особенности функционирования висцеральных систем;</li> <li>– биологическую природу и целостность организма человека, как саморегулирующейся системы;</li> <li>– принципы и механизмы регуляции основных жизненных функций и систем обеспечения гомеостаза;</li> <li>– методы гигиенической оценки окружающей ребенка среды;</li> <li>– гигиенические основы организации режима дня, учебно-воспитательного процесса.</li> </ul> |
|--|--|---|

Освоение дисциплины направлено на развитие общих, профессиональных, **цифровых** компетенций:

| <b>Код</b>    | <b>Компетенции</b>  |
|---------------|---|
| 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 08         | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности |
| <b>КК. 3.</b> | <b>Креативное мышление</b>  |
| <b>КК. 4.</b> | <b>Управление информацией и данными</b>   |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| <b>Вид учебной работы</b>                                 | <b>Объем в часах</b> |
|---|----------------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | 82                   |
| в т. ч.:  |                      |
| теоретическое обучение                                    | 36                   |
| практические занятия                                      | 32                   |
| консультация  | 2                    |
| Промежуточная аттестация в форме экзамена                 | 12                   |

**2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины  
«ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»**

| Наименование разделов и тем   | Содержание и формы организации деятельности обучающихся  | Объем часов | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---|--|-------------|---|
| 1   | 2  | 3           | 4   |
| 3 семестр всего 38 ч.: Т-22 ч., ПЗ - 16 ч.                                |  |             |   |
| Тема 1.<br>Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. | Содержание   | 2/0         | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08   |
|   | 1. Предмет и задачи учебной дисциплины. Методы исследования в возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Связь этого предмета с другими дисциплинами.  | 2           |   |
| Тема 2.<br>Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены        | Содержание   | 6/4         | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08   |
|   | 1. Определение организма и его свойств, уровни организации живого организма.   | 6           |   |
|   | 2. Роль среды и наследственности в развитии детского организма. Закономерности роста и развития.   |             |   |
|   | 3. Определение онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития. Акселерация и ретардация, их причины.   |             |   |
|   | 4. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка.  |             |   |
|   | 5. Методы определения состояния умственного и физического развития ребенка. Понятие о физическом развитии. Показатели и возрастно-половые особенности физического развития. Определение антропометрических показателей для оценки физического развития школьников. |             |   |
|   | Практическое занятие   | 4           |   |
|   | Практическое занятие 1. Оценка физического развития. Антропометрия. Определение типа телосложения.   | 4           |   |

|   |   |      |                         |
|---|---|------|-------------------------|
| Тема 3.<br>Регуляторные<br>системы организма  | Содержание  | 10/4 | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|   | 1. Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма и их значении для жизнедеятельности организма. Анатомия и физиология нервной системы. Общий план строения и функции нервной системы (микро- и макроуровень). Понятие о соматической и вегетативной нервной системе. | 10   |                         |
|   | 2. Функциональное значение и особенности созревания отделов ЦНС.  |      |                         |
|   | 3. Понятие о функциональной асимметрии больших полушарий мозга.   |      |                         |
|   | 4. Понятие о работоспособности и утомлении, меры профилактики утомления у школьников.   |      |                         |
|   | 5. Координационная деятельность нервной системы.  |      |                         |
|   | 6. Определение рефлекса, рефлекторной дуги и рефлекторного кольца и их возрастные особенности.  |      |                         |
|   | 7. Анатомия и физиология эндокринной системы. Значение эндокринных желез, свойства и физиологические эффекты гормонов. Влияние гормонов на рост организма, его физическое и психическое развитие.   |      |                         |
|   | Практические занятия  | 8    |                         |
|   | Практическое занятие 2. «Определение работоспособности у детей школьного возраста и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»  | 4    |                         |
| Практическое занятие 3. Анализ рефлекторной дуги. Коленный рефлекс. Глазосердечный рефлекс. | 4   |      |                         |
| Тема 4.<br>Сенсорные функции  | Содержание  | 4/4  | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|   | 1. Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Определение, структурная организация сенсорных систем (анализаторов), их классификация и значение для развивающегося организма. Основные нарушения зрения.   | 4    |                         |
|   | 2. Зрительная сенсорная система. Общий план строения зрительной сенсорной системы, строение и функции глаза, возрастные особенности работы зрительного анализатора.   |      |                         |
|   | 3. Слуховая сенсорная система. Общий план строения слуховой сенсорной системы, строение и функции уха, возрастные особенности работы слухового  |      |                         |

|   |  |       |                         |
|---|--|-------|-------------------------|
|   | анализатора.   |       |                         |
|   | 4. Функциональное значение и возрастные особенности двигательного, вестибулярного, вкусового, обонятельного и кожного анализаторов.  |       |                         |
|   | Практическое занятие   | 4     |                         |
|   | Практическое занятие 4. Анализаторы. Методы определения остроты зрения   | 4     |                         |
| Итого за 3 семестр  |  | 22/16 |                         |
| 4 семестр всего 44 ч.: Т- 14ч., ПЗ -16ч., консультация -2 ч., ПА – 12ч. |  |       |                         |
| Тема 5.<br>Физиология высшей нервной деятельности детей и подростков    | Содержание   | 4/4   | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|   | 1. Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Понятие о высшей нервной деятельности (ВНД).  | 4     |                         |
|   | 2. Условия, механизмы и возрастные особенности выработки и торможения условных рефлексов. Значение условных рефлексов для воспитания и обучения, понятие динамического стереотипа. |       |                         |
|   | 3. Понятие о сигнальных системах мозга, этапы и условия становления речевой функции.   |       |                         |
|   | 4. Эмоции, их коммуникативное значение. Физиологические механизмы эмоций и их развитие в постнатальном онтогенезе. Эмоции и стресс.  |       |                         |
|   | 5. Индивидуально-типологические особенности ребенка. Классификация и характеристика типов ВНД. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.                |       |                         |
|   | 6. Физиологические основы психических функций мозга. Физиологические механизмы восприятия, памяти, внимания, мышления, их возрастные особенности.                                  |       |                         |
|   | 7. Физиологические механизмы сна.  |       |                         |
|   | Практическое занятие   | 4     |                         |
|   | Практическое занятие 5. Исследование динамики умственной работоспособности. Определение особенностей гигиены умственного труда.  | 4     |                         |
| Тема 6.<br>Моторные функции   | Содержание   | 4/4   | ОК 01<br>ОК 02          |
|   | 1. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков.   | 4     |                         |



|  |   |     |                         |
|--|---|-----|-------------------------|
|  | 2. Строение и функции костной системы человека, ее развитие.  |     | ОК 08                   |
|  | 3. Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы. Понятие о рефлексорном механизме мышечной деятельности.  |     |                         |
|  | 4. Использование знаний о естественной потребности ребенка в двигательной активности при организации учебно-воспитательного процесса.   |     |                         |
|  | 5. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и меры профилактики.   |     |                         |
|  | 6. Гигиенические требования к организации труда обучающихся.  |     |                         |
|  | Практическое занятие  |     |                         |
|  | Практическое занятие 4. «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»   | 2   |                         |
|  | Практическое занятие 5. «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей школьного возраста на сохранение правильной осанки»  | 2   |                         |
| Тема 7.<br>Возрастные особенности висцеральных функций организма детей и подростков. | Содержание  | 6/8 | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 |
|  | 1. Внутренняя среда организма. Понятие о внутренней среде организма, определение гомеостаза.  | 6   |                         |
|  | 2. Состав, функции и возрастные особенности крови.  |     |                         |
|  | 3. Иммуитет, его виды. Возрастные изменения иммунитета.   |     |                         |
|  | 4. Кровообращение. Общий план строения, функции сердечно-сосудистой системы. Возрастные особенности системы кровообращения у детей и подростков. Использование показателей деятельности ССС для комплексной диагностики функционального развития ребенка. |     |                         |
|  | 5. Дыхание. Общий план строения и функции дыхательной системы. Возрастные особенности системы дыхания у детей и подростков. Жизненная емкость легких.   |     |                         |
|  | 6. Гигиеническое значение воздушной среды в помещении. Микроклимат.   |     |                         |
|  | 7. Общий план строения и функции пищеварительной системы. Возрастные  |     |                         |

|  |  |                      |  |
|--|--|----------------------|--|
|  | особенности органов пищеварения у детей и подростков.  |                      |  |
|  | 8. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Понятие об обмене веществ и энергии, его этапы. Обмен и значение питательных веществ. Энергетический обмен у детей и подростков. |                      |  |
|  | 9. Возрастные особенности органов выделения. Общий план строения и функции мочевыделительной системы, возрастные особенности.  |                      |  |
|  | 10. Строение, функции, возрастные особенности и гигиена кожи. Требования к одежде и обуви детей и подростков.  |                      |  |
|  | 11. Репродуктивная система организма. Общий план строения и функции репродуктивной системы   |                      |  |
|  | <b>Практические занятия</b>  | <b>8</b>             |  |
|  | <b>Практическое занятие 6.</b> Определения показателей сердечно-сосудистой системы. Пульсометрия. Определение кровяного давления;  | 2                    |  |
|  | <b>Практическое занятие 7.</b> Оценка функциональных резервов сердечно-сосудистой системы  | 2                    |  |
|  | <b>Практическое занятие 8.</b> Определения показателей дыхательной системы. Спирометрия;   | 2                    |  |
|  | <b>Практическое занятие 9.</b> Определение основного обмена расчетным методом.   | 1                    |  |
|  | <b>Практическое занятие 10.</b> Определение требований к микроклимату учебного помещения.  | 1                    |  |
|  | <b>Консультации</b>  | 2                    |  |
|  | <b>Подготовка к экзамену</b>   | <b>6</b>             |  |
|  | <b>Промежуточная аттестация в форме экзамена</b>   | <b>6</b>             |  |
|  | <b>Итого за 4 семестр</b>  | <b>14/16/2к/12ПА</b> |  |
|  | <b>Всего часов</b>   | <b>36/32/2к/12ПА</b> |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

|       |                   |   |
|-------|-------------------|---|
| 3.1.1 | учебного кабинета | возрастной анатомии, физиологии и гигиены                         |
| 3.1.2 | лаборатории       | информатики и информационно-коммуникационных технологий; анатомии |
| 3.1.3 | зала              | библиотека;<br>читальный зал с выходом в сеть Интернет.           |

##### 1.1.1 Оборудование учебного кабинета (лаборатории, мастерской, студии) и рабочих мест:

| №  | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения   | Примечания |
|--|--|------------|
| <b>Анатомии, физиологии и гигиены, медико-биологических и социальных основ здоровья, лаборатории физической и функциональной диагностики</b> |  |            |
| 1.   | Рабочие места по количеству обучающихся  | Комплект   |
| 2.   | Рабочее место преподавателя  | 1          |
| 3.   | Рабочая меловая доска  | 1          |
| <b>I.</b>  | <b>Технические средства обучения</b>   |            |
| 1  | Ноутбук  | 1          |
| 2  | Интерактивная доска  | 1          |
| 3  | Колонки  | 2          |
| 4  | Микроскопы , сантиметровые ленты для практических работ по анатомии.   | 10         |
| 5  | Синометр ручной , спирометр (ЖЕЛ) , прибор для определения состава вдыхаемого и выдыхаемого воздуха,   | 1          |
| <b>II.</b>   | <b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>   |            |
| 1.   | Видеофильмы:<br>«Тело человека»  | Д          |
| 2.   | Презентации по всем разделам курса:<br>клетка,<br>опорно-двигательный аппарат,<br>ткани, пищеварительная система,<br>дыхательная система<br>выделительная система<br>сердечно - сосудистая система,<br>эндокринная система<br>эмбриональное развитие.<br>покровы тела и железы секреции. | Д          |
| <b>III.</b>  | <b>Печатные пособия</b>  |            |
| 1.   | Портреты ученых – анатомов,<br>Таблицы: ОДА , кровеносная система, выделительная система,<br>дыхательная, железы внутренней секреции , нервная система,<br>покровы, анализаторы, клетка, пищеварительная ситема  | Д          |
| 2.   | <b>Муляжи объемные:</b><br>ОДА– скелет человека , спилы костей , череп , торс человека , нервная система – головной мозг , сердечнососудистая система – сердце,<br>дыхательная система – легкие, бронхи, анализаторы .   | Д          |

|  |   |                       |
|--|---|-----------------------|
| 3.   | <b>Плоские цветные муляжи:</b><br>дыхательная система, железы внутренней секреции, кровеносная система, выделительная система   | Д                     |
| <b>IV</b>  | <b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>  |                       |
| 1  | Материалы по теоретической части дисциплины:<br>- Конспекты лекций по всем темам курса (включают: лекцию, презентацию и проверочный блок + ключ ответов)<br>- учебники и пособия по анатомии, физиологии, биохимии, ОМЗ   | Д                     |
| 2  | Материалы к практическим занятиям по дисциплине:<br>- учебно-практические материалы   | 15 экз.               |
| 3  | Материалы по организации самостоятельной работы:<br>- задания в планах практических занятий;<br>- раздаточный дидактический материал  | 15 экз                |
| 4.   | папки индивидуальной подготовки по всем темам (таблицы, рисунки, схемы); раздаточные терминологические словари;   | 30 экз.               |
| 5  | Комплекты контрольно-оценочных средств  | 30 экз (варианты 2-5) |
| <b>Комплект Конвергентная цифровая лаборатория Vernier для проведения практических и лабораторных занятий по дисциплине:</b> |   |                       |
|  | 1. Устройство измерения и обработки данных (УИОД)<br>2. Кронштейны для датчиков<br>3. Датчик артериального давления (тонометр)<br>4. Датчик силы (ручной динамометр)<br>5. Датчик температуры<br>6. Датчик температуры поверхности<br>7. Датчик частоты дыхательных движений<br>8. Датчик частоты сердечных сокращений (пульсометр)<br>9. Датчик ЭКГ<br>10. Датчик жизненной емкости легких (спирометр)<br>11. Биокамера (объем 2000 мл)<br>12. Биокамера (объем 250 мл)<br>13. Учебно-методическое пособие по применению цифровой лаборатории по физиологии человека<br>14. Беспроводной датчик ЧДД<br>15. Датчик освещенности (люксметр)<br>16. Датчик атмосферного давления (барометр)<br>17. Датчик скорости потока ветра (анемометр)<br>18. Датчик угла сгиба сустава (гониометр)<br>19. Адаптер для датчика содержания кислорода и спирометра |                       |

#### Условные обозначения

**Д** – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

**К** – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

**П** – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

## **3.2. Информационное обеспечение обучения**

### **Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

#### **Основные источники**

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, 2020. — 414 с.
2. Григорьева, Е.В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для СПО. - Москва: Юрайт, 2020, — 182с.
3. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.
4. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 464 с.
5. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 132 с.
6. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов - 15-е изд., стер. – Москва: Издательский центр Академия, 2023. – 384 с.
7. Соловьева, В.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена / А.В. Соловьева. – Москва: Академия, 2017.
8. Ткачук, М. Г. Анатомия спортивной деятельности / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 224 с.
9. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 287 с.

#### **Дополнительные источники**

10. Гайворонский, И. В. Анатомия центральной нервной системы и органов чувств: учебник для среднего профессионального образования / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.
11. Гуровец, Г.В. Возрастная анатомия и физиология: Основы профилактики и коррекции нарушений в развитии детей: Учеб. пособ. для СПО. – Москва: Владос, 2013.
12. Самусев, Р.П. Атлас анатомии человека: Учеб. пособ. – Москва: Мир и образование, 2015.

#### **Интернет – ресурсы:**

1. Анатомия. / Учебное пособие / под ред. Сониной Н.И., Сапина М.Р., М.: ДРОФА, 2009, 1СД-ROM.
2. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
3. Анатомия. Курс лекций: Федеральный портал «Российское образование» (Режим доступа): URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm>
4. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2008, 1СД-ROM.
5. Атлас морфологии человека /Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2009, 1СД-ROM.
6. Внутренняя среда организма. – URL: [http://www.fiziolog.isu.ru/page\\_KSYS.htm](http://www.fiziolog.isu.ru/page_KSYS.htm).

7. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие Единое окно доступа к информационным ресурсам (Режим доступа): URL: [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rid=40358](http://window.edu.ru/window/library?p_rid=40358)

8. Информационный сайт - справочник по биологии и физиологии.—URL: <http://sbio.info/index.php>.

9. СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания": сайт – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_376166/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_376166/) (дата обращения: 01.08.2023).

### 3.3 Организация образовательного процесса

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным занятиям, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: [do.kpk.kss45.ru](http://do.kpk.kss45.ru).

- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>.

- Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.

- TeamViewer - программное обеспечение для удалённого контроля компьютеров, обмена файлами, видеосвязи и веб-конференций.

- Сферум.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

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

| <i>Результаты обучения</i>   | <i>Критерии оценки</i>   | <i>Методы оценки</i>  |
|--|--|---|
| <p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие закономерности роста и развития организма детей и подростков;</li> <li>– физиологию ЦНС и ВНД детей и подростков;</li> <li>– рефлексорный характер речевой функции;</li> <li>– методы определения физического развития и физической работоспособности детей;</li> <li>– методы изучения умственной работоспособности детей;</li> <li>– динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника;</li> <li>– возрастные особенности функционирования висцеральных систем;</li> <li>– биологическую природу и целостность организма человека, как саморегулирующейся системы;</li> <li>– принципы и механизмы регуляции основных жизненных функций и систем обеспечения гомеостаза;</li> <li>– методы гигиенической оценки окружающей ребенка среды;</li> <li>– гигиенические основы организации режима дня, учебно-воспитательного процесса.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– характеризует основные закономерности роста и развития организма детей и подростков;</li> <li>– характеризует методы возрастной анатомии и физиологии с точки зрения применения в практической деятельности педагога;</li> <li>– описывает строение и функции систем органов здорового человека;</li> <li>– объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>– дает характеристику возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей и подростков;</li> <li>– определяет типологические особенности ВНД детей;</li> <li>– описывает влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</li> <li>– характеризует принципы гигиены систем органов;</li> <li>– анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</li> <li>– дает описание гигиенических требований к учебно-воспитательному процессу</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– устный опрос по темам,</li> <li>– проверочные;</li> <li>– анализ и оценка решения тестовых заданий;</li> </ul> |
| <p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;</li> <li>– определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;</li> <li>– давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации,</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– использует приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;</li> <li>– определяет критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;</li> <li>– проводит гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и проведения занятий и</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценка результатов выполнения практической работы</li> </ul>   |

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>расписания занятий, организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять физическую и умственную работоспособность;</li> <li>– проводить диагностику наступающего утомления;</li> <li>– проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.</li> </ul> | <p>мероприятий в образовательных организациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определяет физическую и умственную работоспособность;</li> <li>– осуществляет диагностику наступающего утомления;</li> <li>– определяет содержание мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.</li> </ul> |  |
|--|--|--|