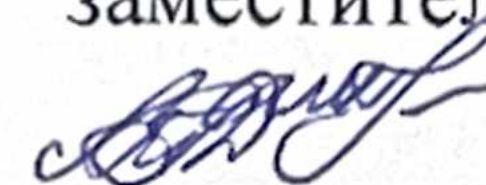


Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Мамадышский политехнический колледж»»

УТВЕРЖДАЮ

заместитель директора по ТО



А.Д.Ахметшина

«2» 09 2024г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена  
по специальности 49.02.01 Физическая культура

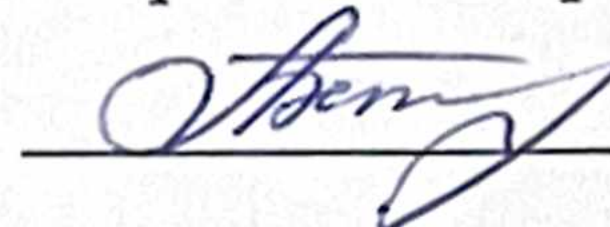
Мамадыш  
2024г.



Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ № 413 от 17 мая 2012 г., зарегистрировано в Минюсте РФ № 24480 от 07 июня 2012 г. (с изменениями и дополнениями от 12 августа 2022 г.)) и с учетом примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для профессиональных образовательных организаций (утверждена на заседании Совета по оценке содержания и качества примерных рабочих программ общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов среднего профессионального образования Протокол № 14 от «30» ноября 2022 г.)

Обсуждена и одобрена на заседании  
цикловой методической комиссии  
общепрофессиональных дисциплин

Разработали преподаватели:

 Р.Р. Ахтямова.

Протокол № 1  
«28» 08 2024г.

Председатель ПЦК  В.В.Шамсутдинова



## СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» .....
2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины .....
3. Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины .....
4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины .....

## 1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

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

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК           | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01 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 проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;</li><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>- 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><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> |

## 2. Структура и содержание учебной дисциплины

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

| Вид учебной работы                                                    | Объем в часах |
|-----------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>Объем образовательной программы общеобразовательной дисциплины</b> | <b>72</b>     |
| <b>в т.ч.</b>                                                         |               |
| теоретическое обучение                                                | 42            |
| практические занятия                                                  | 22            |
| <b>Консультации</b>                                                   | <b>2</b>      |
| <b>Промежуточная аттестация (экзамен)</b>                             | <b>6</b>      |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                      | Содержание и формы организации деятельности обучающихся |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч. | Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                | 2                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3                                                                       | 4                                                                     |
| <b>Тема 1.</b><br>Введение в возрастную анатомию, физиологию и гигиену человека. | <b>Содержание учебного материала</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                         | ОК 01 ОК 02 ОК 08                                                     |
|                                                                                  | 1-2                                                     | Предмет и задачи учебной дисциплины. Методы исследования в возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Связь этого предмета с другими дисциплинами.                                                                                                                                                                                         | 2                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 2.</b><br>Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены        | <b>Содержание учебного материала</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                         | ОК 01 ОК 02 ОК 08                                                     |
|                                                                                  | 3-4                                                     | Определение организма и его свойств, уровни организации живого организма. Роль среды и наследственности в развитии детского организма. Закономерности роста и развития.<br>Определение онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития. Акселерация и ретардация, их причины. | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                                  | 5-6                                                     | Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка.<br>Методы определения состояния умственного и физического развития ребенка. Понятие о физическом развитии. Показатели и возрастнополовые особенности физического развития. Определение антропометрических показателей для оценки физического развития школьников.         | 2                                                                       |                                                                       |
|                                                                                  | <b>Практические занятия</b>                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                         |                                                                       |
|                                                                                  | 7-8                                                     | <b>Практическое занятие 1.</b> Оценка физического развития. Антропометрия. Определение типа телосложения.                                                                                                                                                                                                                                  | 2                                                                       |                                                                       |
| <b>Тема 3.</b><br>Регуляторные системы организма                                 | <b>Содержание учебного материала</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                         | ОК 01 ОК 02 ОК 08                                                     |
|                                                                                  | 9-10                                                    | 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.                                                                 | 2                                                                       |                                                                       |

|                                                                             |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |                   |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------|
|                                                                             | 11-12                                | Функциональное значение и особенности созревания отделов ЦНС.<br>Понятие о функциональной асимметрии больших полушарий мозга. Понятие о работоспособности и утомлении, меры профилактики утомления у школьников.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2 |                   |
|                                                                             | 13-14                                | Координационная деятельность нервной системы.<br>Определение рефлекса, рефлекторной дуги и рефлекторного кольца и их возрастные особенности. Анатомия и физиология эндокринной системы. Значение эндокринных желез, свойства и физиологические эффекты гормонов. Влияние гормонов на рост организма, его физическое и психическое развитие.                                                                                                                                                                                                | 2 |                   |
|                                                                             | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |                   |
|                                                                             | 15-16                                | <b>Практическое занятие 2.</b> «Определение работоспособности у детей школьного возраста и учет ее динамики при проектировании занятий по образовательным программам»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2 |                   |
|                                                                             | 17-18                                | <b>Практическое занятие 2.</b> Анализ рефлекторной дуги. Коленный рефлекс. Глазосердечный рефлекс.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2 |                   |
| <b>Тема 4.</b><br>Сенсорные функции                                         | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   | ОК 01 ОК 02 ОК 08 |
|                                                                             | 19-20                                | Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Определение, структурная организация сенсорных систем (анализаторов), их классификация и значение для развивающегося организма. Основные нарушения зрения. Зрительная сенсорная система. Общий план строения зрительной сенсорной системы, строение и функции глаза, возрастные особенности работы зрительного анализатора. Слуховая сенсорная система. Общий план строения слуховой сенсорной системы, строение и функции уха, возрастные особенности работы слухового анализатора. | 2 |                   |
|                                                                             | 21-22                                | Функциональное значение и возрастные особенности двигательного, вестибулярного, вкусового, обонятельного и кожного анализаторов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2 |                   |
|                                                                             | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |                   |
|                                                                             | 23-24                                | <b>Практическое занятие 3.</b> Анализаторы. Методы определения остроты зрения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2 |                   |
| <b>Тема 5.</b><br>Физиология высшей нервной деятельности детей и подростков | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   | ОК 01 ОК 02 ОК 08 |
|                                                                             | 25-26                                | Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Понятие о высшей нервной деятельности (ВНД).<br>Условия, механизмы и возрастные особенности выработки и торможения условных рефлексов. Значение условных рефлексов для воспитания и обучения, понятие динамического стереотипа. Понятие о сигнальных                                                                                                                                                                                                                                       | 2 |                   |

|                                                                                            |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------|
|                                                                                            |                                      | системах мозга, этапы и условия становления речевой функции.                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                   |
|                                                                                            | 27-28                                | Эмоции, их коммуникативное значение. Физиологические механизмы эмоций и их развитие в постнатальном онтогенезе. Эмоции и стресс. Индивидуально-типологические особенности ребенка. Классификация и характеристика типов ВНД. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.            | 4 |                   |
|                                                                                            | 29-30                                | Физиологические основы психических функций мозга. Физиологические механизмы восприятия, памяти, внимания, мышления, их возрастные особенности. Физиологические механизмы сна.                                                                                                                                | 2 |                   |
|                                                                                            | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |                   |
|                                                                                            | 31-32                                | <b>Практическое занятие 5.</b> Исследование динамики умственной работоспособности. Определение особенностей гигиены умственного труда.                                                                                                                                                                       | 2 |                   |
| Тема 6.<br>Моторные функции                                                                | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   | ОК 01 ОК 02 ОК 08 |
|                                                                                            | 33-34                                | Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. Строение и функции костной системы человека, ее развитие.                                                                                                                                                                              | 2 |                   |
|                                                                                            | 35-36                                | Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы. Понятие о рефлексном механизме мышечной деятельности. Использование знаний о естественной потребности ребенка в двигательной активности при организации учебно-воспитательного процесса.                           | 2 |                   |
|                                                                                            | 37-38                                | Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и меры профилактики. Гигиенические требования к организации труда обучающихся.                                                                                                                 | 2 |                   |
|                                                                                            | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |                   |
|                                                                                            | 39-40                                | <b>Практическое занятие 4.</b> «Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование»                                                                                                                                                                                                       | 2 |                   |
|                                                                                            | 41-42                                | <b>Практическое занятие 5.</b> «Подбор и проведение комплекса физических упражнений для детей школьного возраста на сохранение правильной осанки»                                                                                                                                                            | 2 |                   |
| Тема 7.<br>Возрастные особенности<br>висцеральных функций организма<br>детей и подростков. | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   | ОК 01 ОК 02 ОК 08 |
|                                                                                            | 43-44                                | Внутренняя среда организма. Понятие о внутренней среде организма, определение гомеостаза. Состав, функции и возрастные особенности крови.                                                                                                                                                                    | 2 |                   |
|                                                                                            | 45-46                                | Иммунитет, его виды. Возрастные изменения иммунитета. 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. | 2 |                   |



|                                           |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |  |
|-------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|
|                                           | 47-48                       | Дыхание. Общий план строения и функции дыхательной системы. Возрастные особенности системы дыхания у детей и подростков.<br>Жизненная емкость легких. Гигиеническое значение воздушной среды в помещении.<br>Микроклимат.                                                                                                      | 2  |  |
|                                           | 49-50                       | Общий план строения и функции пищеварительной системы. Возрастные особенности органов пищеварения у детей и подростков. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Понятие об обмене веществ и энергии, его этапы. Обмен и значение питательных веществ.<br>Энергетический обмен у детей и подростков.                   | 2  |  |
|                                           | 51-52                       | Возрастные особенности органов выделения. Общий план строения и функции мочевыделительной системы, возрастные особенности.<br>Строение, функции, возрастные особенности и гигиена кожи. Требования к одежде и обуви детей и подростков. Репродуктивная система организма. Общий план строения и функции репродуктивной системы | 4  |  |
|                                           | <b>Практические занятия</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |  |
|                                           | 53-54                       | <b>Практическое занятие 6.</b> Определения показателей сердечно-сосудистой системы. Пульсометрия. Определение кровяного давления;                                                                                                                                                                                              | 2  |  |
|                                           | 55-56                       | <b>Практическое занятие 7.</b> Оценка функциональных резервов сердечнососудистой системы                                                                                                                                                                                                                                       | 2  |  |
|                                           | 57-58                       | <b>Практическое занятие 8.</b> Определения показателей дыхательной системы. Спирометрия;                                                                                                                                                                                                                                       | 2  |  |
|                                           | 59-60                       | <b>Практическое занятие 9.</b> Определение основного обмена расчетным методом.                                                                                                                                                                                                                                                 | 2  |  |
| <b>Консультации</b>                       |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2  |  |
| <b>Промежуточная аттестация (экзамен)</b> |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 6  |  |
| <b>Всего</b>                              |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 72 |  |

### 3. Условия реализации учебной дисциплины

#### 3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Возрастной анатомии, физиологии и гигиены», оснащенный оборудованием: мебель, доска, мел, наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, плакатов), техническими средствами обучения: компьютер с устройствами воспроизведения звука, принтер, мультимедиа-проектор с экраном, указка-презентер для презентаций.

Лаборатория, оснащенная оборудованием для проведения занятий: микроскопы, секундомер, тонометр, лабораторная посуда (пробирки, подставки для пробирок, пинцеты, песок, ступки с пестиками, предметные и покровные стекла, стеклянные палочки, препаровальные иглы, фильтровальная бумага (салфетки), стаканы) гипертонический раствор хлорида натрия, 3%-ный раствор пероксида водорода, раствор йода в йодистом калии, глицерин, клубни картофеля, лист элодеи канадской, плод рябины обыкновенной (рябины или томата), лук репчатый, разведенные в воде дрожжи);

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

1. Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные для использования в образовательном процессе, не старше пяти лет с момента издания.

2. Рекомендуемые печатные издания по реализации общеобразовательной дисциплины представлены в методических рекомендациях по организации обучения.

##### *Основные печатные издания*

1. Сапин М.Р. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин. - Москва: Академия, 2021. - 384 с. 2. Соловьева В.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена / А.В. Соловьева. - Москва: Академия, 2017.

##### *Основные электронные издания*

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, 2022. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684



<https://e.lanbook.com/book/308762> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Ткачук, М. Г. Анатомия спортивной деятельности / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-50745831-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/319376> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим

*Дополнительные источники*

1. Анатомия. / Учебное пособие / под ред. Сониной Н.И., Сапина М.Р., М.: ДРОФА, 2009, 1СД- ROM. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2009, ЮД-ROM.

2. Анатомия. Курс лекций: [Федеральный портал «Российское образование»](http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm) (Режим доступа): URL: <http://dronisimo.chat.ru/homepage1/anatom1.htm> (дата обращения: 21.06.2018).

3. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2008, ЮД- ROM.

4. Атлас морфологии человека /Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2009, ЮД-ROM.

5. Внутренняя среда организма. - URL: [http://www.fiziolog.isu.ru/page\\_KSYS.htm](http://www.fiziolog.isu.ru/page_KSYS.htm). 15. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебнометодическое 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)

#### 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Методы оценки                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                         |
| <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> <li>- динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника;</li> <li>- возрастные особенности функционирования</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</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> |
| <ul style="list-style-type: none"> <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</li> </ul>                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>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</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                         |
| <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 проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;</li> <li>- определять физическую и умственную работоспособность;</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 мероприятий в образовательных организациях;</li> <li>- определяет физическую и умственную работоспособность;</li> <li>- осуществляет диагностику наступающего утомления;</li> <li>- определяет содержание</li> </ul> | оценка результатов выполнения практической работы                                                                                                       |



|                                                                                                                                                                             |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>- проводить диагностику наступающего утомления;<br/>- проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.</p> |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

**БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ «УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»**

РАССМОТРЕНО  
на заседании Педагогического совета  
протокол № \_\_\_\_  
от «    »                      20    г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор БП ОУ ОО «Училище  
олимпийского резерва»  
\_\_\_\_\_ Д.А.Шатохин  
Приказ № \_\_\_\_  
от «    »                      20    г.

## ***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА***

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОП.05  
**«ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ,  
ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА»**  
ДЛЯ СТУДЕНТОВ **4** курса

ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 49.02.01. Физическая культура /педагог по  
физической культуре и спорту/

**2023 г.**