

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ЦИФРОВОЙ  
ПОДПИСЬЮ сведения об ЭЦП:



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СРЕДНЕРУССКАЯ АКАДЕМИЯ СОВРЕМЕННОГО ЗНАНИЯ»  
АНО ДПО САСЗ**

Принято на заседании  
Педагогического Совета Академии  
Протокол от 26 декабря 2022



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом ректора АНО ДПО САСЗ  
от 26 декабря 2022 № 1/26-12

**Возрастная анатомия и физиология**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки	Инструктор по физической культуре в дошкольной образовательной организации
Квалификация	Инструктор по физической культуре в дошкольной образовательной организации

## 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛИНЫ

В соответствии с учебным планом программы, разработанным на основе:

Приказа Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура" (с изменениями и дополнениями) Редакция с изменениями.

Профессионального стандарта «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 21.04.2022 № 237н.

дисциплина «Возрастная анатомия и физиология», в соответствии с учебным планом, является обязательной для изучения ДПП ПП «Инструктор по физической культуре в дошкольной образовательной организации», 520 ч.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Возрастная анатомия и физиология» включает 1 тему. Тема составляет 1 дидактическую единицу: «Возрастная анатомия и физиология».

**Цель дисциплины** – изучение закономерностей роста, развития организма человека в различные периоды онтогенеза.

**Основными задачами дисциплины являются:**

-Сформировать знания о механизмах осуществления физиологических и психофизиологических процессов развития организма человека в различные периоды онтогенеза.

-Познакомить слушателей с ролью анатомии, физиологии и гигиены в современной профессионально-педагогической деятельности.

-Сформировать знания о закономерностях, лежащих в основе сохранения и укрепления здоровья детей, подростков при различных видах физической нагрузки.

## 3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ)

Освоение дисциплины «Возрастная анатомия и физиология» направлено на формирование следующих планируемых результатов обучения по дисциплине (ПРО). (ПРО) по этой дисциплине являются составной частью планируемых результатов освоения образовательной программы и определяют следующие требования:

**Овладеть компетенциями:**

**Общепрофессиональные компетенции:**

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

### Профессиональные компетенции

ПК1 Способен проводить мероприятия и занятия по физической подготовке и физическому развитию с занимающимися

#### 4. ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ИХ ТРУДОЁМКОСТЬ

Объём дисциплины, часов	при общей трудоемкости ДПП – 520 часов
Общая трудоемкость	<b>160</b>
Контактная работа с обучающимися (всего)	18
в том числе:	
Лекции	18
практические занятия	
Самостоятельная работа	142
Вид промежуточной аттестации обучающегося: зачет	+

#### 5. ТЕМАТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Разделы и/или темы дисциплины	ВСЕГО	Контактная работа		Самостоятельная работа
			Лекции и	Практические занятия / семинары	
<b>1 раздел</b>	<b>Возрастная анатомия и физиология</b>	<b>160</b>	<b>18</b>		<b>142</b>
1	Возрастная анатомия и физиология	160	18		142
	Вид промежуточной аттестации обучающегося (Зачет)		+		
	<b>Всего:</b>	<b>160</b>	<b>18</b>		<b>142</b>

#### Содержание дисциплины:

##### Раздел 1 Возрастная анатомия и физиология

##### Тема 1 Возрастная анатомия и физиология

*Содержание лекционных занятий:*

Онтогенез.

Строение и уровни организации организма

Общая схема строения организма человека. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека.

Физиологические системы и аппараты органов

Рост и развитие организма. Возрастная периодизация. Этапы индивидуального развития человека

Календарный и биологический возраст. Сенситивные и критические периоды развития ребенка. Влияние наследственности и окружающей среды на рост и развитие организма человека.

Строение и функции систем органов здорового человека. Возрастные анатомо-физиологические особенности человека.

Возрастная гигиена. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

В рамках учебных курсов предусмотрено проведение или использование видео записи лекций, видеоконференций.

В практике организации обучения широко применяются следующие методы и формы проведения занятий:

- традиционные (лекции, видеолекции)
- формы с использованием информационных технологий / технических средств обучения, дистанционных образовательных технологий (мультимедийные лекции, видеоконференции и т.д.);
- самостоятельная работа:
  - самостоятельное освоение теоретического материала;
  - выполнение тренировочных и обучающих тестов;
  - проработка отдельных разделов теоретического курса;
  - подготовка к промежуточному и итоговому контролю.

### **6.1. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Рекомендуются следующие виды самостоятельной работы:

- изучение теоретического материала с использованием курса лекций (видеолекций) и рекомендованной литературы;
- тестирование;

В комплект учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся входят: рекомендуемый перечень литературы, учебно-методические и информационные материалы, оценочные средства и иные материалы.

<b>Наименование темы</b>	<b>Вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение</b>	<b>Формы самостоятельной работы</b>	<b>Учебно-методическое обеспечение</b>	<b>Форма контроля</b>
<b>Тема 1. Возрастная анатомия и физиология</b>	Онтогенез. Строение и уровни организации организма Общая схема строения организма человека. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека.	Работа в ЭБС.	Литература к теме 1, работа с интернет источниками	Тестирование

### **6.2. КУРСОВОЙ ПРОЕКТ**

Учебным планом не предусмотрено.

### **6.3. КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**

Учебным планом не предусмотрено.

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

№ п/п	Тема	Краткая характеристика оценочного средства	Критерии оценивания компетенции
1.	Возрастная анатомия и физиология	тестирование	ОПК 3.1 ОПК 3.2 ОПК 3.3 ПК-1.1. ПК-1.2. ПК-1.3.

При оценке знаний на зачете учитывается:

1. Уровень сформированности компетенций.
2. Уровень усвоения теоретических положений дисциплины, правильность формулировки основных понятий и закономерностей.
3. Уровень знания фактического материала в объеме программы.

№ пп	Оценка	Шкала
1	Отлично	Слушатель должен: - продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; - правильно формулировать определения; - продемонстрировать умения самостоятельной работы с литературой; - уметь сделать выводы по излагаемому материалу.
2	Хорошо	Слушатель должен: - продемонстрировать достаточно полное знание программного материала; - продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; - продемонстрировать умение ориентироваться в литературе; - уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.
3	Удовлетворительно	Слушатель должен: - продемонстрировать общее знание изучаемого материала; - показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины; - уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - знать основную рекомендуемую программой учебную литературу.
4	Неудовлетворительно	Слушатель демонстрирует:

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- незнание значительной части программного материала;</li> <li>- не владение понятийным аппаратом дисциплины;</li> <li>- существенные ошибки при изложении учебного материала;</li> <li>- неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса;</li> <li>- неумение делать выводы по излагаемому материалу.</li> </ul>
5	Зачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
6	Незачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно».

### 3.2. Тестирования

№ пп	Оценка	Шкала
1	Отлично	Количество верных ответов в интервале: 85-100%
2	Хорошо	Количество верных ответов в интервале: 70-84%
3	Удовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 50-69%
4	Неудовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 0-49%
5	Зачтено	Количество верных ответов в интервале: 40-100%
6	Незачтено	Количество верных ответов в интервале: 0-39%

## 7.1. ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ ВАРИАНТ ТЕСТА

Цвет глаз определяется пигментацией ...

Зрачка  
фиброзной оболочки  
сетчатки  
**радужной оболочки**

Повышение интенсивности основного обмена связано с \_\_\_\_\_ процессами

**Дифференцировочными**  
Ростовыми  
Анаболическими  
катаболическими

Отдел нервной системы, который иннервирует скелетную мускулатуру, обеспечивая связь организма с окружающей средой и быструю реакцию на ее изменение, называется ...

Периферическим  
Парасимпатическим  
Вегетативным  
**соматическим**

Самым высоким является давление крови в сосуде, который называется ...  
легочной артерией

нижней поллой веной

**аортой**

верхней поллой веной

**При наложении гипса на конечность, длительном пребывании больного в постели, перерезке сухожилия может наблюдаться \_\_\_\_\_ мышц**

временная гипертрофия

полное разрушение

полная атрофия

**временная атрофия**

**При повреждении центра Брока наблюдается(-ются) ...**

**расстройства двигательных реакций, обеспечивающих устную речь**

потеря способности понимать смысл услышанных слов

потеря свойства узнавания слов

лишение возможности узнавать написанное

**Важнейшим свойством рецептора является его избирательная чувствительность к \_\_\_\_\_ раздражителям**

**Адекватным**

Неадекватным

Вкусовым

болевым

**В центре серого вещества спинного мозга проходит(-ят) ...**

**центральный канал**

черепные нервы

спинномозговые нервы

белое вещество

**Диафрагма относится к группе мышц ...**

**Груди**

Промежности

Живота

спины

**Сознательный процесс, направленный на сосредоточение на каком-либо объекте, даже при отсутствии личного интереса, но необходимый в силу каких-либо причин (профессиональная деятельность, обучение и т.п.) называется ...**

**произвольным вниманием**

непроизвольной памятью

непроизвольным вниманием

постпроизвольным вниманием

**Рецепторы обоняния могут воспринимать раздражение у детей ...**

только с периода раннего детства

только с периода новорожденности

только с младенческого возраста

**сразу же после рождения**

**Речевое развитие мальчиков и девочек отличается следующим образом ...**

девочки сравнительно рано осваивают фразовую речь  
**для девочек характерно более раннее начало речи**  
у девочек относительно рано формируется грамматический строй  
для мальчиков характерно более раннее начало речи

**Подкорковый центр мочеиспускания расположен в**  
лобной доле полушарий большого мозга  
поясничном отделе спинного мозга  
**крестцовом отделе спинного мозга**  
затылочной доле полушарий большого мозга

**Нейрогуморальная регуляция имеет важное значение для ...**  
обеспечения циркуляции крови и лимфы в организме, транспорт их к органам и от органов  
поступления продуктов ферментативного расщепления (питательных веществ) в кровь и лимфу через стенку отделов пищеварительной системы  
**поддержания относительного постоянства состава и свойств внутренней среды организма**  
выведения из организма избытка воды, продуктов обмена веществ, солей, а также ядовитых веществ

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

### **8.1. ОСНОВНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Кулиева, Е. А. Возрастная физиология и гигиена : учебное пособие / Е. А. Кулиева. — Минск : Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2021. — 232 с. — ISBN 978-985-7253-40-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/125446.html> (дата обращения: 31.10.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/93803.html> (дата обращения: 30.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/93803>

3. Стерлингова, О. П. Анатомия и физиология центральной нервной системы : учебное пособие / О. П. Стерлингова. — Москва : Российский университет транспорта (МИИТ), 2020. — 54 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/115920.html> (дата обращения: 30.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### **8.2. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Физиология сенсорных систем с возрастными особенностями : учебно-методическое пособие / Е. И. Новикова, Е. Ю. Надежкина, М. Г. Маринина, Д. С. Новиков. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2019. — 118 с. — ISBN 978-5-9935-0410-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL:

<https://www.iprbookshop.ru/92824.html> (дата обращения: 30.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Налобина, А. Н. Возрастная анатомия. Основы детской невропатологии : учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 87 с. — ISBN 978-5-4488-0268-3, 978-5-4497-0027-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85496.html> (дата обращения: 30.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/85496>

3. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 10-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-83-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119190.html> (дата обращения: 30.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### 8.3. РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://fgosvo.ru/>

<https://profstandart-rosmintrud.ru/reestr-profstandartov/>

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид деятельности	Методические указания по организации деятельности обучающегося
Самостоятельная работа	<p>Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; формирования умений использовать основную и дополнительную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования профессиональных компетенций; развитию практических умений обучающихся.</p> <p>Формы и виды самостоятельной работы обучающихся: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; поиск необходимой информации в сети Интернет; подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к зачету).</p> <p>Технология организации самостоятельной работы обучающихся включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательной организации.</p>
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на рекомендуемую литературу и другие материалы.

	<p>Основное в подготовке к сдаче зачета по дисциплине - это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо пройти промежуточную аттестацию. При подготовке к сдаче зачета обучающимся рекомендуется распределять весь объем работы равномерно по дням, отведенным для подготовки к аттестации, контролировать каждый день выполнение намеченной работы.</p> <p>Зачет проводится по вопросам, охватывающим весь пройденный материал дисциплины, включая вопросы, отведенные для самостоятельного изучения.</p> <p>Для успешной сдачи зачета по дисциплине обучающиеся должны принимать во внимание, что: все основные вопросы, указанные в рабочей программе, нужно знать, понимать их смысл и уметь его разъяснить; указанные в рабочей программе формируемые профессиональные компетенции в результате освоения дисциплины должны быть продемонстрированы обучающимся</p>
--	---

*Освоение дисциплины «Возрастная анатомия и физиология» для обучающихся осуществляется в виде лекционных занятий, в ходе самостоятельной работы. В ходе самостоятельной работы слушатели должны изучить лекционные материалы и другие источники (учебники и учебно-методические пособия), подготовиться к выполнению тестовых заданий.*

*Дисциплина «Возрастная анатомия и физиология» включает 1 тему.*

*Для проведения лекционных занятий предлагается следующая тематика:*

1. Возрастная анатомия и физиология

**10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Обучающиеся обеспечены доступом к электронной информационно-образовательной среде Академии из любой точки, в которой имеется доступ к сети «Интернет», как на территории организации, так и вне ее.

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации с применением дистанционных образовательных технологий производится с использованием:

- системы дистанционного обучения «Прометей»;
- ЭБС IPRbooks;
- Платформы для проведения вебинаров «Pruffme»;
- ВКС Skype.

что обеспечивает:

-доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин, электронным учебным изданиям и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочих программах дисциплин;

-фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения программы - итоговой аттестации.

-взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействия посредством сети «Интернет».

Функционирование системы дистанционного обучения обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

#### **10.1 Лицензионное программное обеспечение:**

OfficeStd 2019 RUS OLV NL Each Acdmc AP  
WinPro 10 RUS Upgrd OLV NL Each Acdmc AP

#### **10.2. Электронно-библиотечная система:**

Электронная библиотечная система (ЭБС): <http://www.iprbookshop.ru/>

#### **10.3. Современные профессиональные базы данных:**

- Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
- Портал Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
- Электронная библиотечная система «IPRbooks» [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/>
- Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru/>
- Национальная электронная библиотека <http://www.nns.ru/>
- Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки <http://www.rsl.ru/ru/root3489/all>
- Электронный ресурс журналов:
  - «Вопросы психологии»: <http://www.voppsy.ru/frame25.htm>,
  - «Психологические исследования»: <http://www.psystudy.com>,
  - «Новое в психолого-педагогических исследованиях»: [http://www.mpsu.ru/mag\\_novoe](http://www.mpsu.ru/mag_novoe),
  - «Актуальные проблемы психологического знания»: [http://www.mpsu.ru/mag\\_problemy](http://www.mpsu.ru/mag_problemy)

#### **10.4. Информационные справочные системы:**

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.

### **11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

АНО ДПО САСЗ обладает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов проведения всех видов занятий слушателей, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением дистанционных образовательных технологий.

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

Каждый слушатель в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе Iprbooks (электронной библиотеке). Электронно-библиотечная система (электронная библиотека) обеспечивает возможность доступа обучающегося из любой точки, в

которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), как на территории организации, так и вне ее.

**Рабочая программа дисциплины разработана АНО ДПО САСЗ**