

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Таганрогского института  
имени А. П. Чехова (филиала)  
РГЭУ (РИНХ)  
\_\_\_\_\_ С. А. Петрушенко  
«20» мая 2025 г.

**Рабочая программа дисциплины  
Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

Направление подготовки  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) программы бакалавриата  
44.03.05.40 Биология и География

Для набора 2025 года

Квалификация  
Бакалавр

**КАФЕДРА биолого-географического образования и здоровьесберегающих дисциплин****Распределение часов дисциплины по семестрам / курсам**

Курс Вид занятий	1		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

**ОСНОВАНИЕ**

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.02.2025 протокол № 9.

Программу составил(и): д-р ветеринар. наук, Зав. каф., Подберезный В. В.; канд. экон. наук, Доц., Паничкина Марина Васильевна

Зав. кафедрой: Подберезный В. В.

<b>1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1	формирование у студентов достаточного объема систематизированных знаний в области строения и функционирования организма человека,
1.2	процессов, протекающих в нем, механизмов деятельности организма на различных возрастных этапах. Формирование целостного научного представления об организме как о
1.3	многоуровневой динамичной биосоциальной системе, развивающейся в тесной взаимосвязи с внешней средой в рамках формирования общепрофессиональных компетенции

<b>2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
ПКО-4:	Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности
ПКО-4.1:	Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся
ПКО-4.2:	Применяет меры профилактики детского травматизма
ПКО-4.3:	Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе
УК-7:	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1:	Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности
УК-7.2:	Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
УК-7.3:	Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
УК-7.4:	Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности

<b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</b>	
<b>Знать:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные закономерности роста и развития организма человека; (соотнесено с индикатором УК-7).</li> <li>- роль физической культуры в профессиональном и социальном развитии человека; (соотнесено с индикатором УК-7).</li> <li>- основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной деятельности; (соотнесено с индикатором УК-7).</li> <li>- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья; (соотнесено с индикатором УК-7).</li> <li>- средства профилактики перенапряжения; (соотнесено с индикатором УК-7).</li> <li>- основные гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья детей на различных этапах онтогенеза; (соотнесено с индикатором УК-7).</li> <li>- нормативно-правовые акты, регулирующие охрану жизни и здоровья обучающихся (Федеральный закон №273-ФЗ, СанПиН, СП 2.4.3648-20 и др.); (соотнесено с индикатором ПКО-4)</li> <li>- основы первичной медико-санитарной помощи и правила её оказания в образовательной организации; (соотнесено с индикатором ПКО-4)</li> <li>- методы профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушений осанки, зрения, слуха; (соотнесено с индикатором ПКО-4)</li> <li>- требования к организации питания обучающихся, режиму занятий и отдыха; (соотнесено с индикатором ПКО-4)</li> </ul>	
<b>Уметь:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; (соотнесено с индикатором УК-7)</li> <li>- подбирать нагрузки с учётом возраста, здоровья и целей; (соотнесено с индикатором УК-7)</li> <li>- пользоваться средствами профилактики перенапряжения; (соотнесено с индикатором УК-7)</li> <li>-- осуществлять самоконтроль состояния своего организма(соотнесено с индикатором УК-7)</li> <li>- поддерживать оптимальный уровень работоспособности во время учебы и восстанавливать его после её окончания; (соотнесено с индикатором УК-7)</li> <li>-оказывать первую помощь при травмах, отравлениях, ожогах, обморожениях и других неотложных состояниях; (соотнесено с индикатором ПКО-4)</li> </ul>	

**Владеть:**

- укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (соотнесено с индикатором УК-7)
- анализа влияния образа жизни на морфофункциональные особенности организма; (соотнесено с индикатором УК-7)
- применения знаний о физкультуре для профилактики профессиональных заболеваний и гиподинамии. (соотнесено с индикатором УК-7)
- использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни: для соблюдения мер профилактики отравлений, вирусных и других заболеваний, стрессов, вредных привычек (курения, алкоголизма, наркомании); оказания первой помощи при травматических, простудных и других заболеваниях, отравлениях пищевыми продуктами; оценки этических аспектов некоторых исследований в области биотехнологии (искусственное оплодотворение) и др.- анализа влияния образа жизни на морфо-функциональные особенности нервных центров ЦНС; (соотнесено с индикатором ПКО-4)

**3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ****Раздел 1. Возрастная анатомия и физиология**

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
1.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена как наука для организации педагогической деятельности 1.Предмет, задачи возрастной анатомии и физиологии и связь с другими науками 2.История и основные этапы развития возрастной физиологии 3.Методы изучения возрастной анатомии и физиологии, их основные виды	Лекционные занятия	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
1.2	Строение и функции органоидов животной клетки Органоиды и их функции Одномембранные органоиды Двумембранные органоиды	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
1.3	Основные закономерности роста и развития организма человека Непрерывность Эндогенность Цикличность Последовательность. Индивидуальность.	Самостоятельная работа	1	4	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4

**Раздел 2. Анатомия и физиология нервной системы**

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
2.1	Учение о первичной системе Строение нервной ткани. Синапс. Отделы нервной системы.	Лекционные занятия	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
2.2	Центральная, периферическая вегетативная нервная система Определение и функция ВНС. Отделы и центры ВНС. Основные функции симпатического и парасимпатического отделов. Классификация центров ВНС. Связи между центрами ВНС	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
2.3	Нервная регуляция функций	Самостоятельная	1	2	ПКО-4

	Тезаурус Рефлекс Нервная регуляция Гуморальная регуляция Нейрон Гормоны	работа			УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
2.4	Составление рисунка нейрона	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
2.5	Составление рисунка синапса	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
2.6	Морфофункциональные особенности сенсорных систем организма детей Возрастные особенности зрительной сенсорной системы Возрастные особенности слуховой сенсорной системы  Возрастные особенности других сенсорных систем	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4

### Раздел 3. Сердечно-сосудистая система ее строение и функции

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
3.1	Сердечно-сосудистая система ее строение и функции Строение системы кровообращения Сердце Сосуды Кровь Круги кровообращения Функции Особенности системы в разные периоды жизни	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
3.2	Строение сердца и сосудов Топография сердца Форма и строение сердца. Строение стенки сердца Проводящая система сердца Перикард	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
3.3	Кровь, ее состав и функции Кровоснабжение легких. Кровоснабжение сердца. Кровоснабжение головного мозга. Кровоснабжение спинного мозга. Кровоснабжение слизистой оболочки полости носа. Кровоснабжение слизистой оболочки полости рта Кровоснабжение органов желудочно-кишечного тракта. Кровоснабжение печени.	Самостоятельная работа	1	4	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4

### Раздел 4. Опорно-двигательная система ее строение и функции

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
4.1	Строение опорно-двигательной системы	Самостоятельная	1	2	ПКО-4

	1 Скелет головы 1.2 Скелет туловища 1.3 Скелет верхних конечностей 1.4 Скелет нижних конечностей 1.5 Мускулатура 2 Заболевания опорно-двигательной системы 3 Значение и функции опорно-двигательной системы	работа			УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
4.2	Определение состояния свода стопы	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
4.3	Виды костей. Чтение текста учебника с использованием анатомического атласа, анатомических муляжей, наглядных пособий	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
4.4	Написание реферата «Адаптация костной системы при занятиях спортом, значение в профилактике заболеваемости и травматизма»	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
4.5	Составление тезисов ответа на контрольные вопросы «Виды соединения костей, значение в профилактике травматизма»	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4

### Раздел 5. Строение и функции дыхательной системы

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
5.1	Дыхательная система. Гигиенические требования к микроклимату Полость носа Гортань Трахея и бронхи Легкие Физиология дыхания	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
5.2	Профилактика инфекционных заболеваний у детей, подростков	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
5.3	Возрастные особенности дыхательной системы Зарисовать препараты, измерить жизненную емкость легких, охарактеризовать полученные показатели.	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3

					УК-7.4
5.4	Микроклимат в помещении (понятие, роль хорошего микроклимата для развития детей, гигиенические требования к микроклимату в помещении, способы поддержки хорошего микроклимата)	Самостоятельная работа	1	4	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
<b>Раздел 6. Системы органов пищеварения и выделения</b>					
№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
6.1	анатомическое и гистологическое строение органов пищеварения (желудка, стенки пищеварительного тракта, печени, поджелудочной железы). 1) особенности строения пищеварительной системы; 2) строение желудка, кишечника и процессы пищеварения в них; 4) строение печени и желчного пузыря, физиологию желчеобразования и желчевыведения; 5) строение и профилактика пищевых отравлений у детей	Самостоятельная работа	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
6.2	Профилактика заболеваний мочевыделительной системы анатомическое и гистологическое строение мочевых органов, мужских и женских половых органов.	Практические занятия	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
6.3	Обмен веществ и энергии. Питание. Гигиена питания 1. Обмен веществ и энергии 2. Питание. 3. Возрастные особенности обмена веществ. 4. Гигиена питания	Самостоятельная работа	1	6	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
<b>Раздел 7. Режим дня детей и подростков и гигиена</b>					
№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
7.1	Гигиенические требования к одежде и обуви Белье Платья и костюмы Верхняя одежда.	Самостоятельная работа	1	4	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
7.2	Профилактика кожных заболеваний Диагностика кожных заболеваний Диагностика кожных заболеваний на дому Диагностика аллергических заболеваний кожи Диагностика бактериальных заболеваний кожи Диагностика вирусных заболеваний кожи Диагностика заболеваний волос Диагностика заболеваний ногтей Диагностика новообразований на коже	Практические занятия	1	2	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4
7.3	Гигиенические требования к учебному процессу Гигиенические требования к условиям и режиму обучения в общеобразовательных учреждениях Требования к участку общеобразовательных учреждений	Самостоятельная работа	1	4	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3

					УК-7.4
7.4	Подготовка к промежуточной аттестации	Зачет	1	4	ПКО-4 УК-7 ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1	Сапин М.Р., Брыксина З.Г.	Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений	М.: Академия, 2000	177 экз.
2	Сапин М.Р., Брыксина З.Г.	Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. пособие для студентов пед. вузов	М.: Академия, 2002	47 экз.
3	Щанкин А. А.	Возрастная анатомия и физиология: курс лекций: курс лекций	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2015	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=362806">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=362806</a>
4	Щанкин А. А.	Возрастная анатомия и физиология: курс лекций	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2019	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577689">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577689</a>

##### 5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1	Лысова Н. Ф., Айзман Р. И., Завьялова Я. Л., Ширшова В. М.	Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие	Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=57604">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=57604</a>
2	Гамова Л. Г.	Возрастная анатомия и физиология ребенка: учебно-методическое пособие	Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=272167">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=272167</a>
3	Щанкин А. А.	Возрастная анатомия и физиология: тесты: сборник задач и упражнений	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2015	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=362807">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=362807</a>
4	Красноперова Н. А.	Возрастная анатомия и физиология: практикум	Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=470051">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=470051</a>
5	Власова И. А., Мартынова Г. Я.	Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебно-методическое пособие	Челябинск: ЧГАКИ, 2014	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=492730">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=492730</a>

##### 5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1		Возрастная анатомия и физиология: сборник тестовых заданий: сборник задач и упражнений	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2018	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=574273">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=574273</a>
2	Вакуло И. А., Давыдова С. С., Перфилова Л. И., Сычев В. С.	Возрастная анатомия, физиология, гигиена: учебно-методическое пособие	Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577440">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577440</a>

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
3	Щанкин А. А.	Возрастная анатомия и физиология: тесты: сборник задач и упражнений	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2019	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577645">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577645</a>

### 5.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

[http:// www.rubicon.com/](http://www.rubicon.com/) - Рубикон – крупнейший энциклопедический ресурс.

<https://www.mchs.gov.ru/> МЧС России

Университетская библиотека онлайн

Лань

Национальная электронная библиотека (НЭБ)

Научная электронная библиотека eLibrary

### 5.3. Перечень программного обеспечения

OpenOffice

### 5.4. Учебно-методические материалы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещения для всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения:

- столы, стулья;
- персональный компьютер / ноутбук (переносной);
- проектор;
- экран / интерактивная доска.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.