Приложение 2.11
к ОПОП по специальности
49.02.02 Адаптивная физическая культура

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.15. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта .

2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

1.1. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура, реализуемого на базе основного общего образования.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1; ПК 2.3; ПК 3.3.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебного предмета:

Целью учебной дисциплины является формирование у обучающихся системы знаний о возрастных и индивидуальных возможностях организма, позволяющих индивидуализировать процесс обучения и воспитания. Изучить вопросы взаимоотношения растущего организма со средой, возрастные и индивидуальные особенности адаптивных реакций детей.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

Код ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 08	– использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий; – определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации; – давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания	общие закономерности роста и развития организма детей и подростков; физиологию ЦНС и ВНД детей и подростков; рефлекторный характер речевой функции; методы определения физического развития и физической работоспособности детей; методы изучения умственной работоспособности детей; динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника;

	занятий, организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях; – определять физическую и умственную работоспособность; – проводить диагностику наступающего утомления; – проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.	возрастные особенности функционирования висцеральных систем; биологическую природу и целостность организма человека, как саморегулирующейся системы; принципы и механизмы регуляции основных жизненных функций и систем обеспечения гомеостаза; методы гигиенической оценки окружающей ребенка среды; гигиенические основы организации режима дня, учебно-воспитательного процесса.

Коды ПК	**Содержание компетенции**
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.
ПК 2.3.	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.
ПК 3.3.	Осуществлять контроль и учёт, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем в часах**
Объем образовательной программы учебного предмета (максимальная нагрузка)	32
Обязательная нагрузка, в том числе:	
лекции, уроки	32
лабораторные занятия	
индивидуальный / курсовой проект	предусмотрен
практические занятия	32
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (контрольная работа, дифференцированный зачет)	2
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	**-**
консультации	-
самостоятельная работа	-
экзамен	-

1	2	3

ОП.15. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта .		
6 семестр		**32**
Глава 1. . Основы общей и частной патологии в адаптивной физической культуре	**Содержание**	**10**
	1.1Понятия «здоровье», «болезнь», «инвалидность». Классификация нозологических групп. Этиология и патогенез типичных состояний у лиц с ОВЗ.	**2**
	1.2Патологические процессы в опорно-двигательном аппарате. Особенности костной, мышечной и соединительной ткани при врождённых и приобретённых патологиях..	2
	1.3. Патология нервной системы и сенсорных анализаторов. Нарушения координации, тонуса, чувствительности.	2
	1.4. Соматические заболевания и их влияние на переносимость физических нагрузок (ССС, дыхательная система, обмен веществ)..	2
	1.5. Врождённые пороки развития и генетические синдромы. Особенности адаптации организма к нагрузкам	2
Глава 2. Врачебный контроль и мониторинг в адаптивной физической культуре	**Содержание**	**12**
	2.1. Методы врачебного контроля: антропометрия, функциональные пробы, оценка осанки и походки.	2
	2.2Оценка физического развития и подготовленности лиц с ОВЗ. Специфические тесты для разных нозологий.	2
	2.3. Медицинские показания и противопоказания к занятиям АФК и спортом. Оформление допуска.	2
	2.4. Самоконтроль и ведение дневника здоровья. Оценка субъективных ощущений (шкала Борга, самочувствие, сон).	2
	2.5. Дозирование нагрузки и принципы адаптации. Зоны интенсивности, вариативность, микроциклы	2
	2.6. Коррекция программы на основании данных контроля. Ведение документации педагога адаптивной физической культуре .	2
Глава 3. Безопасность и неотложная помощь	**Содержание**	**10**
	3.1. Профилактика травматизма в АФК. Организация безопасной среды, страховка, использование ТСР.	2
	3. Типичные травмы и острые состояния на занятиях (гипогликемия, приступ астмы, судороги, обморок).	2
	3.3. Первая помощь и взаимодействие с медицинскими службами	2
	3.4. Неотложные состояния при поражениях ЦНС и ОДА (спастический криз, вывих у лиц с гипермобильностью)	2
	3.5.Разработка фрагмента программы АФК с обоснованием медицинских ограничений.	2

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Анатомии и физиологии», оснащенный в соответствии с п.6.1.2.1 ОПОП.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. 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, 2020.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 421 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14057-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/531720 (дата обращения: 11.10.2024).
2. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 268 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07846-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513965 (дата обращения: 11.10.2024).
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10759-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517179 (дата обращения: 11.10.2024).

4. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 287 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15569-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520344 (дата обращения: 11.10.2024).

5. Савушкин, А. В. Анатомия и физиология человека: основные положения физиологии / А. В. Савушкин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 132 с. — ISBN 978-5-507-46433-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/308762 (дата обращения: 15.10.2024). — 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 978-5-507-45831-8. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/319376 (дата обращения: 04.10.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Анатомия. / Учебное пособие / под ред. Сонина Н.И., Сапина М.Р., М.: ДРОФА, 2020, 1СД-ROM.

2. Анатомия, физиология и гигиена / Электронный атлас для школьника. Издательство «Новый диск», 2019, 1СД-ROM.

3. Атлас анатомии человека: учебное пособие. Издательский дом «Равновесие», 2019, 1СД-ROM.

4. Атлас морфологии человека /Система наглядных атласов. Издательство «Новый диск», 2019, 1СД-ROM.

5. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: Учебно-методическое пособие Единое окно доступа к информационным ресурсам [Электронный ресурс] - https://pz.18bratsk.ru/wp-content/uploads/2018/12/vozrastnaya-fiziologiya-i-anatomiya.pdf

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	***Критерии оценки***	***Методы оценки***
Перечень знаний, формируемых в рамках дисциплины		
– общие закономерности роста и развития организма детей и подростков; – физиологию ЦНС и ВНД детей и подростков; – рефлекторный характер речевой функции; – методы определения физического развития и физической работоспособности детей; – методы изучения умственной работоспособности детей; – динамический стереотип и его значение в обучении и воспитании школьника; – возрастные особенности функционирования висцеральных систем; – биологическую природу и целостность организма человека, как саморегулирующейся системы; – принципы и механизмы регуляции основных жизненных функций и систем обеспечения гомеостаза; – методы гигиенической оценки окружающей ребенка среды;	– характеризует основные закономерности роста и развития организма детей и подростков; – характеризует методы возрастной анатомии и физиологии с точки зрения применения в практической деятельности педагога; – описывает строение и функции систем органов здорового человека; – объясняет физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; – дает характеристику возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей и подростков; – определяет типологические особенности ВНД детей; – описывает влияние процессов физиологического	–устный опрос по темам, –проверочные; –анализ и оценка решения тестовых заданий;

– гигиенические основы организации режима дня, учебно-воспитательного процесса.	созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; – характеризует принципы гигиены систем органов; – анализирует гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; – дает описание гигиенических требований к учебно-воспитательному процессу	
Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины		
– использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий; – определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации; – давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях;	– использует приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий; – определяет критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации; – проводит гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий,	– оценка результатов выполнения практических заданий (работ)

– определять физическую и умственную работоспособность; – проводить диагностику наступающего утомления; – проводить мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.	организации и проведения занятий и мероприятий в образовательных организациях; – определяет физическую и умственную работоспособность; – осуществляет диагностику наступающего утомления; – определяет содержание мероприятия, направленные на поддержание высокой работоспособности при различных видах деятельности.	

Разработчик:

Преподаватель физической культуры Макарова Ю.А
ЦМК физического воспитание