

УТВЕРЖДЕНО  
Директором ГБПОУ Республики  
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной  
30 августа 2024 г.

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.05 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**  
для специальности **49.02.01 Физическая культура**  
(заочная форма обучения)

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.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01; ОК 02; ОК 08.

**Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК           | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 08 | <ul style="list-style-type: none"><li>– использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебных занятий и мероприятий;</li><li>– определять критерии готовности детей к систематическому обучению в образовательной организации;</li><li>– давать гигиеническую оценку окружающей ребенка среды, режима работы образовательной организации, расписания занятий, организации и 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 ВНС 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</li></ul> |

|  |  |                                                                                                                     |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | окружающей ребенка среды;<br>– гигиенические основы<br>организации режима дня, учебно-<br>воспитательного процесса. |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                                 | Объем в часах |
|----------------------------------------------------|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 72            |
| в т.ч. в форме практической подготовки             | 14            |
| В т. ч.:                                           |               |
| теоретическое обучение                             | 10            |
| практические занятия                               | 4             |
| Самостоятельная работа <sup>2</sup>                | 58            |
| Промежуточная аттестация (экзамен)                 | -             |

#### ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА НЕ ПОДТВЕРЖДЕНА.  
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

#### ПОДПИСЬ

**Общий статус подписи:** Подписи математически корректны, но нет полного доверия к одному или нескольким сертификатам подписи

**Сертификат:** 00C38E97751722F1D66733A412678C3789

**Владелец:** Беткузина Наталья Валерьевна, Беткузина, Наталья Валерьевна, sport-uor@yandex.ru, 121521689394, 00204832281, ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА", ДИРЕКТОР, Республика Марий Эл, RU

**Издатель:** Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc\_fk@roskazna.ru

**Срок действия:** Действителен с: 09.11.2023 09:17:00 UTC+03  
Действителен до: 01.02.2025 09:17:00 UTC+03

**Дата и время создания ЭП:** 09.10.2024 15:42:47 UTC+03