



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УНИВЕРСИТЕТ ВАЛДАЙ»

РАЗРАБОТЧИК

Ректор Университета Валдай

 /В.В. Клевцов/

«\_20\_» \_\_\_\_\_ февраля \_\_\_\_\_ 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста»**

Дополнительная профессиональная программа  
**«Педагогическое образование: инструктор по физической культуре дошкольной образовательной организации (углубленная подготовка)»**

г. Великий Новгород

**Наименование учебной дисциплины:** Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста.

**Цель освоения учебной дисциплины (цель дисциплины):** достижение запланированных результатов освоения образовательной программы - формирование установленных в образовательной программе компетенций.

**Задачи освоения учебной дисциплины (задачи дисциплины):** достижение запланированных в настоящей рабочей программе результатов освоения дисциплин - приобретение обучающимся запланированных знаний, умений, навыков.

#### **Планируемые результаты освоения учебной дисциплины**

Обучающийся должен формировать следующие результаты освоения дисциплины (планируемые результаты обучения) «Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста» (коды формируемых компетенций): ПК-411.

#### **Индикаторы достижения компетенций**

Результаты обучения для настоящей дисциплины соотносятся со следующими индикаторами достижения компетенций Индикаторы достижения компетенции

##### *На уровне знаний:*

Знать возрастные анатомо-физиологические особенности строения и функционирования органов и систем организма ребенка дошкольного возраста. Знать закономерности физического и нервно-психического развития детей, основные антропометрические показатели и методы их оценки. Знать научные основы гигиенических требований к режиму дня, питанию, организации двигательной активности, сна и закаливания детей. Знать основные понятия о здоровье, признаки утомления, предболезненных состояний и наиболее распространенных заболеваний детского возраста. Знать санитарно-гигиенические нормы и требования к помещениям, оборудованию, игрушкам и участку дошкольного образовательного учреждения.

##### *На уровне умений:*

Уметь оценивать уровень физического развития и состояния здоровья ребенка на основе антропометрических данных и визуального осмотра. Уметь составлять и корректировать режим дня для детей разных возрастных подгрупп с учетом их индивидуальных и физиологических потребностей. Уметь анализировать и оценивать санитарно-гигиенические условия в группе (температурный режим, освещенность, проветривание). Уметь распознавать ранние признаки утомления и заболеваний у детей для своевременного информирования медицинского персонала и родителей. Уметь планировать и организовывать физкультурно-оздоровительную работу с детьми в соответствии с их возрастными возможностями.

##### *На уровне навыков:*

Владеть навыком организации и проведения гигиенических процедур с детьми (умывание, мытье рук, полоскание рта) и формирования у них культурно-гигиенических привычек. Владеть навыком оказания первой доврачебной помощи при неотложных состояниях (ушибы, ссадины, носовые кровотечения, тепловой удар). Владеть навыком проведения различных видов закаливающих процедур (воздушные ванны, хождение босиком, контрастные обливания ног). Владеть навыком контроля за качеством продуктов, технологией приготовления пищи и организацией питания детей в группе. Владеть навыком проведения санитарной обработки игрушек, мебели и контроля за соблюдением режима проветривания и

влажной уборки.

**Объем (трудоемкость) учебной дисциплины** (в академических часах): 54.

**Структура учебной дисциплины:**

Лекционные занятия (академических часов): 4

Практические занятия (академических часов): 2

Самостоятельная работа (академических часов): 48

**Тематический план учебной дисциплины (содержание учебной дисциплины)**

Тема № 1: Введение в анатомию, физиологию и гигиену. Возрастная периодизация

Тема № 2: Нервная система и высшая нервная деятельность ребенка

Тема № 3: Органы чувств (анализаторы) и их гигиена

Тема № 4: Опорно-двигательный аппарат. Формирование осанки и профилактика ее нарушений

Тема № 5: Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Основы закаливания

Тема № 6: Система пищеварения, обмен веществ и энергии. Гигиена питания

Тема № 7: Эндокринная система и ее роль в росте и развитии ребенка

Тема № 8: Система выделения. Гигиена кожи и уход за ней

Тема № 9: Гигиенические основы режима дня и организации деятельности детей

Тема № 10: Личная гигиена ребенка и гигиена окружающей среды. Профилактика заболеваний

**Текущий контроль**

**Форма текущего контроля по учебной дисциплине:** Тестирование.

Примеры заданий:

*Задание:* Какой возрастной период, согласно принятой периодизации, соответствует младшему школьному возрасту?

- 1-3 года
- 3-7 лет
- + 7-11 лет
- 12-15 лет
- 16-18 лет

*Задание:* Как называется основная структурно-функциональная единица нервной системы, отвечающая за прием, обработку и передачу информации?

- Нефрон
- Рефлекс
- Синапс
- + Нейрон
- Миоцит

*Задание:* Какое из перечисленных правил является важным для гигиены зрения и профилактики близорукости у ребенка?

- Читать при тусклом освещении, чтобы глаза "тренировались"

- Держать книгу или гаджет на расстоянии 10-15 см от глаз
- + Обеспечить достаточное и правильное освещение рабочего места, с направлением света слева (для правой)
- Читать лежа на боку
- Делать перерывы при чтении раз в час

*Задание:* Что является одной из главных причин формирования неправильной осанки у детей школьного возраста?

- Регулярные занятия физкультурой
- + Несоответствие высоты стола и стула росту ребенка
- Ношение ранца на двух плечах
- Сон на жесткой и ровной поверхности
- Сбалансированное питание, богатое кальцием

*Задание:* Какой принцип является основополагающим при организации закаливающих процедур для ребенка?

- Максимальная интенсивность воздействия с первого дня
- Проведение процедур только в холодное время года
- Резкое снижение температуры воды или воздуха
- + Постепенность и систематичность
- Использование только одного вида закаливания (например, только водой)

### **Промежуточная аттестация**

**Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине:** Зачет.

Примеры заданий:

*Задание:* Какие питательные вещества являются основным «строительным материалом» для клеток и тканей растущего организма ребенка?

- Углеводы
- Жиры
- Витамины
- + Белки
- Минеральные соли

*Задание:* Какую железу эндокринной системы называют «дирижером» оркестра желез, так как она регулирует деятельность многих других эндокринных желез?

- Щитовидная железа
- + Гипофиз
- Надпочечники
- Поджелудочная железа
- Тимус (вилочковая железа)

*Задание:* Какая из перечисленных функций, помимо защитной, является важнейшей для кожи человека?

- Переваривание пищи
- Кроветворение
- + Участие в терморегуляции организма
- Синтез пищеварительных ферментов

- Выработка гормонов роста

*Задание:* Что формируется в центральной нервной системе ребенка при строгом соблюдении режима дня, облегчая переход от одного вида деятельности к другому и снижая утомляемость?

- Безусловный рефлекс
- Стойкое утомление
- + Динамический стереотип
- Пищевая аллергия
- Иммунный ответ

*Задание:* Какой способ является наиболее простым и эффективным для профилактики большинства кишечных инфекций и многих респираторных заболеваний?

- Профилактический прием антибиотиков
- Ежедневный прием больших доз витамина С
- + Регулярное и тщательное мытье рук с мылом
- Полный отказ от посещения общественных мест
- Ношение медицинской маски на улице

**Содержание самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине:**  
подготовка к занятиям: изучение теоретического материала, чтение учебников и дополнительных источников, конспектирование; подготовка к промежуточной аттестации; самостоятельное изучение дополнительных материалов; анализ и интерпретация данных – составление аналитического отчета обучающегося по дисциплине.

### **Условия реализации рабочей программы дисциплины**

**Материально-техническое обеспечение реализации дисциплины:** технические средства доступа к электронной информационно-образовательной среде.

**Учебно-методическое обеспечение (электронные учебно-методические материалы) освоения учебной дисциплины (в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине):**

**Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине** представляет собой приложение к настоящей образовательной программе, содержащее оценочные материалы.

### **Список литературы**

#### ***Нормативно-правовая база***

Конституция Российской Федерации  
Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — Закон об образовании).

#### ***Основная литература***

Вентцель, К. Н. Педагогика творческой личности / К. Н. Вентцель. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-15391-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568341>

Выготский, Л. С. Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 332 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11695-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566577>

Интеллект в цифровом образовании: естественный, искусственный, эмоциональный — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581570>

Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика / Э. Клапаред ; под редакцией Д. Т. Кацарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13367-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567411>

Кащенко, В. П. Педагогическая коррекция. Исправление недостатков характера у детей и подростков : учебник для среднего профессионального образования / В. П. Кащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 228 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/599099>

Макаренко, А. С. Методика воспитательной работы. Избранные труды / А. С. Макаренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 323 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-08066-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562001>

Лай, В. Экспериментальная педагогика / В. Лай ; под редакцией В. Е. Игнатъева ; переводчик Е. И. Воскресенская. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 146 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11549-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566505>

Челпанов, Г. И. Учебник психологии : учебник / Г. И. Челпанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 221 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-12188-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566825>

### *Дополнительная литература*

Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта. Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология : журнал / ФГАОУ ВО "Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта". — Калининград : Изд-во БФУ им. И. Канта // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_008503841/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_008503841/)

Контенткон 2025: авторство, ИИ-генерация и использование учебного контента — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — ISBN 978-5-534-14536-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/582265>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 1. Церковно-религиозная и государственная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-

5-534-04051-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598605>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 2. Общественная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 271 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04053-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598612>

Психология человека в образовании = Psychology in education : научный журнал. — Санкт-Петербург // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_010815716/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_010815716/)

### *Интернет-ресурсы*

**Информационное обеспечение** представляет собой перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (цифровой (электронной) библиотеке) «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>), содержащей издания учебно-методической и иной литературы.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к федеральной государственной информационной системе «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>).

**Состав необходимого комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (программное обеспечение):** реестровая запись №3722 от 23.07.2017 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных); Яндекс.Телемост (реестровая запись №13556 от 20.05.2022 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных).

**Электронные информационные ресурсы** (ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»):

**- Состав современных профессиональных баз данных**

Федеральная служба государственной статистики (<https://rosstat.gov.ru/>);

Открытые данные России (<https://data.gov.ru/>);

Статистический Отдел Организации Объединенных Наций (United Nations Statistics Division) (<http://data.un.org/>);

База данных ЮНЕСКО (<https://www.unesco.org/en/key-data>).

**- Состав информационных справочных систем**

Высшая аттестационная комиссия при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации (<https://vak.minobrnauki.gov.ru/main/>);

Официальный интернет-портал правовой информации (Государственная система правовой информации) (<http://pravo.gov.ru/>);

Система обеспечения законодательной деятельности (<https://sozd.duma.gov.ru/>);

Собрание законодательства Российской Федерации (<https://www.szrf.ru/>);

Государственная автоматизированная система Российской Федерации «Правосудие» (ГАС «Правосудие») (<https://sudrf.ru/>);

Нормативные правовые акты в Российской Федерации. Министерство юстиции Российской Федерации (<http://pravo.minjust.ru/>).

**- Иные информационные ресурсы - информационные ресурсы органов государственной власти**

Президент России (<http://kremlin.ru/>);

Правительство России (<http://government.ru/>);

Министерство науки и высшего образования РФ (<https://www.minobrnauki.gov.ru/>);

Министерство просвещения РФ (<https://edu.gov.ru/>);

Министерство экономического развития Российской Федерации (<https://www.economy.gov.ru/>);

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации (<https://digital.gov.ru/>).

**- Иные информационные ресурсы - периодические издания**

ТАСС (<https://tass.ru/>);

РИА НОВОСТИ (<https://ria.ru/>);

Коммерсантъ (<https://www.kommersant.ru/>);

RT (<https://rt.com/>).

**- Информационные поисковые системы**

Яндекс (<https://ya.ru/>);

MAIL.RU (<https://www.mail.ru/>).