

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РА  
ГБПОУ РА « АДЫГЕЙСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМ. Х. АНДРУХАЕВА»

УТВЕРЖДАЮ:  
ЗАМ. ДИРЕКТОРА ПО УР  
ТЕРЧУКОВА Л.П.  
АВГУСТА 2015 Г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА**

**Возрастная анатомия, физиология и гигиена  
для специальности 44.02.01 «Дошкольное образование»**

Майкоп 2015 г.

Примерная программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС)  
по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)  
44.02.01 «Дошкольное образование».

Организация-разработчик: *ГБПОУ РА «Адыгейский педагогический  
колледж им. Х. Андрухаева»*

Разработчик:  
*Нагоева Г.Г., преподаватель биологии.*

## Содержание

<b>1. Паспорт программы учебной дисциплины .....</b>	<b>4</b>
<b>2. Структура и примерное содержание учебной дисциплины .....</b>	<b>6</b>
<b>3. Условия реализации программы учебной дисциплины .....</b>	<b>11</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения .....</b>	<b>12</b>

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Возрастная анатомия, физиология и гигиена

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям СПО, может быть использована в профессиональной подготовке по специальности 44.02.01 «Дошкольное образование».

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

### 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в ДОУ;
- учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени при проектировании и реализации образовательного процесса

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;
- основные закономерности роста и развития организма человека;

- строение и функции систем органов здорового человека;
- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;
- влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;
- основы гигиены детей и подростков;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещению ДОУ.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **118** часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **89** часов;  
самостоятельной работы обучающегося **29** часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>118</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>89</b>
в том числе:	
лабораторно-практические занятия	39
лекции	50
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>29</b>
в том числе:	
доклады, рефераты, сообщения, таблицы, схемы, презентации, разработки рекомендаций	
<i>Итоговая аттестация в форме экзамена.</i>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности решения проблемных задач).

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины: Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Наименование разделов и тем 1	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся 2	Объем часов 3	Уровень освоения 4
<b>Тема 1.1. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека</b>	<i>Содержание учебного материала:</i>	<b>4</b>	
	1. Предмет, значение и задачи курса.	2	1
	2. Характеристика здоровья современного ребенка.		
<b>Тема 2 Закономерности онтогенеза.</b>	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «История развития возрастной физиологии». «Физиологические и психологические особенности ребёнка дошкольного возраста»</i>	2	
	<i>Содержание учебного материала:</i>	<b>8</b>	
<b>Тема 3 Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Развитие нервной системы в онтогенезе.</b>	1. Целостность и фазность (этапность) онтогенеза.	4	2
	2. Закономерности роста и развития: гетеросенситивность, непрерывность и неравномерность, гетерохронность роста и развития, Биологическая надёжность, адаптация, увеличение жёсткости (стабильности) гомеостатических констант.		
	3. Возрастная периодизация. Уровень школьной зрелости.		
	<i>Практическое занятие №1: «Оценка физического развития ребенка»</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «Характеристика подросткового и юношеского возраста», « Акселерация: основные исследования и гипотезы».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №1 «Закономерности онтогенеза человека».</i>		
	<i>Содержание учебного материала:</i>	<b>10</b>	
<b>Тема 4 Рефлекторная деятельность организма Высшая нервная деятельность</b>	1. Значение и общий план строения нервной системы. Нервная ткань и её свойства.	6	2
	2. Анатомо-физиологические особенности строения нервной системы детей. Центральная нервная система: головной и спинной мозг. Межполушарная асимметрия мозга. Вегетативная нервная система.		
	<i>Практические занятия № 2, 3,4: «Исследование рефлекторных реакций человека»; «Определение моторной асимметрии», «Определение безусловных рефлексов различных отделов головного мозга»</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «Функции полушарий мозга».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №2 «Нервная система».</i>		
<b>Тема 4 Рефлекторная деятельность организма Высшая нервная деятельность</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>14</b>	
	1. Рефлекс как основная форма деятельности нервной системы. Принцип рефлекторной деятельности. Классификация рефлексов. Строение нервного волокна и нерва.	10	2
	2. Возбуждение и торможение. Координация нервных процессов		
	3. Учение о высшей нервной деятельности. Торможение в коре больших полушарий головного мозга: безусловное и условное торможение. Динамический стереотип.		

	4. Возрастные особенности первой и второй сигнальной систем. Развитие речи у детей. Факторы, способствующие развитию речи.		
	5. Типы ВНД, возрастные особенности. Учёт типологических особенностей ВНД детей в осуществлении индивидуального подхода в обучении. Нарушения ВНД у детей и их профилактика.		
	6. Память и внимание: виды, физиологический механизм, развитие с возрастом. Эмоции, их мотивации, возрастные особенности.		
	7. Сон и психическая деятельность. Нарушения сна. Общая характеристика биоритмов. Циркадная организация функций человека.		
	<i>Практические занятия № 5,6,7: «Определение объёма внимания»; «Определение краткосрочной механической и смысловой памяти»; «Определение суточного хронотипа человека (тест Г. Хольдебранта)».</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «Разработка рекомендаций по тренировке памяти и внимания у дошкольников», «Гигиена сна детей».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №3 «Высшая нервная деятельность»</i>		
<b>Тема 5</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>10</b>	
<b>Развитие сенсорных систем организма.</b>	1. Общие принципы строения сенсорных систем. Свойства анализаторов. Развитие анализаторов с возрастом. Строение глаза, его отделы, их функции. Строение зрительной сенсорной системы. Возрастные особенности зрения у детей.	6	2
	2. Возрастные особенности слуховой сенсорной системы. Вестибулярный аппарат.		
	3. Кожно-мышечная, вкусовая, обонятельная сенсорные системы.		
	<i>Практические занятия № 8: «Анализаторы».</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся «Гигиена зрения и слуха дошкольников», «Нарушения зрения и слуха у дошкольников и их профилактика».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №4 «Анализаторы»</i>		
<b>Тема 6</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>6</b>	
<b>Эндокринная система</b>	1. Эндокринная система. Характеристика ЖВС: щитовидная, околощитовидные, гипофиз, эпифиз, поджелудочная, надпочечники и половые; особенности развития в норме, гипер- и гипофункции.	4	2
	2. Влияние желез внутренней секреции на рост и развитие детей и подростков.		
	3. Понятие о половом созревании.		
	<i>Самостоятельная работа: «Связь полового созревания с темпами роста и развития».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №5 «Эндокринная система»</i>		
<b>Тема 7</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>6</b>	
<b>Кровь</b>	1. Внутренняя среда организма. Особенности состава и свойства крови у детей.	4	2
	2. Физиология крови. Иммуитет, его виды и значение		



	3. Профилактика и меры борьбы с инфекционными болезнями в ДОУ. <i>Самостоятельная работа:</i> «Малокровие и его профилактика у детей».	2	
<b>Тема 8</b> <b>Сердечнососудистая система</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>8</b>	
	1. Строение и работа сердца. Значение кровообращения. Общая схема кровообращения.	4	2
	2. Возрастные особенности артериального давления. Возрастные особенности реакции сердечнососудистой системы на физическую и умственную нагрузку.		
	<i>Практическое занятие №9</i> «Исследование функционального состояния сердечнососудистой системы человека».	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i> «Заболевания сердечнососудистой системы у детей».	2	
	<i>Контрольная работа №6</i> «Внутренняя среда организма и система органов кровообращения»		
<b>Тема 9</b> <b>Анатомия, физиология и гигиена органов дыхания.</b>	<i>Содержание учебного материала:</i>	<b>8</b>	
	1. Строение и функции органов дыхания, возрастные особенности. Функциональные изменения частоты, объема дыхания. ЖЕЛ.	4	2
	2. Типы и регуляция дыхания, возрастные особенности. Голособразование. Гигиена дыхания. Изменение чувствительности к содержанию углекислого газа и значение воздушной среды помещений		
	<i>Практическое занятие № 10,11:</i> «Оценка микроклимата помещения», «Определение времени задержки дыхания до и после нагрузки»	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> «Гигиена органов дыхания», «Болезни органов дыхания»	2	
	<i>Контрольная работа №7</i> «Дыхание»		
<b>Тема 10</b> <b>Анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>10</b>	
	1. Возрастные особенности строения пищеварительной системы.	6	2
	2. Гигиенические основы питания детей и подростков.		
	3. Обмен веществ и энергии. Возрастные особенности обменных процессов.		
	<i>Практическое занятие №12</i> : «Составление пищевого рациона для детей дошкольного возраста».	2	
	<i>Самостоятельная работа:</i> «Профилактика желудочно-кишечных и глистных заболеваний», «Обмен белков, жиров и углеводов в организме».	2	
	<i>Контрольная работа №8</i> «Пищеварение и обмен веществ».		
<b>Тема 11</b> <b>Органы выделения</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>4</b>	
	1. Пути выделения продуктов обмена из организма. Строение почек.	2	2
	2. Механизмы образования мочи. Возрастные особенности водно-солевого обмена у детей. Ночное недержание мочи у детей, его причины, профилактика.		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i> «Болезни почек и мочевыводящих путей у детей».	2	

<b>Тема 12 Кожа</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>4</b>	
	Значение и строение кожи человека. Особенности строения и функций кожи детей. Основные правила и методы закаливания детей.	2	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i> «Гигиена кожи», «Значение чистоты и целостности кожных покровов», «Заболевание кожных покровов»	2	
	<i>Контрольная работа №9 «Строение и работа почек. Кожа».</i>		
<b>Тема 13 Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата</b>	<i>Содержание материала:</i>	<b>10</b>	
	1. Строение и функции костной системы человека. Развитие костной системы.	6	2
	2. Строение и функции мышечной системы человека. Развитие двигательной активности и координации движений.		
	3. Нарушение опорно-двигательного аппарата у детей.		
	<i>Практические занятия № 13, 14:</i> «Изменение работоспособности скелетных мышц», «Выявление нарушений осанки и плоскостопия».	2	3
	<i>Самостоятельная работа:</i> «Изгибы позвоночника и их формирование», «Развитие опорно-двигательного аппарата у дошкольников».	2	
<i>Контрольная работа № 10 «Опорно-двигательный аппарат».</i>			
<b>Тема 14 Гигиенические основы обучения и воспитания детей</b>	<i>Содержание материала</i>	<b>16</b>	
	1. Утомление и переутомление. Работоспособность детей. Режим дня в ДООУ. 2. Гигиена учебно-воспитательного процесса в ДООУ. Основные режимные моменты. 3. Мебель и её использование. Гигиенические требования к игрушкам, прогулкам, экскурсиям. 4. Государственные стандарты и нормы к среде, окружающей дошкольников.	11	2
	<i>Практическая работа №15, 16</i> «Гигиеническая оценка и подбор мебели в соответствии с пропорциями тела ребёнка»; «Составление режима дня для разных возрастных групп ДООУ».	4	
	<i>Самостоятельная работа:</i> «Профилактика утомления и переутомления у детей дошкольного возраста».	1	
	<i>Контрольная работа №11 «Гигиенические требования к среде, окружающей дошкольников»</i>		
	<b>Всего</b>	<b>118</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета физиологии, анатомии и гигиены

**Оборудование учебного кабинета:** посадочные места по количеству обучающихся; рабочее место преподавателя; комплект учебно-наглядных пособий по анатомии, физиологии и гигиене в том числе на электронных носителях.

**Технические средства обучения:** компьютер с лицензионной программой обучения, мультимедийная установка.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основные источники:

1. Сапин М.Р., Сивоглазов В.П. Анатомия, физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). Учебное пособие для студ.сред.пед.учеб.заведений. – 3-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 448с.
2. Обреимова Н.И., Петрухин А.С. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков: Учебное пособие для студентов дефектологических факультетов высших педагогических учебных заведений – М.: Издательство «Академия». - 376 с.,2007.
3. Сапин М.Р., "Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). Учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. – М.: Издательство «Академия». – 2005.
4. Лысова Н.Ф., Айзман Р.И. и др. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена. Учебное пособие для студ. высших уч. заведений, обучающихся по педагогическим специальностям – Сиб. унив. изд-во, 2010. – 398 с.

##### Дополнительные источники:

1. Безруких М.М., Сонькин В.Д., Фарбер Д.А. Возрастная физиология (физиология развития ребёнка). Учеб. пособие для студ. Высших пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
2. Петрухин А. С. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений - 2-е изд.,испр. и доп. - Высшее профессиональное образование - Педагогические специальности. – М.: Издательство «Академия», 2007.
3. Кирпичёв В.И. Физиология и гигиена младшего школьника. Пособие для учителя. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – 144 с.

##### Интернет-ресурсы:

<http://www.edu.ru/index.php>

<http://kineziolog.bodhy.ru/content/literatura-po-vozzrastnoi-anatomii-i-fiziologii>

<http://www.twirpx.com/files/biology/anatomy/>

[http://www.intervuz.ru/lectures/vozzrast\\_anatomy\\_fiziology.html](http://www.intervuz.ru/lectures/vozzrast_anatomy_fiziology.html)

[http://medbooks.ucoz.ru/load/anatomija/anatomija\\_cheloveka](http://medbooks.ucoz.ru/load/anatomija/anatomija_cheloveka)

<http://www.distedu.ru/edu12/>

<http://anatomiya-atlas.ru/>

### 3.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Знать:</b>	
основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;	Письменное тестирование. Терминологический диктант.
основные закономерности роста и развития организма человека;	Контрольная работа № 1.
строение и функции систем органов здорового человека;	Контрольные работы № 6,7,8,9, самостоятельная работа.
физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;	Контрольные работы № 2,3,4.
физиологические особенности детей и подростков;	Контрольная работа №3.
возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;	Контрольные работы №. 1,5, самостоятельная работа.
влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	Контрольная работа №5, самостоятельная работа.
основы гигиены детей и подростков;	Контрольная работа №
гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	Контрольные работы № 6,7,8,9,10, самостоятельная работа.
гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещению ДОУ	Контрольная работа №11.
основы профилактики инфекционных заболеваний;	Контрольная работа №6.
	.
<b>Уметь:</b>	
определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Практические занятия № 1,4,8.
применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	Практические занятия № 1,3,4,5,6,9,10,12,13,14.
оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;	Практические занятия № 6,8,9,11.
проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;	Практические работы № 7, 8, 14.
обеспечивать соблюдение гигиенических требований в ДОУ, при организации учебно-воспитательного процесса;	Практическая работа № 6,9,13.
учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени при проектировании и реализации образовательного процесса	Практическая работа № 2,11,13,14.