

ГБПОУ РА «АДЫГЕЙСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИМ. Х. АНДРУХАЕВА»

Утверждено
Заместитель директора
по учебной работе



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина 01.03. «Возрастная анатомия,
физиология и гигиена»

Для специальности (группа специальностей)

44.02.02. «Преподавание в начальных
классах»

(код и наименование специальности)

20 14 год

Примерная программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 44.02.02 «Преподавание в начальных классах».

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

Разработчик:
Нагоева Г.Г., преподаватель биологии.

Содержание

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

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 44.02.02 «Преподавание в начальных классах».

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 кабинете, при организации обучения младших школьников;
- учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) 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 школы

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **112** часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **84** часа;
самостоятельной работы обучающегося **28** часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	112
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	84
в том числе:	
лабораторно-практические занятия	34
контрольные работы	11
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	28
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	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1.1. Основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека	<i>Содержание учебного материала:</i>	4	
	1. Предмет, значение и задачи курса.	2	1
	2. Характеристика здоровья современного ребенка.		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «История развития возрастной физиологии».</i>	2	
Тема 2 Закономерности онтогенеза.	<i>Содержание учебного материала:</i>	8	
	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>		
Тема 3 Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Развитие нервной системы в онтогенезе.	<i>Содержание учебного материала:</i>	10	
	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 безусловных рефлексов различных отделов головного мозга», «Определение моторной асимметрии».</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «Функции полушарий мозга».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №2 «Нервная система».</i>		
Тема 4 Рефлекторная деятельность организма Высшая нервная деятельность	<i>Содержание материала:</i>	12 (14)	
	1. Рефлекс как основная форма деятельности нервной системы. Принцип рефлекторной деятельности. Классификация рефлексов. Строение нервного волокна и нерва.	8	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 (4)	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «Разработка рекомендаций по тренировке памяти и внимания у младших школьников», «Гигиена сна детей».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №3 «Высшая нервная деятельность»</i>		
Тема 5 Развитие сенсорных систем организма.	<i>Содержание материала:</i>	10	
	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.	8	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 «Нарушения зрения и слуха у детей и их профилактика», «Аккомодация, ее значение и развитие с возрастом; нарушение аккомодации (близорукость, дальнозоркость)»</i>	2	
	<i>Контрольная работа №4 «Анализаторы»</i>		
Тема 6 Эндокринная система	<i>Содержание материала:</i>	6	
	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>		
Тема 7 Кровь	<i>Содержание материала:</i>	6	
	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 школе. <i>Самостоятельная работа:</i> «Малокровие и его профилактика у детей».	2	
Тема 8 Сердечнососудистая система	<i>Содержание материала:</i>	8	
	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»		
Тема 9 Анатомия, физиология и гигиена органов дыхания.	<i>Содержание учебного материала:</i>	8	
	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> «Определение времени задержки дыхания до и после нагрузки», «Оценка микроклимата классной комнаты»	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> «Гигиена органов дыхания», «Болезни органов дыхания»	2	
	<i>Контрольная работа №7</i> «Дыхание»		
Тема 10 Анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.	<i>Содержание материала:</i>	10	
	1. Возрастные особенности строения пищеварительной системы.	8	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 различного возраста и подростков».	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».		
Тема 11 Органы выделения	<i>Содержание материала:</i>	4	
	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: «Болезни почек и мочевыводящих путей у детей».</i>	2	
Тема 12 Кожа	<i>Содержание материала:</i>	4	
	Значение и строение кожи человека. Особенности строения и функций кожи детей. Основные правила и методы закаливания детей.		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: «Гигиена кожи», «Значение чистоты и целостности кожных покровов», «Заболевание кожных покровов»</i>	2	
	<i>Контрольная работа №9 «Строение и работа почек», «Кожа».</i>		
Тема 13 Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата	<i>Содержание материала:</i>	10	
	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: «Изменение работоспособности скелетных мышц», «Выявление нарушений осанки и плоскостопия».</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа: «Сила и выносливость мышц у детей младшего школьного возраста», «Изгибы позвоночника и их образование», «Последствия гиподинамии».</i>	2	
	<i>Контрольная работа № 10 «Опорно-двигательный аппарат».</i>		
Тема 14 Гигиенические основы обучения и воспитания детей	<i>Содержание материала</i>	12	
	1. Утомление и переутомление. Работоспособность детей. Рациональная организация режима дня. 2. Нормирование нагрузки. Гигиена учебного процесса. 3. Школьная мебель и её использование. Гигиенические требования к школьным принадлежностям. 4. Государственные стандарты и нормы к среде, окружающей школьников.	6	2
	<i>Практическая работа №15, 16 «Гигиеническая оценка оборудования классной комнаты, подбор и расстановка мебели в классе»; «Гигиеническая оценка расписания; составление гигиенически обоснованного расписания уроков и режима дня младшего школьника».</i>	4	
	<i>Самостоятельная работа «Гигиена чтения и письма» «Профилактика переутомления у детей младшего школьного возраста».</i>	2	
	<i>Контрольная работа №11 «Гигиенические основы обучения и воспитания детей»</i>		
	Всего	112(114)	

Примечание: в скобках указано количество часов для национальной группы.

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://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.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знать:	
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 школы	Контрольная работа №11.
основы профилактики инфекционных заболеваний;	Контрольная работа №6.
	.
Уметь:	
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 кабинете, при организации обучения младших школьников;	Практическая работа № 6,9,13.
учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса	Практическая работа № 2,11,13,14.