

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Шилов С.П.
« 28 » _____ 2020 г.



ОП.3 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА
рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки
специалистов среднего звена
44.02.02 Преподавание в начальных классах
(углубленная подготовка)
Форма обучения – очная

Сивцова Алла Марсовна. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 44.02.02 Преподавание в начальных классах. Форма обучения – очная. Тобольск, 2020.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 года, № 1353.

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте Тобольского пединститута им. Д.И. Менделеева (филиал) ТюмГУ: Возрастная анатомия, физиология и гигиена. [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://tobolsk.utmn.ru/sveden/education/#>

© Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал) Тюменского государственного университета, 2020

© Сивцова Алла Марсовна, 2020

Содержание

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.....	3
2. Структура и содержание учебной дисциплины.....	4
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины.....	14
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	15

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина входит в профессиональный учебный цикл учебного плана специальности.

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

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 образовательному процессу, зданию и помещениям школы.

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 влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте;
- проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе, при организации обучения и воспитания 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 обладать следующими компетенциями:

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.

ПК 1.2. Проводить уроки.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.

ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные занятия.

ПК 2.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

- ПК 3.1. Проводить педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретировать полученные результаты.
- ПК 3.2. Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу.
- ПК 3.3. Проводить внеклассные мероприятия.
- ПК 3.4. Анализировать процесс и результаты проведения внеклассных мероприятий.
- ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
- ПК 4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.
- ПК 4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Семестр - 1;

Максимальной учебной нагрузки обучающегося - 120 часов, в том числе:
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 64 часа.
 самостоятельной работы обучающегося – 46 часов

2. Структура и содержание учебной дисциплины

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	120
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
в том числе:	
практические занятия	32
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	46
Форма промежуточной аттестация по дисциплине – дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основные закономерности роста и развития организма человека		9	
Тема 1.1. Организм - целостная система	Содержание учебного материала:	1	
	1 Предмет и задачи анатомии, физиологии и гигиены. Значение анатомии, физиологии и гигиены для воспитателя. Значение изучения анатомо-физиологических особенностей детей для правильной организации оптимальных условий адаптации ребенка, учебно-воспитательного процесса, совершенствования физического и нервно-психического развития, обеспечения здоровья детей, повышения их работоспособности.		1
	2 Уровни организации организма (молекулярный, клеточный, тканевый, органный, системный). Нервная и гуморальная регуляция деятельности организма.		1
	Практическая работа: Изучение особенностей строения клеток и тканей организма.	1	
	Практическая работа: Изучение по таблице топографического расположения и строения органов и частей тела.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление таблицы основных этапов исторического развития анатомии, физиологии и гигиены на основе анализа литературы. Подготовка сообщения «Организм – целостная система». Построение модели животной клетки.	2	
Тема 1.2 Основные закономерности роста и развития человека	Содержание учебного материала:	2	
	1 Понятие «онтогенез». Основные закономерности онтогенеза: системность, непрерывность, гетерохронность, биологическая надежность, гармоничность. Постнатальный период онтогенеза. Возрастная периодизация. Характеристика возрастных периодов развития. Периоды онтогенеза: эмбриональный, постэмбриональный.		2
	2 Основные закономерности роста и развития человека в различные возрастные периоды. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей. Рост и развитие организма: понятия, соотношение процессов, понятие о «скачке роста». Основные закономерности роста и развития детей. Понятие "физическое развитие". Показатели физического развития. Критические и сенситивные периоды		2

		развития. Хронологический и биологический возраст. Критерии оценки биологического возраста. Акселерация и ретардация. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение.		
		Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщений «Влияние факторов внешней среды на развитие организма в детском и подростковом возрасте». Составление карты «Оценка физического развития ребенка антропометрическими методами».	2	
Раздел 2. Возрастная анатомия и физиология органов и систем органов человека			56	
Тема 2.1. Опорно-двигательная система	Содержание учебного материала:		4	
	1	Строение и функции опорно-двигательной системы. Строение скелета и его частей. Возрастные особенности развития скелета.		2
	2	Строение, свойства и химический состав костей. Соединение костей.		2
	3	Строение, свойства и функции мышц. Возрастные особенности созревания свойств мышечной ткани у детей: сократимость, возбудимость, проводимость, эластичность, проводимость. Физиология мышечного сокращения.		2
	4	Периоды интенсивного роста скелетных мышц, последовательность развития различных групп мышц, потребность детей в движении. Работа мышц. Скелетные мышцы как орган движения. Группы мышц человека: мышцы туловища, верхних и нижних конечностей, черепа.		2
	Практическая работа: Классификация костей по их строению; Определение топографического расположения частей скелета и групп мышц.		4	
Самостоятельная работа обучающихся: Составление таблицы сравнительной характеристики "Мышечная ткань: гладкая, поперечнополосатая скелетная, поперечнополосатая сердечная". Описание мер профилактики нарушений осанки у детей в дошкольном возрасте (развития сутулости, сколиозов, плоскостопия); Подбор комплексов упражнений для проведения физминуток. Составление перечня гигиенических требований, предъявляемых к посадке и двигательной активности детей. Оформление буклета по теме: «Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата».		4		
Тема 2.2. Сердечно - сосудистая система	Содержание учебного материала:		2	2
	1	Понятие о внутренней среде организма: кровь, лимфа, межклеточная жидкость, их значение в поддержании гомеостаза. Возрастные изменения состава крови.		2

		Группы крови, лимфатическая система. Группы крови, резус-фактор. Строение и функции сердечно - сосудистой системы. Артерии, вены, капилляры. Строение сердца.		
	2	Работа сердца. Движение крови по сосудам.		2
	3	Возрастные особенности сердечнососудистой системы человека. Возрастные особенности организации и работы сердца. Сердечный цикл и его стадии. Систолический и минутный объемы кровенаполнения. Возрастные изменения артериального давления. Возрастные изменения частоты и силы сердечных сокращений.		2
	Практическая работа: Определение частоты сердечных сокращений в покое и при физической нагрузке.		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка рефератов «Возрастные особенности развития сердечно - сосудистой системы у детей и подростков». Подготовка сообщений по вопросу: «Рефлекторные реакции кровеносной системы ребенка при физических и психических нагрузках. Тренировка сердечнососудистой системы». Составление схемы строения сердца. Составление схемы кровообращения. Составление сравнительной таблицы: "Форменные элементы крови".		4	
Тема 2.3. Система органов дыхания	Содержание учебного материала:		2	
	1	Строение и функции дыхательной системы.		2
	2	Газообмен в легких и тканях.		2
	3	Дыхательный цикл. Жизненная емкость легких.		2
	Практическая работа: Определение частоты дыхания в покое и при физической нагрузке.		2	
Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщений «Заболевания дыхательной системы и их профилактика»; Подбор упражнений для дыхательной гимнастики. Составление схемы-конспекта с элементами графики «Строение дыхательной системы»		4		
Тема 2.4. Система органов пищеварения	Содержание учебного материала:		2	
	1	Строение и функции пищеварительной системы. Пищеварение в ротовой полости. Пищеварение в желудке и тонком кишечнике. Роль печени и поджелудочной железы в пищеварении.		2

	2	Пищеварение в толстом кишечнике. Всасывание питательных веществ.		2
	3	Питательные вещества. Витамины. Режим питания.		2
	Практическая работа: Составление суточного меню для детей младшего школьного возраста.		2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: Подбор материала «Особенности организации питания дошкольников». Составление таблицы «Витамины», «Минеральные вещества» Подготовка сообщений «Инфекционные заболевания пищеварительной системы детей. Профилактика» Подготовка сообщений по темам: «Возрастные особенности организации ротовой полости ребенка. Особенности развития зубов. Гигиена полости рта». «Значение белков, жиров и углеводов в процессе роста и развития детей» , «Роль печени и поджелудочной железы в процессе пищеварения»		4	
Тема 2.5 Органы выделения и их функции	Содержание учебного материала:		2	
	1	Строение и функции мочевыделительной системы. Структурно-функциональная характеристика почек". Возрастные особенности организации мочевыделительной системы Значение органов выделения. Пути выведения из организма продуктов обмена.		2
	2	Состав и образование мочи у детей.		2
	Практическая работа: Семинар по теме «Особенности формирования мочевыделительной системы у детей»		2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка беседы для родителей о заболеваниях мочевыделительной системы.		4	
Тема 2.6 Строение и функции эндокринной системы	Содержание учебного материала:		2	
	1	Понятие о гуморальной регуляции функций. Биологически активные вещества и их функции в организме. Влияние биологически активных веществ на рост и развитие детского организма. Строение и функции эндокринной системы.		2
	2	Характеристика желез внутренней секреции. Возрастные и морфофункциональные особенности эндокринных желез и желез смешанной секреции. Их влияние на рост и развитие организма, обмен веществ, процессы жизнедеятельности		2
	Практическая работа: Семинар по теме «Возрастные и морфофункциональные особенности эндокринных желез».		2	2
Самостоятельная работа обучающихся:		4		

	Подготовка сообщения «Особенности развития эндокринной системы у детей и подростков».			
Тема 2.7 Нервная система	Содержание учебного материала:		4	
	1	Функции нервной системы. Классификация нервной системы.		2
	2	Строение и функции спинного мозга.		2
	3	Строение головного мозга. Отделы мозга.		2
	4	Строение коры больших полушарий головного мозга. Особенности развития коры		2
	5	головного мозга у детей раннего и дошкольного возраста. Согласованность работы нервной системы.		
	6	Особенности строения вегетативной нервной системы. Характеристика вегетативной нервной системы детей.	2	
	Практическая работа: Семинар по теме «Строение головного мозга». Работа с муляжами. Семинар по теме «Строение спинного мозга». Работа с муляжами.		4	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка реферата «Возрастные особенности развития головного мозга у детей». Составление таблицы: "Влияние факторов среды на развитие нервной системы ребёнка".		4	
Раздел 3 Возрастная анатомия и физиология сенсорных систем организма человека			20	
Тема 3.1 Зрительный и слуховой анализаторы	Содержание учебного материала:		2	
	1	Строение органа зрения. Функции зрительного анализатора.		2
	2	Развитие зрительной сенсорной системы в онтогенезе. Возрастные особенности системы восприятия. Цветовосприятие. Возрастные изменения зрительных реакций.		2
	3	Строение органа слуха. Функции слухового анализатора. Развитие слухового анализатора в онтогенезе. Значение слуха в формировании речи.		
		Практическая работа: Исследование функций зрительного и слухового анализатора.		2
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление комплекса глазной гимнастики Подготовить сообщение «Учение И.П. Павлова об анализаторах»		2	
Тема 3.2 Вкусовой, тактильный и другие анализаторы	Содержание учебного материала:		4	
	1	Системы положения тела: вестибулярная, проприоцептивная Возрастные особенности формирования вестибулярных реакций. Развитие проприоцептивной системы в онтогенезе.		2

	2	Вкусовая и обонятельная системы человека Возрастные особенности формирования вкусового и обонятельного анализаторов.		2
	3	Тактильный и температурный анализаторы. Строение и развитие кожи. Возрастные особенности формирования и строения кожи у детей. Кожный анализатор. Рецепторный аппарат кожного анализатора и его морфологические и функциональные особенности.		
	Практическая работа: Составление таблицы: «Сравнительная характеристика зрительного, слухового, вкусового, обонятельного, вестибулярного и тактильного анализаторов». Составление опорного конспекта по вопросам: «Терморегуляция организма ребенка. Химическая и физическая терморегуляция, ее механизмы в поддержании температуры тела организма».		4	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подбор материала «Гигиена слуха» для рекомендаций родителям. Составление рекомендаций для родителей: «Гигиена кожи. Гигиенические требования, предъявляемые к одежде и обуви детей». Подготовка сообщения на тему: «Кожные заболевания у детей и их профилактика».		6	
Раздел 4 Рефлекторная деятельность организма			10	
Тема 4.1 Рефлекторная деятельность организма.	Содержание учебного материала:		4	
	1	Учение о рефлексах. Рефлекторная дуга.		2
	2	Условные и безусловные рефлексы.		2
	3	Принципы и условия формирования условных рефлексов.		2
	4	Безусловное торможение.		2
	5	Условное торможение.		2
	6	Особенности высшей нервной деятельности у человека.		2
	Практическая работа: Определение типологической направленности высшей нервной деятельности у детей (решение задач)		4	3
Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка реферата на одну из тем: «Особенности высшей нервной деятельности у детей различных возрастных групп»; «Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность и поведение»		2		
Раздел 5 Гигиенические особенности учебно-воспитательного процесса			15	

Тема 5.1 Режим дня	Содержание учебного материала:		1	
	1	Режим дня школьников.		3
	2	Особенности изменений физической работоспособности в различные интервалы учебного времени.	3	
	Практическая работа: Составление примерного режима дня детей младшего школьного возраста		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщений на одну из тем: «Сон и сновидения»; «Профилактика развития утомления у детей»; «Влияние факторов внешней среды на функционирование и развитие организма детей».		2	
Тема 5.2 Профилактика заболеваний детей	Содержание учебного материала:		1	
	1	Защитные силы организма и иммунитет Иммунитет, виды иммунных систем. Органы иммунной системы. Механизм клеточного и гуморального иммунитета. Становление иммунной системы в онтогенезе. Закаливание детей.		3
	2	Инфекционные болезни детей и их профилактика.	3	
Тема 5.3 Гигиена учебно-воспитательного процесса	Содержание учебного материала:		1	
	1	Гигиена учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса. Оптимизация нагрузки на занятиях. Гигиенические критерии рациональной организации деятельности детей школьного возраста		3
	2	Гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям школьного образовательного учреждения. Гигиенические требования, предъявляемые к воздушно-тепловому режиму ОУ. Микроклимат ОУ. Гигиенические требования, предъявляемые к оборудованию ОУ. Гигиенические требования, предъявляемые к организации питания детей школьного возраста в условиях ОУ. Основы профилактики инфекционных заболеваний. Гигиенические требования к местам проведения занятий.	3	
	Практическая работа: Гигиеническая оценка расписания занятий. Составление алгоритма для гигиенической оценки условий в классе		2	3

	Оценка воздушно-теплового режима учебного заведения.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление перечня требований к гигиеническому обеспечению учебно-воспитательного процесса, зданию и помещению ОУ. Составление папки гигиенических требований, предъявляемых к организации здания и участка ОУ, гигиенических требований, предъявляемых к естественному и искусственному освещению ОУ. Составление перечня актов санитарного законодательства в области гигиены детей .	6	
Консультации		10	
	Всего	120 ч.	

3. Условия реализации программы дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета физиологии, анатомии и гигиены оснащенный следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение: — Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web.

Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий: основной и дополнительной литературы, Интернет-ресурсов.

Основная литература:

1. Тюрикова, Г. Н. Анатомия и возрастная физиология : учебник / Г. Н. Тюрикова, Ю. Б. Тюрикова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 178 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-013882-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/989801> (дата обращения: 11.04.2020). – Режим доступа: по подписке.

Дополнительная литература:

1. Лысова, Н. Ф. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 352 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-013902-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1071616> (дата обращения: 11.04.2020). – Режим доступа: по подписке.
2. Щелчкова, Н. Н. Анатомия и физиология человека : учебно-практическое пособие / Н.Н. Щелчкова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 343 с. - ISBN 978-5-16-108272-0. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znanium.com/catalog/product/1065273> (дата обращения: 01.04.2020).- Режим доступа: по подписке.

Интернет ресурсы:

1. Знаниум - <https://new.znanium.com/>
2. Лань - <https://e.lanbook.com/>
3. IPR Books - <http://www.iprbookshop.ru/>
4. Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
5. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
6. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
7. "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
8. Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: Платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
умения	тесты контрольные работы доклады сообщения кейс-задачи портфолио дифференцированный зачет
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 влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте	
проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей	
обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе, при организации обучения и воспитания 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	
знания	
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	
влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	
основы гигиены детей	
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 помещениям школы	