

Утверждена приказом директора
ГАПОУ «Педколледж» г. Орска
от 31 августа 2015 г. №01-10/85/1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

2015 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Организация-разработчик: Государственное автономное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Педагогический колледж» г. Орска (ГАПОУ СПО «Педколледж» г. Орска)

Разработчики:

Толоконникова Людмила Владимировна;

Чегодаева Наталья Юрьевна.

Рекомендована научно-методическим советом ГАПОУ «Педколледж» г. Орска
Протокол № 27 от «22» июня 2015 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для подготовки учителей начальных классов и начальных классов компенсирующего и коррекционно-развивающего образования, а также в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников в области образования при наличии среднего (полного) общего образования. Опыт работы не требуется.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: входит в профессиональный цикл как Общепрофессиональная дисциплина

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 помещениям школы

Формируемые компетенции:

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях

ОК 10. Осуществлять практику 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 комплекс, разрабатывать учебно-методические мероприятия (рабочие программы, учебно-методические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенности 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. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 132 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 88 часов;
самостоятельной работы обучающегося 44 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>132</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>88</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>44</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>44</i>
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

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, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1.			2	
Тема 1.1. Анатомия как наука, её связь с другими науками	Содержание учебного материала		2	
	1	Анатомия человека - раздел биологии, изучающий морфологию человеческого организма, его систем и органов. Методы исследования анатомии.		1
	2	Физиология – наука о процессах в организме.		2
	3	Гигиена – наука о		1
	4	Значение этих наук для учителя начальных классов.		2
Раздел 2. Строение и функции систем органов здорового человека			72	
Тема 2.1. Опорно-двигательная система	Содержание учебного материала		2	
	1	Общая характеристика опорно-двигательного аппарата.		2
	2	Возрастные особенности скелета (позвочника, грудной клетки, конечностей).		1
	3	Классификация и строение костей.		2
	4	Суставы, их возрастные особенности.		1
	Практические занятия		4	
	1. Определение антропометрических показателей, их оценка с учетом возраста.		2	
	2. Определение топографического расположения и строения костей.		2	
	Самостоятельная работа		2	
	1. Классификация костей по строению и отделам			
Тема 2.2. Мышечная система	Содержание учебного материала		2	
	1	Строение и функции скелетных мышц.		1
	2	Развитие и возрастные особенности скелетных мышц.		2
	3	Работа и сила мышц.		1
	4	Мышечный тонус и утомление мышц.		2
	Практические занятия		4	
	1. Классификация скелетных мышц.		2	
	2. Определение топографического расположения и строения основных групп мышц.		2	
	Самостоятельная работа		2	
	1. Проанализировать развитие утомления в позных мышцах			
Тема 2.3. Пищеварительная система	Содержание учебного материала		2	
	1	Строение и функции пищеварительной системы.		1
	2	Онтогенез органов пищеварения.		2
	Практические занятия		2	
	1. Составление пищевого рациона			
	Самостоятельная работа		2	
	1. Составить таблицу, отражающую взаимосвязь строения и функций органов пищеварительной системы.			
Тема 2.4. Система кровообращения	Содержание учебного материала		2	
	1	Состав и функции крови.		1
	2	Общая схема кровообращения.		2
	3	Кровеносные сосуды.		1

	4	Строение и работа сердца.		2
	Практические занятия		2	
	1. Выявление особенностей кругов кровообращения.			
	Самостоятельная работа		4	
	1. Подобрать материал о составе крови больного и здорового человека.		2	
	2. Проанализировать состояние кровеносных сосудов и сердца в норме и патологии.		2	
Тема 2.5. Дыхательная система	Содержание учебного материала		2	1 2 1
	1	Особенности строения органов дыхания.		
	2	Возрастные особенности дыхательной системы.		
	3	Механизмы регуляции дыхания.		1
	Практические занятия		2	
	1. Определение возрастных особенностей дыхательной системы.			
	Самостоятельная работа		2	
	1. Охарактеризовать динамику изменений ЖЕЛ в зависимости от возраста.			
Тема 2.6. Мочевыделительная система	Содержание учебного материала		2	1 2 1
	1	Строение и функции мочевыделительной системы.		
	2	Возрастные особенности мочевыделительной системы.		
	3	Механизм образования и выделения мочи.		1
Тема 2.7. Анатомо-физиологические особенности развития нервной системы	Содержание учебного материала		2	1 2 1
	1	Общая характеристика нервной системы (ЦНС, периферическая).		
	2	Развитие нервной системы.		
	3	Возрастные особенности строения органов нервной системы её функций.		1
	Практические занятия		2	
	1. Определение топографического расположения и строения отделов нервной системы.			
	Самостоятельная работа		2	
	1. Изучение топографического расположения отделов головного мозга.			
Тема 2.8. Органы зрения	Содержание учебного материала		2	1 2 1 2
	1	Зрительный анализатор.		
	2	Вспомогательные органы глаза.		
	3	Оптическая система глаза.		
	4	Развитие и возрастные особенности органа зрения.		2
	Практические занятия		2	
	1. Составление схемы зрительного рефлекса.			
Тема 2.9. Органы слуха и равновесия	Содержание учебного материала		2	2 2 1 2
	1	Орган слуха.		
	2	Проводящий путь слухового анализатора.		
	3	Орган равновесия (вестибулярный аппарат).		
	4	Развитие и возрастные особенности органа слуха и равновесия.		2
	Практические занятия		2	
	1. Выявление влияния шума на восприятие звуков.			
	Самостоятельная работа		2	
	1. Анализ влияния вестибулярного аппарата на координацию движений			
Тема 2.10. Вкусовой, обонятельный и кожный анализаторы	Содержание учебного материала		2	1 2 1 2
	1	Орган вкуса.		
	2	Орган обоняния.		
	3	Кожа и её производные.		
	4	Возрастные особенности вкусового. кожного и обонятельного анализаторов		2
	Практические занятия		2	

Тема 2.11. Эндокринный аппарат	1. Влияние потоотделения на терморегуляцию.		2	
	Содержание учебного материала			
	1	Гормоны и их функции в организме.		1
	2	Классификация, строение и функция желёз внутренней секреции.		1
	3	Эндокринный контроль роста ребёнка.		2
	Практические занятия		2	
	1. Выявление основных групп желёз внутренней секреции.			
	Самостоятельная работа		4	
	1. Подобрать материал об иммуномодуляторах и их влиянии на организм.		2	
	2. Анализ влияния эндокринной системы родителей на развитие ребёнка.		2	
Тема 2.12. Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков	Содержание учебного материала		2	
	1	Возрастные периоды жизни человека.		1
	2	Постнатальный онтогенез.		2
	3	Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение.		1
	Практические занятия		2	
	1. Выявление изменений пропорций отделов тела в процессе роста человека.			
	Самостоятельная работа		2	
	1. Анализ влияния факторов внешней среды на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте.			
	Раздел 3. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека		24	
Тема 3.1. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала		2	
	1	Терморегуляция.		2
	2	Синтез (синтез роста, рост и масса тела, развитие костной ткани и рост костей, пропорции тела).		1
	3	Обмен веществ (белков, жиров, углеводов, водно-солевой обмен).		1
	4	Энергетический обмен.		2
	Практические занятия		2	
	1. Выявление особенностей обмена веществ у детей и подростков.			
	Самостоятельная работа		2	
	1. Составить таблицу пищевых продуктов в соответствии с их энергетической ценностью.			
	Тема 3.2. Процесс дыхания	Содержание учебного материала		2
1		Транспорт газов кровью.	2	
2		Регуляция дыхания.	2	
3		Дыхание при мышечной работе	2	
4		Внешнее дыхание	1	
5		Газообмен в лёгких	2	
Практические занятия		2		
1. Определение влияния мышечной работы на процесс дыхания.				
Самостоятельная работа		2		
1. Подбор информации с использованием Интернет-ресурсов о гигиене дыхания, создание презентации по теме.				
Тема 3.3. Высшая нервная деятельность	Содержание учебного материала		2	
	1	Безусловные рефлексы, инстинкты.		1
	2	Условные рефлексы.		2

	3	Механизмы сна и памяти.		1	
	4	Типы нервной деятельности.		2	
	5	Возрастные особенности высшей нервной деятельности человека.		2	
	Практические занятия			2	
	1. Выявление качественных особенностей высшей нервной деятельности.				
Тема 3.4. Особенности физической работоспособности	Содержание учебного материала		2	1	
	1	Понятие физической работоспособности.			2
	2	Закономерности изменения физической работоспособности в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие).			
	Практические занятия		2		
	1. Выявление особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени при проектировании и реализации образовательного процесса.				
	Самостоятельная работа		4		
	1. Подбор методик изучения работоспособности младших школьников.		2		
	2. Анализ учёта работоспособности и ее изменения при проектировании и реализации образовательного процесса в начальной школе		2		
	Раздел 4. Основы гигиены детей и подростков		34		
Тема 4.1. Режим в жизнедеятельности организма	Содержание учебного материала		2	2	
	1	Значение режима дня.			2
	2	Гигиеническая организация сна.			2
	3	Режим питания.			2
	4	Гигиеническая организация бодрствования.			2
	Практические занятия		2		
1. Выявление особенностей режима дня в зависимости от возраста ребёнка.					
Тема 4.2. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	Содержание учебного материала		2	2	
	1	Гигиена зрения.			2
	2	Гигиена органов дыхания и голосового аппарата.			2
	3	Гигиена органов пищеварения.			2
	4	Гигиена зубов.			2
	5	Гигиена кожи.			2
	Практические занятия		2		
	1. Определение гигиенических норм и требований на различных этапах онтогенеза.				
	Самостоятельная работа		4		
	1. Разработать правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.				
Тема 4.3. Физическое воспитание	Содержание учебного материала		2	2	
	1	Воспитание осанки.			2
	2	Предупреждение плоскостопия.			2
	3	Закаливание его виды.			2
	Практические занятия		2		
	1. Выявление основных видов нарушения осанки.				
	Самостоятельная работа		2		
1. Подобрать комплексы физических упражнений и мероприятий для использования на уроках с целью профилактики искривления позвоночника.					
Тема 4.4. Гигиеническая организация среды в	Содержание учебного материала		2	1	
	1	Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу.			1
	2	Гигиенические требования к зданию.			1

начальной школе	3	Гигиенические требования к помещениям школы.		2	
	Практические занятия		2		
	1. Изучение гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу.				
	Самостоятельная работа		2		
Тема 4.5. Основы профилактики инфекционных заболеваний	1. Анализ нормативных документов по обеспечению соблюдения гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников.				
	Содержание учебного материала				
	1	Общие закономерности возникновения, распространения и прекращения инфекционных болезней у детей.			1
	2	Характеристика патогенных микроорганизмов и их изменчивость.			1
	3	Инфекционный процесс и его развитие.			1
	4	Неспецифические факторы защиты, иммунитет, иммунопрофилактика.			2
	5	Основные пути передачи инфекционных болезней.			2
	6	Основы профилактики инфекционных заболеваний.			2
	Практические занятия		2		
	1. Выявление особенностей заболеваний, передающихся воздушно-капельным путём и с фекально-оральном механизмом передачи.				
	Самостоятельная работа		4		
		1. Подбор материала с использованием Интернет-ресурсов для проведения мероприятий по профилактике заболеваний детей.			
		Дифференцированный зачет		2	
Всего:			132		

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, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличия учебного кабинета физиологии, анатомии и гигиены.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплекты учебно-наглядных пособий по разделам дисциплины/модуля;
- учебно-методический комплекс;
- библиотечный фонд.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор;
- проекционный экран;
- интерактивная доска;
- цифровая видеокамера/фотоаппарат;
- колонки и т.д.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Безруких, М.М. и др. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. — М.: Издательский центр «Академия», 2014. — 416 с.

2. Сапин, М.Р., Сивоглазов, В. И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. — 3-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 2012. — 448с.

Дополнительные источники:

1. Безруких, Н. В. Дубровинская, Д. А. Фарбер.— 2-е изд., доп. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд. НПО «МОДЭК», 2014. — 496 с.

2. Безруких, М. М. Психофизиология ребёнка: учебное пособие / М. М. Безруких, М. М. Леворукий ребёнок в школе и дома / М. М. Безруких. -М.: Вентана-Граф, 2013. — 240 с.

3. Белецкая, В. Н. Школьная гигиена / В. Н. Белецкая. - Просвещение, 2012.

4. Гариен, М. Мальчики и девочки учатся по разному: руководство для педагогов и родителей: Пер. с англ. / М. Гариен. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2014. – 301 с.

5. Ермолаев, Ю. А. Возрастная физиология / Ю. А. Ермолаев. - М.: Высшая школа, 2012.

6. Лейтес, Н. С. Возрастная одарённость школьников / Н. С. Лейтес. - М., 2013. – 319 с.

7. Нижегородцева, Н. В. Психолого-педагогическая готовность ребёнка к школе / Н. В. Нижегородцева, В. Д. Шадриков. - М.: Владос, 2013. – 256 с.

8. Практикум по психофизиологической диагностике: учебное пособие для студентов высших учебных заведений - М., Владос. 2013.

9. Прищепа, И.М. Возрастная анатомия и физиология : учеб. пособие / И.М. Прищепа. — Минск : Новое знание, 2006. —416с.

10. Сапин, М. Р. Анатомия и физиология детей и подростков: учеб. пособие для студ. пед. вузов / М. Р. Сапин, З. Г. Брыскин.– 4-е изд. перераб. и доп. - М.: Издательство «Академия», 2013. – 432с.

11. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб . изд.2-е, испр. и доп.- М.: Олимпия Пресс, 2013. – 528 с.

12. Федюкович, Н. И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие. Изд. 2-е. — Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2013. - 416 с.

Интернет-ресурсы

1. <http://alleng.ru/d/bio/bio108.htm>

2. <http://alleng.ru/d/bio/bio002.htm>

3. <http://alleng.ru/d/bio/bio107.htm>

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
ЗНАЕТ:	
Определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	Практическая работа, тестирование
Оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет
Проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
УМЕЕТ:	
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, тестирование, дифференцированный зачет.
Основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Строение и функции систем органов здорового человека;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Основные закономерности роста и развития организма человека;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.

работоспособность, поведение;	
Основы гигиены детей и подростков;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Основы профилактики инфекционных заболеваний;	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.
Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы	Практическая работа, тестирование, дифференцированный зачет.

Разработчики:

ГАПОУ СПО
«Педколледж» г.Орска
(место работы)

Преподаватель первой
квалификационной
категории

Толоконникова Л.В.

Преподаватель

Чегодаева Н.Ю.