

Министерство образования Республики Башкортостан  
ГБПОУ Сибайский педагогический колледж

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОПД.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

Программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности **44.02.02. Преподавание в начальных классах**

Рассмотрено на заседании ПЦК  
естественно-математических дисциплин  
От «21» июня 2016 г.  
Протокол №11

2016 г.

## **Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта по  
специальности

### **44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Организация-разработчик: ГБПОУ Сибайский педагогический колледж

Разработчики:

Пономаренко Л.П., преподаватель биологии и химии.

Рекомендована \_\_\_\_\_

Заключение № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.  
*номер*

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 3</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности

#### **44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Программа учебной дисциплины может быть использована при изучении программ повышения квалификации и переподготовки учителей начальных классов.

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

Общепрофессиональные дисциплины

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

Результатом освоения программы дисциплины является овладение обучающимися профессиональными (ПК) и общими (ОК) 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 задачи
- ПК 2.2 Проводить внеурочные задачи
- 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-методические планы) на основе образовательного учреждения, 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

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;

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;

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 129 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 86 часов;  
самостоятельной работы обучающегося -43 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	129
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	86
в том числе:	
лабораторные занятия	1
практические занятия	29
контрольные работы	8
курсовая работа (проект)	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	43
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
<i>Реферат, домашняя работа, творческая работа .графическая работа</i>	43
<i>Итоговая аттестация – экзамен</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
<b>Раздел 1. Структурно-функциональная организация организма человека</b>		129	
<b>Тема 1.1. Анатомия, физиология и гигиена как науки.</b>	<b>Содержание</b>	8	
	1   Анатомия, физиология и гигиена как науки о строении, функциях и гигиенических особенностях организма.		1
	2   Особенности строения и закономерности развития организма у детей младших классов.		2
	<b>Лабораторные работы:</b> 1. Изучение строения клеток и тканей организма человека.	1	
	<b>Практические занятия:</b> 1. Оценка физического развития человека.	2	
	<b>Контрольные работы</b> 1. Тестовые задания «Строение клеток и тканей».	1	
	<b>Самостоятельная работа</b> 1. Подготовка реферата по теме «Вредное влияние алкоголя, никотина и наркотиков на рост и развитие детского организма».	4	
<b>Тема 1.2. Нервная система и высшая нервная деятельность организма человека.</b>	<b>Содержание</b>	14	
	1   Строение и функции нервной системы. Особенности строения и развития нервной системы у учащихся начальных классов		2
	2   Основы учения о высшей нервной деятельности.		2
	<b>Практические занятия:</b> 2. Работа с моделью головного мозга. 3. Составление и анализ режима дня младших школьников.	7	
	<b>Контрольные работы:</b> 2. Нервная система детей и подростков. Высшая нервная деятельность детей и подростков.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> 2. Составить схему рефлекторной дуги. 3. Составить памятку «Гигиена сна». 4. Дать характеристику личности согласно классификации типов ВНД по И.П. Павлову.	8	
<b>Тема 1.3. Опорно-двигательный аппарат</b>	<b>Содержание</b>	14	
	1   Строение скелета и мышц организма человека.		3
	2   Особенности роста и развития скелета детей и подростков		2

	<b>Практические занятия:</b> 4. Оценка оборудования учебного кабинета	5	
	<b>Контрольные работы:</b> 3. Опорно-двигательный аппарат	1	
	<b>Самостоятельная работа</b> 5. Составить опорный конспект «Типы соединения костей скелета»; зарисовать строение сустава. 6. Подготовка сообщения на тему «Влияние физкультуры и спорта на опорно-двигательный аппарат детей младшего школьного возраста».	6	
<b>Тема 1.4. Сенсорные системы.</b>	<b>Содержание</b>	<b>16</b>	
	1   Общий план строения сенсорных систем.		2
	2   Зрительная сенсорная система. Гигиена органа зрения.		2
	3   Слуховая сенсорная система. Гигиена органа слуха.		2
	4   Особенности строения и функционирования вестибулярной, обонятельной, осязательной, вкусовой сенсорных систем.		2
	<b>Практические занятия:</b> 5. Исследование бинокулярного зрения. 6. Выявление отклонений в цветоощущениях. 7. Измерение остроты слуха.	6	
	<b>Контрольные работы:</b> 4. Тестовые задания «Сенсорные системы»	2	
<b>Самостоятельная работа</b> 7. Зарисовать строение зрительного анализатора и сделать обозначения. 8. Зарисовать строение слухового анализатора и сделать обозначения. 9. Составьте правила гигиены органа слуха.	7		
<b>Тема 1.5. Обмен веществ и энергии</b>	<b>Содержание</b>	<b>16</b>	
	1   Особенности обмена веществ и энергии у учащихся начальных классов.		2
	2   Строение и функции эндокринных желез организма детей и подростков.		2
	3   Особенности строения и функционирования дыхательной системы детей.		3
	4   Строение и функции органов пищеварительной системы.		3
	5   Особенности строения и функционирования выделительной системы.	3	
	<b>Практические занятия:</b> 8. Определение показателей основного обмена веществ 9. Содержание пищевых добавок в продуктах питания	4	
<b>Контрольные работы:</b> 5. Дыхательная, пищеварительная и выделительная системы организма человека	2		



	<b>Самостоятельная работа</b> 10. Составить таблицу «Витамины» и выясните роль витаминов в обмене веществ. 11. Зарисовать строение дыхательной системы человека и сделать обозначения. 12. Зарисовать строение пищеварительной системы человека и сделать обозначения. 13. Зарисовать строение мочевыделительной системы человека и сделать обозначения.	<b>9</b>	
<b>Тема 1.6. Кровь и сердечно-сосудистая система</b>	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	1   Строение элементов крови, состав плазмы крови.		2
	2   Сердечно-сосудистая система детей и подростков		3
	<b>Практические занятия:</b> 10. Измерение частоты пульса в состоянии покоя и нагрузки	<b>4</b>	
	<b>Контрольные работы:</b> 6. Тестовые задания по теме «Кровь. ССС»	<b>1</b>	
<b>Самостоятельная работа</b> 14. Зарисовать схему большого и малого круга кровообращения и сделать обозначения.	<b>4</b>		
<b>Тема 1.7 Инфекционные заболевания и их профилактика</b>	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	1   Инфекционные заболевания, их виды, основы профилактики инфекционных заболеваний.		2
	<b>Самостоятельная работа</b> 15. Подготовка к семинарскому занятию «Проблемы профилактики СПИДа в современном обществе»	<b>2</b>	
<b>Тема 1.8. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу</b>	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	1   Режим дня.		3
	2   Гигиенические требования к уроку и внеучебным занятиям.		2
	3   Гигиенические требования к зданию и помещениям школы		2
	<b>Практические занятия</b> 11. Составление режима дня младшего школьника.	<b>1</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b> 16. Оценка гигиенического состояния учебного кабинета для младших школьников в базовой школе.	<b>3</b>	
Примерная тематика курсовой работы (проекта)		-	
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)		-	
<b>Всего:</b>		<b>129</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:

- Комплект таблиц по анатомии и физиологии человека.
- Комплект барельефных таблиц по анатомии и физиологии человека.
- Комплект микропрепаратов "Анатомия".
- Набор моделей по анатомии человека
- Скелет человека на подставке.
- Торс человека (разборный).

Технические средства обучения:

- Мультимедийный проектор.
- Слайды «Человек и его здоровье».
- Видеокассеты «Анатомия».
- Компьютер.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Основные источники:**

1. Воробьева Е.А., Сафьянникова Е.Б., Губарь А.В. Анатомия и физиология: Учебник Для ССУЗов,— М. : Издательский центр «Академия», 2016.-432 с.
2. Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. Возрастная анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма. 2015, ОИЦ «Академия».- 381 с.

**Дополнительные источники:**

1. Гуровец, Г.В. Возрастная анатомия и физиология. Основы профилактики и коррекции нарушений в развитии детей: Учебник для вузов / Г.В. Гуровец; Под ред. В.И. Селиверстов. - М.: Владос, 2013. - 431 с.

2. Дробинская, А.О. Анатомия и возрастная физиология: Учебник для бакалавров / А.О. Дробинская. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 527 с.
3. Каменская, В.Г. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. / В.Г. Каменская, И.Е. Мельникова. - СПО.: Питер, 2013. - 272 с.
4. Красноперова, Н.А. Возрастная анатомия и физиология / Н.А. Красноперова. - М.: ВЛАДОС, 2012. - 214 с.
5. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. т.2 опорно-двигательная и висцеральные системы: Учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 373 с.
6. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. т.1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: Учебник для СПО / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 447 с.
7. Савченков, Ю.И. Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков): Учебное пособие / Ю.И. Савченков, О.Г. Солдатова, С.Н. Шилов. - М.: ВЛАДОС, 2013. - 143 с.

**Интернет- ресурсы:**

1. <http://www.ebio.ru/>
2. <http://liceum.secna.ru/>
3. <http://biolog188.narod.ru/>

## 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.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
Умение определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Контрольная работа.
Умение применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	- экспертная оценка на практических, лабораторных занятиях и в процессе педагогической практики; - экспертная оценка портфолио работ и документов
Уметь оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском и подростковом возрасте;	-экспертная оценка в процессе педагогической практики.
Уметь проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;	- экспертная оценка в процессе педагогической практики;
Уметь обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;	- экспертная оценка на практических, лабораторных занятиях и в процессе педагогической практики;
Умение учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения при проектировании и реализации образовательного процесса;	- наблюдение и экспертная оценка на практических и лабораторных занятиях, и в процессе педагогической практики; - экспертная оценка портфолио работ и документов;
Основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;	Тестирование.
Основные закономерности роста и развития организма человека;	Анализ практической работы.
Строение и функции систем органов здорового человека;	Тестирование.
Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;	Тестирование.
Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;	Контрольная работа.
Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его	Анализ результатов практической работы.

физическую и психическую работоспособность, поведение;	
Основы гигиены детей и подростков; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	-Тестирование. - экспертная оценка на практических и лабораторных занятиях, в процессе педагогической практики; - экспертная оценка портфолио работ и документов;
Основы профилактики инфекционных заболеваний;	-Оценивание результатов самостоятельной работы студентов.
Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.	-анализ результатов практической работы. - наблюдение и экспертная оценка на практических, лабораторных занятиях и в процессе педагогической практики;