



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ
ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
«АМУРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГПОАУ АО АПК)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебной работе

 Т.Ю. Солопчук

« 31 » августа 2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Специальность: 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Уровень образования: углубленная подготовка

Благовещенск
2020

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 44.02.02 Преподавание в начальных классах утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.10.2014 года № 1353

Организация-разработчик: ГПОАУ АО АПК

Разработчики: Лузина Наталья Владимировна, преподаватель первой квалификационной категории.

Рекомендована предметно-цикловой комиссией общегуманитарных и естественнонаучных дисциплин ГПОАУ АО АПК:

Протокол № 01 от 28 августа 2020г.

Председатель ПЦК:  /Л.В.Прокопова /

Рассмотрена на научно-методическом совете ГПОАУ АО АПК:

Протокол № 01 от «30» августа 2020г.

Председатель НМС:  /С.А.Москвитина

Эксперты от работодателя:

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ «Школа №17
г. Благовещенска»

 И.Ю. Парфёнова

«31» августа 2020 г.

М.п.



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ «Школа №2
г. Благовещенска»

 Т.И. Гамерман

«31» августа 2020 г.

М.п.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего (ППССЗ) звена в соответствии с ФГОС по специальностям (СПО) 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по специальностям: 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего (ППССЗ) звена: Программа по учебной дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», является общепрофессиональной дисциплиной профессионального учебного цикла ППССЗ.

1.3. Цели и задачи дисциплины:

Ознакомить студентов с особенностями строения организма человека, выделить возрастные закономерности в деятельности систем и органов для осуществления будущей педагогической деятельности и прохождения практики

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 заболевания детей;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;
- учитывать особенности физической работоспособности и закономерности её 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 функций 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:

Общие компетенции (ОК):

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

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

Профессиональные компетенции (ПК):

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 класс/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 72 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 48 часов;

самостоятельной работы обучающегося 24 часа.

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)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	48
в том числе:	
лабораторные занятия	
практические занятия	9
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24
В том числе:	-
Подготовка докладов	
Составление конспектов	
Подготовка сообщений	
Подготовка реферата	
Составление режима питания детей	
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачёт</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.	Объем часов	Уровень освоения
1	2		4
Раздел 1.	Морфофункциональная организация организма человека, его развитие.		
Тема 1.1 Морфофункциональная организация организма человека, его развитие.	Содержание учебного материала: 1. Иерархические уровни организации человека. Клетка и её производные. Типы тканей. Закономерности деятельности организма: нервно – гуморальная регуляция, гомеостаз, обмен веществ. Самостоятельная работа: Подготовить сообщения по темам: «Биологическая сущность человека., основные критерии», «Нравственная сущность человека разумного».	1 2	1
Тема 1.2 Периодизация онтогенеза	Содержание учебного материала: 1. Периодизация онтогенеза и его критерии. Основные этапы роста и развития детей. Определение показателей физического роста. Акселерация. Системогенез и гетерохрония. Практическое занятие: Определение антропометрических показателей и оценка физического развития студентов.	1 2	2
Раздел 2.	Строение, функции, возрастные особенности и гигиена систем и аппаратов органов человека.		
Тема 2.1. Опорно – двигательный аппарат	Содержание учебного материала: 1. Значение опорно – двигательного аппарата. Химический состав и строение костей, их соединения. Строение костей скелета. Возрастные особенности скелета. Рост и развитие костей. Мышцы, строение и работа мышц. Профилактика травматизма. Гигиенические требования к оборудованию учебных помещений. 2. Строение опорно – двигательного аппарата. Строение и функции мышц. Практические занятия: 1. Характеристика осанки и определение вида осанки по её классификации; 2. Гигиеническая оценка классной комнаты. Самостоятельная работа: Подготовить доклад с презентацией по теме «Профилактика нарушений осанки. Профилактика плоскостопия»..	1 1 2	2
Тема 2.2 . Значение и отделы нервной системы	Содержание учебного материала: 1. Значение и отделы нервной системы. Типы и свойства нейронов. Рефлекторная дуга и её звенья. 2. Классификация нервной системы. Спинной и головной мозг. Локализация функций в коре головного мозга. 3. Возрастные изменения структуры и функций различных отделов центральной нервной системы Автономная нервная система. 4. Изучение строения головного мозга с использованием муляжей, таблиц, рисунков препаратов головного мозга. Самостоятельная работа: Составить конспект по теме «Структурно – функциональная организация коры головного мозга».	1 2 2 2	2
Тема 2.3 Высшая нервная деятельность	Содержание учебного материала: 1. Учение И.П. Павлова о высшей нервной деятельности. Условные и безусловные рефлексы. 2. Учение о первой и второй сигнальных системах. Типологические особенности В.Н.Д. детей и подростков. Практические занятия:	2 1	2

	1.Изучение физиологической основы внимания, объема внимания. Определение устойчивости внимания и динамики работоспособности; 2. Определение типа В,Н,Д, методом тестирования.	1 1	
	Самостоятельная работа: Составить конспект по теме «Нейрофизиологические основы поведения человека. Определение типа циркадного биологического ритма по изменениям физиологических функций».	2	
Тема 2.4 Классификация и определение сенсорных систем	Содержание учебного материала: 1. Классификация и определение сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Строение глаза. Механизм восприятия зрительных раздражений. Нарушения зрения у детей и их причины. 2. Слуховая сенсорная система. Строение, механизмы передачи и восприятия звука. Влияние шума на организм детей и подростков.	1 1	
	Практические занятия: 1.Оценка естественного и искусственного освещения классной комнаты. 2. Изучение зрительного анализатора.	1 1	2
	Самостоятельная работа: 1. Составить конспект по теме «Кожа. Терморегуляция». 2. Подготовить доклад по теме «Возрастные особенности слухового анализатора».	2	
Тема 2.5 Пищеварение. Возрастные особенности.	Содержание учебного материала: 1. Значение и строение органов пищеварения. Зубы молочные и постоянные, их рост и развитие. Пищеварение в ротовой полости. 2. Пищеварение в желудке и кишечнике. Возрастные особенности секреторной и моторной функций пищеварительного тракта. Гигиена питания. 3.Составление суточного меню для детей и подростков, исходя из: потребности в различных питательных веществах и витаминах; энергетической потребности организма.	1 1 2	2
	Самостоятельная работа: составить режим питания детей с учетом энергетической ценности продуктов питания; анализ режима дня и характера питания.	2	
Тема 2.6 Дыхание. Возрастные особенности.	Содержание учебного материала: 1. Значение и этапы дыхания. Строение дыхательного аппарата и его возрастные особенности. Механизм вдоха и выдоха. 2. Возрастные особенности регуляции дыхания. Гигиена дыхания. Значение правильного ритма дыхания. Особенности микроклимата классной комнаты. 3.Оценка микроклимата классной комнаты. Температурный режим. Влажность. Определение коэффициента аэрации. 4.Исследование состояния сердечно – сосудистой системы: АД, частоты пульса, минутного объема, изменение этих показателей при физической нагрузке.	1 1 2 2	2
	Самостоятельная работа: реферат по теме «О вреде курения». Составить тесты по теме «Физиология крови; Клеточный и гуморальный иммунитет».	2 2	
Тема 2.7 Возрастные особенности кровеносной системы у детей дошкольного возраста	Содержание учебного материала: 1.Значение и состав крови. Физиология крови. Группы крови. Иммуные свойства крови. Возрастные особенности состава крови, иммунных реакций. 2.Строение и работа сердца. Сердечный цикл, фазы работы сердца. Особенности работы сердца у детей. Движение крови по сосудам. 3.Большой и малый круг кровообращения. Профилактика сердечно – сосудистых заболеваний у детей.	1 1 1	2
	Практическое занятие: Разработать план профилактических мероприятий направленных на оздоровление учащихся начальной школы	1	

Тема 2.8 Возрастные особенности желез внутренней секреции	Содержание учебного материала: 1. Понятие об эндокринных железах и гормонах. Взаимодействие нервной и гуморальной регуляции. Строение и функции желез внутренней секреции. Возрастные особенности желез внутренней секреции. Изучение желез внутренней секреции	2	2
	Самостоятельная работа: подготовить доклад с презентацией по теме «Щитовидная железа»	2	
Тема 2.9 Значение и строение органов выделения	Содержание учебного материала: 1. Значение и строение органов выделения. Регуляция мочеобразования и мочевыделения. Профилактика заболеваний почек и мочевого пузыря у детей. 2. Этапы полового созревания.	1	2
	Самостоятельная работа: Выполнить контрольные задания по теме «Половые биологические различия. Строение и функции половой системы».	1	
		2	
Раздел 3	Гигиена учебно – воспитательного процесса в образовательном учреждении.		
Тема 3.1 Психофизиологические основы педагогического процесса	Содержание учебного материала: 1. Психофизиологические основы педагогического процесса. Эмоциональное состояние и стресс в учебном процессе. Понятие о школьной зрелости. Группы здоровья детей. Работоспособность, утомляемость, усталость, переутомление.	2	1
	Самостоятельная работа: Изучить динамику работоспособности. Графически изобразить изменения работоспособности учащегося.	2	
Тема 3.2 Валеологические аспекты организации учебного процесса в школе	Содержание учебного материала: 1. Валеологические аспекты организации учебного процесса в школе. Продолжительность перемен. Продолжительность урока, учебного дня, учебной недели. Режим дня школьника. Основные компоненты режима дня школьника. Организация внеурочного времени школьника. 2. Физиологическое обоснование значения режима для школьника.	2	2
	Самостоятельная работа: сообщения по темам: «Гигиенические требования к работе с компьютером», «Валеологический анализ и составление расписания уроков для начальной школы».	2	
	Зачет по курсу «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».	2	
		1	
		1	
Всего:		72	

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:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- доска для мела,
- программное обеспечение профессионального назначения;
- учебно-методические комплекты по предметам;
- методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов;

Технические средства обучения:

1. Мультимедийная установка

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная источники:

1. Дробинская А. О. Возрастная анатомия и возрастная физиология 2-е изд., пер. и доп. Учебник для академического бакалавриата /А.О. Дробинская.- Научная школа.- Москва : Издательство Юрайт, 2019. 414 с
2. Дробинская А. О. Анатомия и физиология 2-е изд., пер. и доп. Учебник для СПО/ А.О. Дробинская., - Научная школа: [Московский государственный психолого-педагогический университет \(г. Москва\)](#). – 414 с., 2019
3. Завьялова, Т. П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 167 с.
4. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для среднего профессионального образования / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 396 с.

Дополнительная источники:

1. Безруких М.М. и др. Возрастная физиология. – М.: Академия, 2017
2. Сапин М.Р., Брыксина З.Т. Анатомия и физиология детей и подростков. – М.: Изд. центр «Академия», 2017.
3. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. – М.: Риторика, 2016
4. Дыхан Л.Б. и др. Педагогическая валеология. – Ростов – на – Дону: Март, 2015.
5. Петрушин В.И., Валеология. – М.: Тардарики, 2016.

Интернет-источники:

www. Uchportal. Ru – учительский портал, презентации, уроки и тесты для учителя
www. Openlesson. Ru – открытый урок, сайт методических разработок для учителя

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
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; 	<p>Практические занятия</p>
<ul style="list-style-type: none"> -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 заболевания детей; -обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников; -учитывать особенности физической работоспособности и закономерности её изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса. <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены 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 ребёнка на его физическую и работоспособность, 	<p>Тестирование</p> <p>Практические работы</p> <p>Устный и письменный опрос</p> <p>Решение проблемных, нестандартных ситуаций.</p> <p>реферат</p>

<p>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</p>	<p>Реферат</p> <p>Тестирование</p> <p>Практические работы</p>
--	---

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения, № страницы с изменением:	
БЫЛО:	СТАЛО:
Основание:	
Подпись лица, внесшего изменения	