

Ассоциация научно-технических организаций «Уральский профессиональный форум»
Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация
«Современный цифровой колледж при Западно-уральском институте экономики и права»
(АНПО «СЦК при ЗУИЭП»)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
О П.03 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

по специальности
44.02.02 Преподавание в начальных классах

форма обучения: заочная

Вводится с 01.09.2022

Пермь, 2022

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического совета
протокол от «29» июня 2022 г. № 3.

Рабочая программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденного приказом Минобрнауки России от 27.10.2014 № 1353, и является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена АНПОО «СЦК при ЗУИЭП» по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является общепрофессиональной дисциплиной профессионального учебного цикла (ОП).

1.2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной 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 учебной 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 учебной дисциплины обучающийся должен обладать **общими (ОК) и профессиональными (ПК) компетенциями**, включающими в себя способность:

- 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 образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, 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.

2. СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем в часах
Максимальная учебная нагрузка (всего), в том числе:	96
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего), в том числе	6
практические занятия	6
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	90
Промежуточная аттестация (экзамен)	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины **Возрастная анатомия, физиология и гигиена.**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Часы	
		во взаимодействии с педагогом	во взаимодействии с педагогом
1	2		
Раздел 1. Общее знакомство с организмом человека			
Тема 1. Общее знакомство с организмом человека	Основные этапы развития человека. Понятие о клетке. Ткани человека (эпителиальная, соединительная, мышечная и нервная). Органы, системы и аппараты органов: (органы чувств; нервная, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая, мочевыделительная, эндокринная, половая, иммунная системы; опорно-двигательный аппарат). Организм – единое целое. Гуморальная, нервная, нервно-гуморальная регуляции работы организма. Гомеостаз. Адаптация. Стресс. Роль стресса в адаптации организма к изменяющимся условиям окружающей среды.	1	5
	Практическое занятие. Определение биологического возраста. Составить таблицу «Возрастные периоды жизни человека»		1
	Практическое занятие. Факторы среды, способствующие созданию стрессовых ситуаций.		1
	Практическое занятие. Подготовить сообщение «Группы крови»		1
Раздел 2. Системы органов			
Тема 2.1. Нервная система	Значение нервной системы. Общий план строения нервной системы. Нейрон как основная структурная единица нервной системы. Особенности строения нервной ткани. Рефлекс – основной акт нервной деятельности. Рефлекторная дуга. Проведение и передача возбуждения в нервной системе. Структурно-функциональная организация спинного мозга. Возрастные особенности. Структурно-функциональная организация подкорковой области головного мозга. Возрастные особенности. Структурно-функциональная организация коры больших полушарий головного мозга. Возрастные особенности. Вегетативная нервная система. Возрастные особенности	1	6
	Практическое занятие. Изучение строения головного мозга на муляже.		1
	Практическое занятие. Изучение основных безусловных рефлексов человека.		1
	Практическое занятие. Определение индивидуального профиля асимметрии головного мозга.		1
Тема 2.2. Основы учения о высшей нервной деятельности	Роль И.М. Сеченова и И.П. Павлова в развитии учения о ВНД. Безусловные и условные рефлексы. Характеристика условных и безусловных рефлексов. Условия образования условных рефлексов, торможение условных рефлексов. Роль торможения в процессах ВНД. Виды торможения: условное и безусловное. Сон и его значение. Физиологические	1	5

	механизмы сна. Нарушение сна. Память. Учение о типах высшей нервной деятельности. Учение о двух сигнальных системах организма. Нейрофизиологические основы речи. Учение о функциональных системах организма. Особенности ВНД в различные возрастные периоды. Нарушения ВНД ребенка. Негативизм. Детские страхи. Неврозы и их профилактика. Психическое здоровье. Гигиена учебно-воспитательной работы		
	Практическое занятие. Определение объема кратковременной памяти.		1
	Практическое занятие. Теппинг-тест.		1
	Практическое занятие. Подготовить сообщения и презентации к ним: «Физиологические механизмы сна», «Нарушение сна», «Летаргический сон», «Продолжительность сна знаменитых людей»		1
Тема 2.3. Анализаторы (сенсорные системы).	Определение сенсорных систем, их классификация. Структурная и функциональная. Зрительный анализатор, его строение. Оптическая система глаза. Вспомогательные органы глаза. Возрастные особенности зрительного анализатора. Нарушение зрения у детей. Гигиена зрения. Организация рецепторов. Слуховой анализатор, восприятие звука. Вестибулярный анализатор. Возрастные особенности органа слуха и равновесия. Гигиена слуха ребенка. Кожа, строение и функции кожи. Кожный анализатор. Гигиена кожи. Обонятельный и вкусовой анализатор.		6
	Практическое занятие. Определение остроты зрения.		1
	Практическое занятие. Определение цветового восприятия.		1
	Практическое занятие. Определение реакции зрачка на свет.		1
	Практическое занятие. Определение уровня освещенности в аудитории.		1
	Практическое занятие. Определение остроты слуха.		1
	Практическое занятие. Определение болевой, тактильной, температурной чувствительности		1
	Практическое занятие. Проверить работу вкусового анализатора.		1
	Практическое занятие. Проверить работу анализатора обоняния		1
	Практическое занятие. Подготовить индивидуальные сообщения: «Уход за волосами», «Уход за кожей», «Близорукость», «Дальнозоркость».		1
Тема 2.4. Опорно-двигательный аппарат	Общий план строения опорно-двигательного аппарата (ОДА) и его значение. Общее строение скелета. Строение и классификация костей. Соединения костей скелета, классификация суставов. Скелет туловища, головы, конечностей. Строение и функции скелетных мышц, их классификация. Работа и сила мышц. Мышечный тонус и утомление мышц. Возрастные особенности ОДА. Гигиенические требования, выполнение которых реализует правильное формирование скелета и мышечной системы. Первая помощь при повреждении ОДА. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.		6

	Практическое занятие. Антропометрия.		1
	Практическое занятие. Определение показателей физического развития.		1
	Практическое занятие. Осанка. Выявление нарушений осанки.		1
	Практическое занятие. Работа мышечной системы (сила мышц, координация движений). Определение физической работоспособности.		1
	Практическое занятие. Измерить рост, определить вес и другие антропометрические показатели семьи.		1
	Практическое занятие. Разработать план физкультурного занятия с использованием упражнений, обеспечивающих профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата школьников.		1
Тема 2.5. Пищеварительная система	Строение и функции пищеварительной системы. Зубы. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта. Секреторная функция пищеварительных желез. Всасывание. Двигательная функция органов пищеварения. Характеристика основных питательных веществ. Нормы питания. Режим питания. Гигиенические требования к организации питания школьников. Выработка санитарно-гигиенических навыков у детей, связанных с приемом пищи.		6
	Практическое занятие. Рацион питания. Составление суточного меню для детей различного возраста и подростков и их сравнение.		1
	Практическое занятие. Подготовить индивидуальные сообщения: «Витамины», «Авитаминозы у детей», «Диеты».		1
Тема 2.6. Органы дыхания	Строение органов дыхания. Внешнее и внутреннее дыхание, транспорт газов кровью. Механизм вдоха и выдоха. Основные показатели работы дыхательной системы. Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиена органов дыхания. Заболевания органов дыхания, профилактика ОРЗ и ОРВИ, туберкулеза. Основные гигиенические требования к организации воздушного режима школьных помещений		4
	Практическое занятие. Определение основных показателей работы дыхательной системы.		1
	Практическое занятие. Изучение процессов регуляции работы дыхательной системы.		1
	Практическое занятие. Определение наличия дыхания у человека. Подсчет дыхательных движений.		1
	Практическое занятие. Оказание первой помощи при попадании инородных тел в дыхательные пути и остановке дыхания		1
	Практическое занятие. Подготовить исследование на тему «Компоненты табачного дыма».		1
	Практическое занятие. Составить памятку «Профилактика заболеваний ОРЗ, ОРВИ»		1
	Практическое занятие. Составить памятку «Профилактика туберкулеза»		1
	Практическое занятие. Разработать план физкультурного занятия для школьников с		1

	использованием упражнений, обеспечивающих профилактику заболеваний органов дыхания.		
Тема 2.7. Сердечно-сосудистая система.	Сердце. Строение сердца. Работа сердца (автоматизм, возбудимость, проводимость, сократимость). Сердечный цикл. Кровеносные сосуды, их классификация и строение. Сосуды большого и малого круга кровообращения. Движение крови по сосудам. Анатомические места определения пульса. Возрастные особенности работы органов сердечно-сосудистой системы. Методы диагностики работы сердечно-сосудистой системы.	1	4
	Практическое занятие. Определение пульса и артериального давления.		1
	Практическое занятие. Регуляция работы сердца (проба Ашнера)		1
	Практическое занятие. Определение реакции сердечно-сосудистой системы на внешнее воздействие (физическая нагрузка, изменение положения тела).		1
	Практическое занятие. Оказание первой помощи при остановке сердца.		1
	Практическое занятие. Оказание первой помощи при кровотечении.		1
	Практическое занятие. Подготовить индивидуальное сообщение и презентацию: «Пороки сердца у детей».		1
Практическое занятие. Подготовить памятку «Показатели артериального давления и частота сердечных сокращений у детей»		1	
Тема 2.8. Мочеполовой аппарат.	Мочевыделительная система. Почки: строение и функции. Нефрон – морфологическая и функциональная единица почки. Мочевыводящие пути. Механизм образования и выведения мочи. Свойства мочи. Развитие регуляторных механизмов произвольного мочеиспускания. Половая система. Мужские и женские половые органы. Возрастные особенности. Половые клетки. Сперматогенез и овогенез. Овуляция и менструальный цикл.		2
Тема 2.9. Железы внутренней секреции	Железы внутренней секреции. Гормоны: функции, механизм действия, классификация. Важнейшие железы внутренней секреции. Гипофиз, его роль в регуляции роста и деятельности других желез. Щитовидная железа. Возрастные особенности желез внутренней секреции. Болезни эндокринной системы у детей.		2
	Практическое занятие. Подготовить сообщения: «Сахарный диабет», «Ожирение у детей».		1
Тема 2.10. Иммунная система	Иммунитет, классификация. Неспецифические факторы защиты организма. Органы иммунной системы.		2
Дифференцированный зачет		2	
Всего:		6	90
ИТОГО			96

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Реализация программы осуществляется с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий с учетом требований Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденного приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816.

В колледже создана единая электронная информационно-образовательная среда (далее – ЭИОС), представляющая собой совокупность электронных информационных и образовательных ресурсов, информационных и телекоммуникационных технологий, соответствующих технических и технологических средств, обеспечивающая освоение обучающимися образовательных программ или их частей, а также взаимодействие всех субъектов образовательного процесса. Основным элементом ЭИОС – система управления обучением (LMS) «MOODLE», в котором внедрены личный кабинет студента и личный кабинет преподавателя.

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

Основные электронные издания:

Баёва Н.А. Анатомия и физиология детей младенческого и дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Баёва Н.А., Погадаева О.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003.— 72 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64943.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Баёва Н.А. Анатомия и физиология детей школьного возраста [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Баёва Н.А., Погадаева О.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003.— 56 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64942.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Баскаков М.Б. Анатомия и физиология человека. Основы морфологии человека и общей патологии клетки [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО/ Баскаков М.Б.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Профобразование, 2017.— 114 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/66385.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Бельченко Л.А. Физиология человека. Организм как целое [Электронный ресурс]: учебно-методический комплекс/ Бельченко Л.А., Лавриненко В.А.— Электрон. текстовые данные.— Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017.— 232 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65293.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Корнякова В.В. Возрастная анатомия [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Корнякова

В.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012.— 56 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64945.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Красноперова Н.А. Возрастная анатомия и физиология [Электронный ресурс]: практикум/ Красноперова Н.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016.— 216 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72485.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Марысаев В.Б. Атлас анатомии человека [Электронный ресурс]/ Марысаев В.Б.— Электрон. текстовые данные.— Москва: РИПОЛ классик, 2016.— 576 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85563.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Родионова О.М. Лекции по дисциплинам «Экологическая физиология» и «Биология человека». Часть 1 [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Родионова О.М., Глебов В.В.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2012.— 244 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22191.html>.— ЭБС «IPRbooks»

Интернет-ресурсы:

<http://book.ru>

<http://www.anatomy.tj>

<http://www.anatomus.ru>

<http://anatomcom.ru> ru.wikibooks.org/wiki/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения учебной 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</p>	<p>Тестирование Защита методических разработок с использованием здоровозберегающих технологий в педагогической деятельности Защита практических занятий Терминологический диктант Защита памяток по профилактике заболеваний Промежуточная аттестация —</p>

<p>заболеваний детей;</p> <p>обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников;</p> <p>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;</p> <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <p>основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;</p> <p>основные закономерности роста и развития организма человека;</p> <p>строение и функции систем органов здорового человека;</p> <p>физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</p> <p>возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков;</p> <p>влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение;</p> <p>основы гигиены детей и подростков;</p> <p>гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;</p> <p>основы профилактики инфекционных заболеваний;</p> <p>гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.</p> <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен овладеть компетенциями:</p> <p>ОК 3. оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях;</p> <p>ОК 10. осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей;</p> <p>ПК 1.1 определять цели и задачи, планировать уроки;</p> <p>ПК 1.2 проводить уроки;</p> <p>ПК 1.3 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения;</p> <p>ПК 2.1 определять цели и задач внеурочной деятельности и общения планировать</p>	<p>дифференцированный зачет</p>
---	---------------------------------

<p>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 образовательного стандарта примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, 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.</p>	
---	--