

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ИНГУШЕТИ

**Частное профессиональное образовательное учреждение
«Социально-педагогический колледж»**

УТВЕРЖДАЮ

**Директор ЧПОУ «Социально-
педагогический колледж»**

М.М. Оздоев

«24» июня 2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

**программы подготовки специалистов среднего звена
для специальности**

44.02.02 - Преподавание в начальных классах

на базе основного общего образования

Назрань 2022

Рабочая программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» предназначена для организации обучения студентов специальности 44.02.02 - Преподавание в начальных классах по очной форме обучения, разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, для студентов ЧПОУ «Социально педагогический колледж»

Организация-разработчик: Частное профессиональное образовательное учреждение «Социально-педагогический колледж»

Разработчики: Чимхильгова Д.А. преподаватель кафедры

Утверждена на заседании кафедры Педагогики
Протокол № 7 от 20 июня 2022г

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
5. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ.	

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 специальностям СПО.

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 основной профессиональной образовательной программы: дисциплина относится к профессиональному циклу общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения 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 органов 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 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 и функции систем органов здорового человека;
- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- возрастные анатомо-морфологические особенности детей и подростков;
- влияние процессов физиологического созревания и развития ребёнка 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на основании программы дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 141 часов, в том числе:

Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 95 часа;

Самостоятельной работы обучающегося 46 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	141
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	95
в том числе:	
лекционные занятия	55
практические занятия	40
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	32
Итоговая аттестация в форме дифф. зачета	

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	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Возрастная анатомия и физиология		50	
Введение	Предмет, содержание, и задачи дисциплины. Закономерности онтогенеза.	1	1
Тема 1.1. Возрастные особенности и гигиена опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к оборудованию школ.	Содержание учебного материала	5	
	1. Скелет человека. Строение и функции суставов. Изгибы позвоночника, их формирование и функциональное значение. Развитие скелета туловища и конечностей, костей мозгового и лицевого черепа.		2
	2. Мышечная система. Строение и функции мышц. Мышечная масса и сила мышц в различные возрастные периоды. Возрастные особенности быстроты и точности двигательных актов, выносливости. Особенности реакции организма на физическую нагрузку в различном возрасте.		2
	3. Осанка. Нарушение осанки. Деформация грудной клетки. Плоскостопие. Правильная поза при стоянии, сидении, ходьбе. Воспитание правильной осанки у школьников. Необходимость соответствия размеров ученической мебели росту и пропорциям тела. Правила расстановки мебели и рассаживание учащихся в классе.		3
	Лабораторные работы		
	1.		
	Практические занятия	6	
	1. Основные закономерности онтогенетического развития.		
	2. Оценка показателей физического развития по антропометрическим данным и с помощью расчётных формул.		
	Контрольная работа по теме «Возрастные особенности и гигиена опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к оборудованию школ»	1	
Тема 1.2. Анатомия, физиология и гигиена нервной системы, её возрастные особенности.	Содержание учебного материала	2	
	1. Общий план строения нервной системы, нервная ткань и её свойства.		1
	2. Анатомо-физиологические особенности развития ЦНС.		2
	Лабораторные работы		
	1.		
	Практические занятия	4	
	1. Физиология нервной системы.		
Тема 1.3. Рефлекторная деятельность организма. Низшая и высшая нервная деятельность.	Содержание учебного материала	4	
	1. Рефлекс. Классификация рефлексов. Возрастные особенности условно-рефлекторной деятельности. Особенности условного торможения у детей. Возбуждение и торможение. Координация нервных процессов. Принципы рефлекторной деятельности. Безусловные условные рефлексы как основа нервной деятельности (ВНД и ННД).		2
	2. Сигнальные системы действительности. Развитие речи. Межполушарная асимметрия мозга. Развитие и нарушение высшей нервной деятельности.		3

	Лабораторные работы			
	1.			
	Практические занятия		2	
	1.	Исследование высшей нервной деятельности.		
Тема 1.4. Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем	Содержание учебного материала		2	
	1.	Системная организация восприятия внешней информации. Сенсорные системы организма, их классификация. Значение сенсорных систем. Структурная организация сенсорных систем. Роль сенсорного восприятия в раннем детстве. Зрительный анализатор. Слуховой анализатор. Значение и общий план строения кожной, двигательной, обонятельной, вкусовой и вестибулярной сенсорных систем.		2
	Лабораторные работы			
	1.			
	Практические занятия		3	
	1.	Физиология сенсорных систем.		
		Контрольная работа по теме 1.2. – 1.4.	1	
Тема 1.5. Эндокринная система человека.	Содержание учебного материала		1	
	1.	Понятие об эндокринной системе. Развитие эндокринной системы в онтогенезе. Влияние функциональных изменений эндокринной системы подростков на ВНД.		1
	Практические занятия		1	
	1.	Физиология эндокринной системы.		
Тема 1.6. Развитие висцеральных систем на разных возрастных этапах.	Содержание учебного материала		7	
	1.	Анатомия и физиология органов пищеварения. Возрастные особенности органов пищеварения. Гигиена питания.		2
	2.	Возрастные особенности крови. Органы кровообращения. Сердечно-сосудистая система. Возрастные особенности и гигиена сердечно-сосудистой системы.		2
	3.	Возрастные особенности органов дыхания. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений. Возрастные физиологические особенности обмена веществ и энергии. Возрастные особенности органов выделения и кожи.		2
	4.	Половая система. Мужские и женские половые органы. Возрастные особенности мужских и женских половых органов. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребёнка на его психофизическую и психическую работоспособность и поведение.		2
	Лабораторные работы			
	1.			
	Практические занятия		9	
	1.	Питательные вещества и питательные продукты. Гигиена питания.		
	2.	Составление пищевого рациона для детей и подростков различного возраста.		
	3.	Анатомо-физиологические особенности работы сердечно-сосудистой системы.		
	4.	Физиология дыхания.		
	5.	Гигиена отдельных органов и систем.		
		Контрольная работа по теме 1.5. – 1.6.	1	
	Самостоятельная работа: выполнение домашних заданий по разделу 1.		20	

	Внеаудиторная самостоятельная работа: утомление при различных видах мышечной работы и его возрастные особенности. Развитие двигательных навыков, совершенствование координации движения с возрастом. Двигательный режим учащихся. Гиподинамия. Значение физических упражнений в формировании правильной осанки и укрепления свода стопы. Физиолого-гигиеническое обоснование режима дня. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей и подростков. Нейрофизиологические механизмы сна и бодрствования. Гигиена сна. Нормы и объёмы домашних заданий для учащихся разного возраста. Психофизиологические проявления сексуальности детей и подростков. Роль воздушной среды в сохранении здоровья. Гигиена ногтей и волос. Вредные привычки и болезненные пристрастия. Наркотические вещества, алкоголь, никотин, их действие на психику, влияние на потомство. Профилактика.			
Раздел 2. Гигиена и профилактика заболеваний.			14	
Тема 2.1. Гигиенические нормы и требования.	Содержание учебного материала		4	
	1.	Биологические ритмы человека.		1
	2.	Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза.		3
	3.	Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса		3
	Лабораторные работы			
	1.			
	Практические занятия		4	
	1.	Гигиеническая организация внешней среды.		
	2.	Гигиенические основы здорового образа жизни.		
Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний.	Содержание учебного материала		3	
	1.	Основы профилактики инфекционных заболеваний.		2
	Лабораторные работы			
	1.			
	Практические занятия		3	
	1.	Детские инфекционные болезни и их профилактика		
	2.	Хронические детские болезни и их профилактика		
Самостоятельная работа: выполнение исследовательской работы по теме «Анализ гигиенических норм и требований, предъявляемых к зданиям и помещениям образовательных учреждений». Выполнение индивидуального проектного задания по теме «Составление расписания занятий для начальных классов школ с учётом физической работоспособности и закономерностей её изменения в течение различных интервалов времени.			12	

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 осуществляется в кабинете естествознания с методикой преподавания, оборудованном ТСО.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Анатомия человека»;
- объёмные модели органов человека (сердце, скелет человека, головной мозг, скелет черепа);
- плакаты (нервная, сердечно-сосудистая, пищеварительная, дыхательная, мочевыделительная системы);
- лабораторные оборудование (микроскопы, лупы, стетоскопы, тонометры, ростомер и другие).

Технические средства обучения:

- компьютер с программным обеспечением.

3.2. Информационное обеспечение обучения

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

Основные источники:

Дополнительные источники:

1. Курепина М.М., Воккен Г.Г. Анатомия человека, - М.: Просвещение, 2010 г.
2. Курепина М.М., Воккен Г.Г. Анатомия человека (атлас), - М.: Просвещение, 2010 г.

3. Каталог образовательных Интернет-ресурсов. Форма доступа:
<http://biouroki.ru/crossword/anatomiya-fiziologiya-gigiena-cheloveka/>
http://www.rsu.edu.ru/files/e-learning/Belova_Anatomy/
<http://www.vsetabl.ru/index04.htm>
<http://www.anatomus.ru/>
<http://vgpgk.vrn.ru/?q=node/472>
4. Хрипкова А.Г., Антропова М.В, Фарбер Д.А Возрастная физиология и школьная гигиена М. Просвещение, 2010 г.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Умения:	
определять топографическое положение и строение органов и частей тела	практические занятия
применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	практические занятия, домашняя работа
оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие органов человека в детском и подростковом возрасте	практические занятия
проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей	практические занятия
обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете, при организации обучения младших школьников	практические занятия
учитывать особенности физической работоспособности и закономерности её изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации	выполнение индивидуального проектного задания

образовательного процесса	
Знания:	
основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека	контрольная работа, тестирование, домашняя работа
основные закономерности роста и развития организма человека	тестирование, домашняя работа
строение и функции систем здорового человека	тестирование, практические занятия, контрольная работа
физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	тестирование, практические занятия
возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков	тестирование, индивидуальные задания
влияние процессов физиологического созревания и развития ребёнка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	домашняя работа
основы гигиены детей и подростков	контрольная работа, индивидуальные задания
гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	контрольная работа
основы профилактики инфекционных заболеваний	выполнение исследовательской работы
гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы	индивидуальное проектное задание

5. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Адаптация рабочей программы дисциплины проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

Оборудование учебного кабинета для самостоятельной работы обучающихся для обучающихся с различными видами ограничения здоровья.

Оснащение кабинета *самостоятельной работы обучающихся* в соответствии с п. 3.1. должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинет должен быть оснащен оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеоувеличителей для удаленного просмотра, использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ незрительного доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижной регулируемой партой

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

Информационное и методическое обеспечение обучающихся

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п. 3. рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

Для лиц с нарушениями зрения (не менее одного вида):

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (не менее одного вида):

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутического спектра, нарушение психического развития) (не менее одного вида):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Вовремя самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица

с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Применяемые при реализации рабочей программы дисциплины формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся.

Целью текущего контроля является своевременное выявление затруднений и отставания, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.