

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

**Методические рекомендации
по практическим занятиям**

ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Специальность:
44.02.02 Преподавание в начальных классах
(заочное отделение)

Квалификация выпускника: учитель начальных классов с дополнительной подготовкой в области иностранного (английского/немецкого) языка
(углублённая подготовка)

ПРИНЯТО:

Предметной (цикловой) комиссией
общеобразовательных,
общегуманитарных, социально-
экономических, математических и
естественно-научных дисциплин
колледжа

Протокол № 1
от «31» августа 2021 г.

Председатель предметной (цикловой)
комиссии


(подпись)

Н.Х. Федорова
(ФИО)

Разработчик:

Преподаватель ГЭК НовГУ



(подпись)

Л.А. Лунёва
(ФИО)

« 31 » августа 2021 г.

Пояснительная записка.....	Стр. 4
Тематический план и содержание учебной дисциплины	Стр.5
Содержание практических занятий.....	Стр. 11
Практическое занятие№1 Составление таблицы по теме «Характеристика возрастных периодов развития детей дошкольного возраста».....	Стр. 11

1. Пояснительная записка

Методические рекомендации по практическим занятиям, являющиеся частью учебно-методического комплекса по дисциплине ОП.03 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» составлены в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности СПО 44.02.02 Преподавание в начальных классах.
2. Рабочей программой учебной дисциплины
3. Локальными актами НовГУ.

Методические рекомендации включают 1 практическое занятие, предусмотренные рабочей программой учебной дисциплины в объёме 2 часов.

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;

Тематический план и содержание дисциплины

Таблица 3 – Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Введение	Содержание учебного материала	1	1,2,3
	Место человека в органическом мире. Биосоциальная природа человека. Понятие о целостном организме человека как единой целостной открытой системе. Понятие об уровнях организации живого организма: клеточном, тканевом, органном, системном, организменном. Клетка - структурная и функциональная единица организации живого организма.		
	Самостоятельная работа №1 Подготовка конспекта на тему: Механизмы, обеспечивающие взаимодействия органов и целостность организма: гуморальная и нервная регуляция физиологических функций.	6	
Раздел 1. Организм человека биологически целостная саморегулирующаяся система		2	1,2
Тема 1.1 Закономерности роста и развития организма человека.	Содержание учебного материала	-	
	Индивидуальное развитие организма человека. Определение понятий рост и развитие организма, их взаимосвязь. Понятия биологический и хронологический возраст. Неравномерность темпов роста и развития как предпосылка периодизации этапа созревания. Схемы возрастной периодизации. Гетерохронность роста и развития органов и систем организма - естественнонаучная основа гигиенического нормирования деятельности детей и подростков. Обусловленность процессов роста и развития генетическими и средовыми факторами		
	Практическое занятие №1 Составление таблицы по теме «Характеристика возрастных периодов развития детей школьного возраста».	2	
Раздел 2. Нервная и гуморальная регуляция физиологических функций		31	1,2,3
Тема 2.1 Нервная система	Содержание учебного материала	2	
	Строение и функции нервной системы. Возбудимость и возбуждение. Биоэлектрические явления. Проводимость.		

	Рефлекторная деятельность нервной системы. Торможение в центральной нервной системе. Развитие нервной системы. Центральная нервная система. Спинной мозг; его строение и функции. Возрастные особенности спинного мозга. Головной мозг. Строение и функции его основных отделов. Возрастные особенности основных отделов головного мозга. Периферическая нервная система		
	Самостоятельная работа №2 Строение и функции нервной системы. Спинной мозг; его строение и функции. Возрастные особенности спинного мозга. Головной мозг. Строение и функции его основных отделов. Возрастные особенности основных отделов головного мозга. Периферическая нервная систем. Изучение материала по учебнику, таблицам, рисункам. Выполнение теста.	6	
Тема 2.2 Высшая нервная деятельность.	Содержание учебного материала	1	1,2,3
	Понятие о ВНД. Характеристика безусловных и условных рефлексов. Условия образования условных рефлексов и современные представления об их физиологических механизмах. Роль торможения в процессах высшей нервной деятельности. Особенности высшей нервной деятельности человека. Интегративная деятельность мозга - основа целостной деятельности организма.		
	Самостоятельная работа №3 Составление конспекта по теме «Структурно - функциональная организация коры больших полушарий».	6	
Тема 2.3 Сенсорные системы. Анализаторы.	Содержание учебного материала	1	1,2,3
	Морфофункциональная организация анализаторов.		
	Самостоятельная работа №4 Строение анализаторов (Зрительный анализатор. Строение и функции глаза. Основные заболевания и повреждения глаза и их профилактика Слуховой анализатор. Строение органа слуха. Основные заболевания органа слуха и их профилактика. Органы равновесия, мышечного и кожного чувства, обоняния и вкуса.) Изучение материала по учебнику, таблицам, рисункам. Выполнение теста.	8	
Тема. 2.4 Эндокринная система	Содержание учебного материала	1	1,2,3
	Значение эндокринной системы. Свойства гормонов. Структурно-функциональная организация эндокринной системы. Понятие о гипер- и гипофункции желез внутренней секреции.		

	Показатели гормонального статуса эндокринной системы организма в оценке состояния здоровья и физиологических резервов. Значение желез внутренней секреции и их гормонов в различные возрастные периоды развития детей. Роль гормонов в двигательной активности детей, адаптации к учебным нагрузкам и памяти.		
	Самостоятельная работа №5 Составление таблицы «Гипер- и гипосекреции эндокринных желез».	6	
Раздел 3.Анатомо-физиологические особенности систем органов.		40	
Тема 3.1 Опорно-двигательная система	Содержание учебного материала	-	1
	Самостоятельная работа №6 Изучение материала по учебнику. Морфофункциональная организация опорно-двигательного аппарата. Химический состав и строение костей. Строение и свойства скелетных мышц. Основные группы мышц. Изменения с возрастом показателей функциональных свойств мышц. Написание сообщений по темам: Гигиена опорно – двигательной системы Строение скелета человека и его возрастные особенности развития. Утомление и восстановление работоспособности. Изменения с возрастом показателей функциональных свойств мышц. Понятие об осанке. Физиолого-гигиенические требования к осанке.	6	
Тема 3.2 Внутренняя среда организма. Кровь. Кровообращение.	Содержание учебного материала	1	1
	Внутренняя среда организма. Гомеостаз. Значение сердечно - сосудистой системы. Состав и свойства крови. Свертывание крови. Группы крови. Понятие об иммунитете. Кровообращение. Органы кровообращения. Сердце, его расположение, строение и работа. Регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы.		
Тема 3.3 Иммунная система.	Содержание учебного материала	-	1
	Органы кроветворения и иммунной системы. Центральные и периферические органы иммунной системы. Лимфатическая система. Специфические и неспецифические факторы иммунной защиты. Возрастные особенности функционирования иммунной системы.		
Тема 3.4 Дыхательная система	Содержание учебного материала	-	1,2,3
	Самостоятельная работа №7 Схема и принципы организации дыхательной системы. (Значение и типы дыхания. Схема и принципы	6	

	организации дыхательной системы. Механизмы дыхательных движений. Регуляция дыхания. Развитие органов дыхания у детей. Голос и речь. Адаптация дыхательной системы к различным нагрузкам.) Изучение материала по учебнику, таблицам, рисункам. Выполнение теста.		
	Самостоятельная работа №8 Составление памятки для родителей «Профилактика заболеваний дыхательной системы в детском возрасте».	6	
Тема 3.5 Пищеварительная система	Содержание учебного материала	-	1
	Самостоятельная работа № 9 Схема и принципы организации пищеварительной системы. (Питание и пищеварение. Значение питания и пищеварения. Схема и принципы организации пищеварительной системы. Пищеварение в полости рта. Зубы молочные и постоянные, их рост и развитие. Уход за зубами. Пищеварение в желудке и кишечнике. Всасывание. Роль печени в процессах пищеварения и всасывания. Защитная функция печени. Особенности строения и функционирования пищеварительного аппарата в детском возрасте. Изучение материала по учебнику, таблицам, рисункам. Выполнение теста.	7	
Тема 3.6 Обмен веществ и энергии.	Содержание учебного материала	1	1,2,3
	Обмен веществ и энергии и гомеостаз - основное условие жизни и здоровья. Метаболизм, этапы метаболизма. Обмен белков, жиров, углеводов, воды и минеральных веществ. Витамины, и их роль в обмене веществ. Значение витаминов в процессе роста и развития ребенка. Основные авитаминозы детей и меры по их профилактики. Особенности обмена в детском возрасте.		
	Самостоятельная работа №10 Подготовка конспекта по теме «Витамины».	6	
Тема 3.7 Выделение. Мочевыделительная система.	Содержание учебного материала	1	1
	Органы выделения. Схема и принципы организации мочевыделительной системы. Строение почки. Механизм мочеобразования и мочевыделения. Регуляция мочевыделения. Особенности мочевыделительной системы у детейшкольного возраста.		
Тема 3.8 Кожа	Содержание учебного материала	-	1
	Самостоятельная работа №11 Изучение материала по учебнику. Значение и строение кожи человека. Особенности строения кожи детей разного возраста. Роль кожи в терморегуляции. Гигиена кожи.	6	

	Составление беседы для родителей по теме « Гигиена кожи детей»		
Раздел 4. Гигиеническое воспитание и санитарно-просветительная работа.		12	
Тема 4.1. Гигиена среды образовательных учреждений	Содержание учебного материала	-	1
	Самостоятельная работа №12 Изучение документа Сан ПиН 2.4.1.3049-13. Подготовить сообщение по теме « Гигиеническая оценка школьных учреждений»	6	
Тема 4.2. Методы гигиенического воспитания и санитарно-просветительной работы в образовательных учреждениях.	Содержание учебного материала	-	1
	Самостоятельная работа №13 Изучение методов гигиенического воспитания и санитарно-просветительной работы в школьных учреждениях. Разработка мероприятия для санитарно-просветительной работы в образовательных учреждениях (по выбору студента)	6	
Итого		92	

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)

Содержание практических занятий

Раздел 1.Закономерности роста и развития организма человека

.Практическое занятие№1(2ч.) Составление таблицы по теме «Характеристика возрастных периодов развития детей дошкольного возраста».

Цель:

-научить студентов давать характеристику возрастных периодов развития по предложенному плану

студенты должны знать: основные периоды развития детей дошкольного возраста

студенты должны уметь: использовать различные тексты учебников, для характеристики возрастных периодов развития, осуществлять систематизацию и обобщение.

Теоретические положения.

План характеристики.

№	Название периода, возраст	Особенности возрастных периодов развития детей дошкольного возраста

Задания.

1. Изучить по учебникам характеристики возрастных периодов развития детей дошкольного возраста.
2. Дать характеристику возрастным периодам развития детей дошкольного возраста.
3. Заполнить таблицу.

Выполнение работы:

1. Определение темы и цели занятия
2. Уточнение теоретических положений
3. Выполнение практических заданий
4. Написание отчёта о работе
5. Анализ своей деятельности
6. Итоги занятия

Результаты работы:

Заполненная таблица.

Критерии оценки:

Оценка «5» - таблица заполнена аккуратно, в полном объеме, информация отображена верно, приведены правильные примеры;

Оценка «4» - таблица содержит 1-2 неточности или недостаточно полная информация по отдельным пунктам таблицы;

Оценка «3» -таблица выполнена неаккуратно, содержит многочисленные неточности;

Оценка «2»- таблица выполнена небрежно, имеются многочисленные ошибки, информация отображена неверно.

Информационное обеспечение обучения

Основная литература:

Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для среднего профессионального образования / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 447 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6227-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477855> (дата обращения: 28.08.2021).

Дополнительная литература:

Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 414 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00684-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471142> (дата обращения: 28.08.2021).

Лист внесения изменений в методические рекомендации по практическим занятиям

№	Номер и дата распорядительного документа о внесении изменений	Дата внесения изменений	Содержание изменений	Ф.И.О. лица, ответственного за изменение	Подпись
1	Протокол Методического совета №1 от 02.09.2022 г.	30.08.2022	Методические рекомендации по практическим занятиям актуальны на 2022 год	Лунёва Л.А.	