

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СВЕТЛОГРАДСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»



Директор ГБПОУ СПК
В.Н. Черниговский
«28» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА
специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Светлоград, 2019

ОДОБРЕНА:

На заседании ПЦК
естественно-эстетических
дисциплин
Протокол № от 28.08. 2019 г.

Председатель ПЦК

_____ Горбатенко Н.А.

Составлена в соответствии с примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 1353 от 27-10- 2014 г. ФГАУ «ФИРО»)

Заместитель директора

по учебной работе _____ Е.А. Зорина

Организация-разработчик:

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Светлоградский педагогический колледж»

Разработчик: Романенко Г.Л.

Рецензент: Зорина Елена Александровна – зам.директора по УВР,
_____ кандидат педагогических наук

Рецензия

на программу учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, реализуемой в условиях ГБПОУ СПК

Программа дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» составлена в соответствии с примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 1353 от 27-10-2014 г. ФГАУ «ФИРО»)

В программе отражены важнейшие задачи, стоящие перед будущим преподавателем начальных классов, в понимании закономерностей роста и развития детей и подростков, формирование основ здорового образа жизни, гигиенических принципах.

Основная идея курса - охрана и укрепление здоровья человека, современные здоровьесберегающие технологии.

В основе содержания программы лежит системный подход. Усиление целостности курса в старшей школе, достигается за счёт рассмотрения общих закономерностей, проявляющихся в развитии органов и систем органов.

Интеграция знаний на основе системного подхода и идеи сохранения и укрепления здоровья человека, позволит повысить воспитательный потенциал курса, осуществить последовательное развитие фундаментальных понятий.

Тематический план составлен в соответствии с требованиями, конструктивно и логично автор представляет тематику самостоятельно-практических работ, сопровождая их выполнение рекомендациями по использованию основной и дополнительной литературы.

Данная программа, составленная Романенко Г.Л., может быть рекомендована к использованию при изучении дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

Рецензент: Зорина Елена Александровна кандидат педагогических наук

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» предназначена для изучения в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», и в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17 марта 2015 г. № 06-259).

Содержание программы учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» направлено на достижение следующих целей:

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» предназначена для изучения особенностей роста и развития детей, в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», и в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17 марта 2015 г. № 06-259).

В соответствии с концепцией профильного обучения естественно-научные дисциплины занимают важное место в ряду предметов общекультурной направленности, обязательных для освоения на базовом уровне в старшей школе. Согласно Государственному стандарту среднего (полного) общего образования по естествознанию, цели курса формулируются следующим образом:

Содержание программы учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» направлено на достижение следующих целей:

- Освоение знаний о современной анатомии и физиологии детского организма и методах изучения строения и функции детского организма, знакомство с наиболее важными идеями и достижениями знаний и умений с целью сохранения и укрепления здоровья детей младшего школьного возраста

- Овладение умениями применять полученные знания для применения гигиенических знаний, с целью сохранения и укрепления здоровья детей младшего школьного возраста
- Развитие интеллектуальных, творческих способностей и критического мышления в ходе проведения простейших исследований, анализа явлений, восприятия и интерпретации естественнонаучной информации
- Воспитание убежденности в познаваемости мира и возможности использования достижений естественных наук для развития цивилизации;

Программа по Возрастной анатомии, физиологии и гигиене составлена с учётом требований к уровню подготовки выпускников СПО.

В основе содержания программы лежит системный подход. Усиление целостности курса достигается за счёт рассмотрения общих закономерностей, проявляющихся в строении и развитии организма человека.

Интеграция знаний на основе системного подхода и идеи гигиенического подхода, позволяет повысить воспитательный потенциал курса, осуществлять последовательное развитие фундаментальных общебиологических понятий: организм, системы органов и систем, посредством нейрогуморальной регуляции устранить фрагментарность знаний.

Во введении рассматриваются основные живые системы и присущие им общие признаки, значение таких наук как анатомия, физиология и гигиена и формирование основ здорового образа жизни.

В дальнейшем на уровне каждой системы прослеживаются их основные признаки: обмен веществ и энергии, целостность, взаимосвязь структуры и функции, связь со средой.

На базовом уровне программы особое внимание уделено содержанию, лежащему в основе формирования основных понятий в сохранении и укреплении здоровья ребенка и взрослого человека.

Данная программа составлена с учётом достижений современной науки.

Содержание программы способствует умениям:

Характеризовать (описывать) основные уровни организации живой природы;

- основные системы органов и систем детей и подростков;
- нейрогуморальная регуляция организма человека;
- общий план строения нервной системы, функции нервной системы, гигиена нервной системы детей и подростков,
- энергетический и пластический обмен, их значение,
- роль ферментов в обмене веществ;
- основные органы и системы человека и их развитие,
- закономерности роста и развития организма человека, половые различия в процессе роста и развития,
- закономерности и принципы сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
для специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах

№№ пп	Наименование разделов и тем	Максим. нагрузка	Кол-во аудиторных часов			Сам.вне ауд. работа сту- дентов
			всего	лекции	лаб./прак	
	ВВЕДЕНИЕ	2	2	2		
	РАЗДЕЛ 1. Основные закономерности роста и развития детей Тема 1.1. Влияние процессов физиологического созревания ребенка на его физическое и психическое поведение и работоспособность	8	4	2	2	2
	РАЗДЕЛ 2. Развитие систем регуляции организма	34	18	14	6	16
	Тема 2.1. Регулирующие системы организма, их взаимодействие. Нейрогуморальная регуляция	6	6	2	4	4
	Тема 2.2. Значение нервной системы. Общий план строения нервной системы	2	2	2		-
	Тема 2.3. Нейрон. Строение и свойства нервной ткани	2	2	2	-	-
	Тема 2.4. Анатомия, физиология, гигиена ЦНС	2	2	2	-	3
	Тема 2.5. Рефлекс как основная форма нервной деятельности	2	2	2		3
	Тема 2.6. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения	14	2	2	-	6
	Тема 2.7. Координация функций в организме	6	4	2	2	-
	РАЗДЕЛ 3. Интегративная деятельность мозга и человека	21	14	8	6	7
	Тема 3.1. Условно-рефлекторная основа ВНД. И.М. Сеченов и И.П. Павлов – основоположники учения о ВНД	2	2	2	-	-

	Тема 3.2. Рефлекторный характер речевой деятельности. Две сигнальные системы	6	2	2	-	4
	Тема 3.3. Утомление и переутомление	9	6	2	4	3
	Тема 3.4. Нейрофизиологические механизмы сна и бодрствования	4	4	2	2	-
	РАЗДЕЛ 4. Строение и функции систем органов здорового человека	43	32	16	16	11
	Тема 4.1. Возрастные и анатомо-физиологические особенности сенсорных систем	2	2	2	-	-
	Тема 4.2. Зрительный анализатор	2	2	2	-	-
	Тема 4.3. Слуховой анализатор	7	4	2	2	3
	Тема 4.4. Возрастные и анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы	4	4	2	2	-
	Тема 4.5. Возрастные и анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы	14	10	2	8	4
	Тема 4.6. Возрастные и анатомо-физиологические особенности дыхательной системы	6	6	2	4	-
	Тема 4.7. Возрастные и анатомо-физиологические особенности эндокринной системы	6	2	2	-	4
	Тема 4.8. Возрастные и анатомо-физиологические особенности мочеполовой системы	2	2	2	-	-
	РАЗДЕЛ 5. Обмен веществ и энергии	10	4	2	2	4
	Тема 5.1. Анаболизм и катаболизм. Возрастные особенности обменных процессов	4	4	2	2	4

	РАЗДЕЛ 6. Основы гигиены детей и подростков	10	8	2	6	2
	ИТОГО	128	85	47	38	42

ОДЕРЖАНИЕ КУРСА

ВВЕДЕНИЕ

Анатомия, физиология, гигиена как наука, изучающая организм человека. Возрастная анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста связь с другими биологическими науками. Значение анатомии, физиологии, гигиены для педагогики, психологии, медицины, физического воспитания.

Организм человека как единое целое. Ткани. Органы. Системы органов. Организм – саморегулирующая система. Обмен веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция. Внутренняя среда. Гомеостаз. Саморегуляция. Регуляция функций в организме.

Некоторые анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста.

Внеаудиторные занятия:

Возрастная периодизация

РАЗДЕЛ 1. Закономерности роста и развития детей

Тема 1.1. Влияние процессов физиологического созревания ребенка на его физическое и психическое поведение и работоспособность

Организм человека как единое целое. Ткани. Органы. Системы органов. Организм – саморегулирующая система. Обмен веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция. Внутренняя среда. Гомеостаз. Саморегуляция. Регуляция функций в организме.

Некоторые анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста. Закономерности роста и развития организма ребенка. Пропорции тела на разных этапах развития. Гетерохрония, ее значение. Возрастная периодизация. Влияние среды и наследственности на рост и развитие организма. Акселерация. Причины акселерации.

Практические занятия:

Определение показателей антропометрического развития

РАЗДЕЛ 2. Развитие систем регуляции организма

Тема 2.1. Регулирующие системы организма, их взаимодействие. Нейрогуморальная регуляция

Регулирующие системы организма, их взаимодействие. нервная и эндокринная системы. Нейрогуморальная регуляция. Значение нервной системы.

Внеаудиторные работы:

Нейрогуморальная регуляция

Тема 2.2. Значение нервной системы. Общий план строения нервной системы

Нервная система человека. Общий план строения нервной системы. центральная нервная система, ее функции. Периферическая нервная система. Значение, работа. Общий план строения и развития нервной системы. Спинной мозг. Общий план строения и функции спинного мозга.

Тема 2.3. Нейрон. Строение и свойства нервной ткани

Нейрон структурная единица нервной ткани. Виды нейронов. Нервные волокна. Мякотные, безмякотные нервные волокна. Скорость проведения нервного импульса по нервному волокну. Рефлекс как основная форма нервной деятельности. Анатомия, физиология, гигиена ЦНС. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения.

Тема 2.4. Анатомия, физиология, гигиена ЦНС

Спинной мозг. Общий план строения спинного мозга. Возрастные особенности спинного мозга, функции.

Головной мозг, строение и отделы головного мозга. Возрастные особенности структуры и функций органов нервной системы.

Тема 2.5. Рефлекс как основная форма нервной деятельности

Рефлекс как основная форма ВНД человека. Рефлекторная дуга, рефлекторное кольцо. Типы рефлексов. Классификация рефлексов.

Тема 2.6. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения

Раздражение. типы раздражителей. Нервный импульс специфический раздражитель. Возбуждение, торможение. Свойства нервной ткани. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения. Координация функций в организме.

Внеаудиторные работы:

Возрастные особенности и функции органов нервной системы

Взаимодействие процессов возбуждения и торможения

РАЗДЕЛ 3. Интегрированная деятельность мозга человека

Тема 3.1. Условно-рефлекторная основа ВНД. И.М. Сеченов и И.П. Павлов – основоположники учения о ВНД

Условно-рефлекторная деятельность человека. ВНД. Общие свойства нервной системы. Рефлекторный характер нервной деятельности. две сигнальные системы. Рефлексы. Рефлекторная дуга. Типы рефлексов. Эмоции. Мотивации. Память, ее механизм. Среда жизнедеятельности человека. Здоровье человека. Биологические ритмы. Природа биологических ритмов. Стресс, его стадии. Биологические часы. Использование биоритмологии в воспитательной работе с детьми.

Утомление и переутомление. Факторы, способствующие развитию утомления. Проявление утомления.

Переутомления, его симптомы и последствия. Адаптация. Адаптация ребенка к школе. Типы высшей нервной деятельности детей, их свойства.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ: Определение объема памяти.

Внеаудиторные работы:

Утомление и переутомление

Условно-рефлекторная основа ВНД

Тема 3.2. Рефлекторный характер речевой деятельности.

Две сигнальные системы

Две сигнальные системы человека. Слово как раздражитель второй сигнальной системы. Рефлекторный характер речевой деятельности человека. развитие речи детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Внеаудиторные работы:

Динамический стереотип

Тема 3.3. Утомление и переутомление

Гигиена нервной системы человека. Утомление, переутомление. Причины утомления, профилактика утомления и переутомления. Причины утомления и режим дня школьника

Тема 3.4. Нейрофизиологические механизмы сна и бодрствования

Принципы построения режима дня младшего школьника. Соблюдение режима дня. Сон. Фазы сна. Сон причины и продолжительность. Сон в режиме дня школьника. Сновидения.

Практические работы:

Составление расписания уроков для начальной школы

РАЗДЕЛ 4. Строение и функции систем органов здорового человека

Тема 4.1. Возрастные и анатомо-физиологические особенности сенсорных систем

Учение И.П. Павлова о сенсорных системах. Свойства рецепторов. Взаимодействие анализаторов. Возрастные и анатомо-физиологические особенности сенсорных систем человека. Значение и роль анализаторов. Взаимодействие сенсорных систем – интегративная функция ЦНС и ВНД человека. Гигиена анализаторов.

Тема 4.2. Зрительный анализатор

Зрительный анализатор. Строение глаза. Оптическая система глаза. Бифокальное зрение. Световоспринимающий аппарат глаза. Возрастные особенности зрительных рефлекторных реакций.

Гигиена зрения. Близорукость и дальнозоркость. Гигиенические требования к учебникам и тетрадям. Профилактика неинфекционных болезней глаз.

Тема 4.3. Слуховой анализатор

Слуховой анализатор, его основные функции. Орган слуха, его строение. Возрастные особенности слухового аппарата.

Вестибулярный аппарат. Гигиена слуха. Острота слуха. Влияние шума на слух. Слабослышимость у детей. работа с детьми с ослабленным слухом.

Обонятельный, вкусовой и кожный анализаторы. Значение опорно-двигательного аппарата. Скелет и его функции. Свойства, состав и строение костей. Рост костей. Соединение частей скелета. Общий обзор скелета человека. Первая помощь при несчастных случаях.

Внеаудиторные работы:

Возрастные и анатомо-физиологические особенности сенсорных систем

Тема 4.4. Возрастные и анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы

Мышечная система. Общие сведения о мышцах. Строение мышц. Сократимость как основное свойство мышц. Мышечный тонус. Развитие движений у детей. Основные группы мышц. Утомление мышц и его причины. Причина повышенной утомляемости мышц у детей. Работа мышц. Роль физического труда и физической культуры, в развитии двигательного аппарата у детей. Осанка. Значение физической культуры в развитии двигательного аппарата. Гигиена опорно-двигательного аппарата.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «Характеристика осанки школьника»

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ « Гигиеническая оценка мебели классной комнаты. Гигиенические требования к школьно-письменным принадлежностям».

Внеаудиторные работы:

Свойства, состав и строение костей

Основные группы мышц

Гигиена опорно-двигательного аппарата

Тема 4.5. Возрастные и анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы

Внутренняя среда организма. Значение внутренней среды организма. Кровь. Плазма крови. Клеточные элементы крови. Тканевая жидкость и лимфа. Возрастные особенности состава крови. Физиология крови. Свертывание крови. Группы крови. Переливание крови. Резус-фактор. Иммуитет, его виды.

Кровообращение. Лимфообращение. Значение крово- и лимфо- обращения. Органы кровообращения. Круги кровообращения. Сердце. Возрастные изменения сердца. Фазы работы сердца. Ритм работы сердца. Автоматия работы сердца. Регуляция работы сердца. Электрические явления в сердце.

Движение крови по сосудам. Движение крови и лимфы в организме. Непрерывность движения крови. Причины движения крови по сосудам. Кровяное давление. Скорость движения крови. Регуляция кровообращения.

Нарушения деятельности сердечнососудистой системы. Причины нарушения сердечнососудистой системы у детей. Понятие о врожденных и приобретенных пороках сердца. Ревматизм. Профилактика сердечнососудистых заболеваний у детей младшего школьного возраста. Влияние курения на сердечнососудистую систему. Меры первой помощи при нарушении кровообращения.

Тема 4.6. Возрастные и анатомо-физиологические особенности дыхательной системы

Значение и функции органов дыхания. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Строение органов дыхания. Дыхательные движения. Возрастные особенности легочной вентиляции. Акт дыхания. Частота дыхания. Глубина дыхания. Минутный объем. Жизненная емкость легких. Типы дыхания. Состав вдыхаемого, выдыхаемого и альвеолярного воздуха. Связывание кислорода и углекислого газа кровью. Регуляция дыхания. Дыхательный центр. Нервные и гуморальные влияния на дыхательный центр. Рефлекторная регуляция дыхания. Гигиена дыхания. Гигиенические требования к воздуху. Значение дыхания через нос. Химический состав воздуха. Чистота воздуха. Вентиляция. Ионизация воздуха. Температурный режим воздуха. Возрастные особенности голосового аппарата. Голосообразование. Гигиена голосового аппарата на уроках пения. Предупреждение голосовых расстройств.

Заболевания органов дыхания. Значение свежего воздуха для детского организма. Влияние курения на органы дыхания. Меры первой помощи при отравлении угарным газом и удушье.

Внеаудиторные работы:

Личная гигиена школьника

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ . «Нервная и гуморальная регуляция дыхания».
«Гигиена дыхания».

Внеаудиторные работы:

Возрастные и анатомо-физиологические основы эндокринной системы

Тема 4.7. Возрастные и анатомо-физиологические особенности эндокринной системы

Классификация желез организма. Железы внутренней секреции. Их роль в жизнедеятельности организма. Понятие о гормонах. Значение гормонов. Гормоны как фактор гуморальной регуляции. Влияние гормонов на рост и развитие организма.

Щитовидная железа. Гормоны щитовидной железы. Действие гормонов паращитовидных желез на организм.

Гипофиз. Гормоны гипофиза, их воздействие на организм. Вилочковая железа. Ее роль в развитии организма человека.

Железы смешанной секреции. Поджелудочная железа. Инсулин, его действие на организм человека. Половые железы. Гормоны и половое созревание.

Заболевания, связанные с нарушением деятельности желез внутренней секреции. Профилактика эндокринных заболеваний.

Внеаудиторные работы:

Возрастные и анатомо-физиологические основы эндокринной системы

Заболевания, связанные с нарушением деятельности желез внутренней секреции

Тема 4.8. Возрастные и анатомо-физиологические особенности мочеполовой системы

Органы выделения человека. Функции выделительной системы. Анатомия и физиология почек человека. Общий план строения мочеполовой системы. Нефрон – структурная единица почек. Образование первичной и вторичной мочи. Гигиена мочеполовой системы. Частые заболевания, профилактика заболеваний. Энурез.

РАЗДЕЛ 5. Обмен веществ и энергии

Тема 5.1. Анаболизм и катаболизм. Возрастные особенности обменных процессов

Обмен веществ и энергии – основа процессов жизнедеятельности организма. Обмен веществ между организмом и окружающей средой. Ассимиляция и диссимиляция. Понятие об основном обмене веществ. Зависимость обмена веществ от характера деятельности младшего школьника. Основные энергетические процессы в организме. Регуляция обмена веществ. Обмен энергии. АТФ – аккумулятор и переносчик энергии в клетке. Возрастные особенности энергетического обмена.

Обмен белков, жиров, углеводов в организме. Роль белков в обмене веществ. Биологическая ценность белков пищи. Особенности обмена жиров в организме. Обмен углеводов. Роль углеводов в организме. Обмен минеральных веществ и воды, их роль в питании. Витамины. Основные группы витаминов. Авитаминоз и гиповитаминоз.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «Определение показателей основного обмена».

Внеаудиторные работы:

Обмен минеральных веществ и воды

РАЗДЕЛ 6. Основы гигиены детей и подростков

Физиология деятельности и адаптации организма. Гигиеническая оценка учебно-воспитательного процесса и внеклассной работы. Индивидуальный подход. Содержание обучения. Методы и принципы преподавания. Внеклассная работа. Гигиенические основы учебных занятий. Гигиенические требования к организации умственного труда школьников. Гигиенические требования к урокам в школе. Физиологическое обоснование сна. Патологический сон. Гигиена сна, организация сна. Продолжительность сна. Бессонница и нервность у детей.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «Санитарное обследование школы».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «Гигиена воды и водоснабжения».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «Микроклимат классной комнаты».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «Санитарная карта жилой комнаты».

.

.

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основная литература:

1. Безруких М.М., Сонькин В.Д., Фарбер Д.А.. Возрастная физиология (физиология развития ребенка). - М., Академия, 2014
2. Габович С.Н.. Гигиена. - М., Медицина, 2013
3. Сердюковская Г.Н.. Гигиена детей и подростков. – М., Медицина, 2013
4. Колесов Д.В., Мат Р.Д.. Основы санитарии и гигиены. – М., Просвещение, 2014
5. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней. – М., Академия, 2013
6. Матюшонок М.Т. Анатомия, физиология и гигиена детей младшего школьного возраста. – М., Просвещение, 2013г
7. Назарова Е.Н. Возрастная анатомия, физиология и гигиена (5 –е издание)учебник. АКАДЕМИЯ 2016г.

Дополнительная литература:

7. Петришина О.Л., Попова Е.П. Анатомия, физиология и гигиена детей младшего школьного возраста. – М., Просвещение, 2014
8. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека. – М., Академия, 2014
9. Сапин М.П., Брыксина З.Г. Анатомия и физиология детей и подростков. – М., Академия, 2014
10. Соковня-Семенова И.И. Основы физиологии и гигиены детей и подростков. – М., Академия, 2013
11. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология. – М., Просвещение, 1978.

Интернет – ресурсы.

1. www.prosv.ru/Attachmnt.aspx?Id=9835 (УМК «Школа России»)
2. <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=223> (сайт «Федеральный государственный образовательный стандарт»)
3. [http:// www. School.edu.ru](http://www.School.edu.ru) –Российский образовательный портал
4. <http://www.ptdlib.ru/> педагогическая библиотека

5. <http://www.inter-pedagodika.ru>- сайт создан для преподавателей, родителей и студентов.

1. Анатомия, физиология, гигиена как науки, изучающие организм человека. Возрастная анатомия, физиология и гигиена детей и подростков.
2. Гигиена кожи. Заболевания кожи. Гигиена кожи
3. Организм человека как единое целое. Ткани, органы, системы органов.
4. Закаливание. Значение закаливания и его естественные факторы.
5. Внутренняя среда организма. Гомеостаз. Саморегуляция. Регуляция функций в организме.
6. Принципы закаливания. Закаливание воздухом, водой. Противопоказания к закаливанию.
7. Нейрон структурная единица нервной ткани Строение и функции нейрона.
8. Обмен веществ и энергии в организме. Значение обмена веществ
9. Нервная система. Значение нервной системы.
10. Профилактика нарушения зрения у детей.
11. Значение опорно-двигательного аппарата. Скелет и его функции. Соединение костей скелета.
12. Обмен белков, жиров и углеводов в организме.
13. Правила рационального питания. Значение белков в организме ребенка
14. Профилактика заболеваний слухового анализатора. Гигиена.
15. Нейрогуморальная регуляция организма.
16. Витамины. Основные группы витаминов. Авитаминоз и гиповитаминоз.
17. Роль физического труда и физической культуры в развитии двигательного аппарата.
18. Классификация желез организма. Железы внутренней секреции, их роль в жизнедеятельности организма.
19. Осанка. Гигиена опорно-двигательного аппарата.
20. Гормоны, значение гормонов. Свойства гормонов.
21. Эндокринная система. Общая характеристика.
22. Гигиена школьно – письменных принадлежностей.
23. Общий план строения нервной системы.
24. Влияние курения и употребления алкоголя на органы пищеварения.
25. Значение и функции органов дыхания. Значение дыхания для жизнедеятельности организма.
26. Гипофиз. Гормоны гипофиза, их действие на организм.
27. Гигиена дыхания. Гигиенические требования к воздуху. Состав воздуха. Температурный режим воздуха.
27. Железы смешанной секреции. Поджелудочная железа, ее роль в организме.
28. Заболевания органов дыхания. Значение свежего воздуха для детского организма. Влияние курения на органы дыхания.
29. Половые железы. Гормоны и половое созревание.
30. Меры первой помощи при отравлении угарным газом и удушьем.
31. Значение и роль анализаторов. Строение анализатора. Свойства рецепторов.
32. Внутренняя среда организма. Значение внутренней среды организма. Кровь ее функции в организме.
33. Зрительный анализатор. Бинокулярное зрение. Аккомодация. Значение. Профилактика заболеваний.
34. Учение о ВНД. Типы ВНД. Особенности педагогической деятельности с детьми разных типов ВНД.
35. Гигиена зрения. Близорукость и дальнозоркость. Профилактика
36. Нервное волокно. Строение и функции, типы нервных волокон. Проведение нервного импульса по нервному волокну.
37. Гигиенические требования к школьно-письменным принадлежностям.
38. Рефлекс как основная форма нервной деятельности. Типы рефлексов.
39. Слуховой анализатор, его основные функции. Строение органа слуха. Профилактика заболеваний.
40. Общий план строения нервной системы. Значение
41. Гигиена слуха. Влияние шума на слух. Слабослышимость у детей.
42. Условные рефлексы. Значение и выработка условных рефлексов в учебной деятельности.
43. Обонятельный, вкусовой и кожный анализаторы. Значение, общий план строения.
44. Нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы, причины нарушения у детей. Врожденные и приобретенные пороки сердца.
45. Высшая нервная деятельность человека. Рефлексы. Типы рефлексов.
46. Сенсорные системы организма человека. Общий план строения. Значение.
47. Утомление, переутомление, причины и профилактика.
48. Меры первой помощи при нарушении кровообращения.
49. Возбуждение, торможение в центральной нервной системе.
50. Выделительная система. Значение.
51. Плоскостопие. Причины. Профилактика.
52. Слуховой анализатор. Строение, значение, возрастные особенности.