

БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж»

**Методические рекомендации
по выполнению самостоятельной работы**

по учебной дисциплине
Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Специальность 44.02.01 Дошкольное образование

*Автор-составитель:
Смирнова Э.А.*

**Вологда
2015**

Учебная дисциплина **Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

Общие требования к самостоятельным работам, результаты которых представляются в печатном виде

Текст печатается шрифтом Times New Roman, размер – 14; междустрочный интервал – 1,5; абзацный отступ – 1,27; поля: по левому краю – 3 см, правому – 1,5 см, по верхнему и нижнему краю – 2 см. Размер текста в таблицах – 12.

Ссылки на используемую литературу приводятся в квадратных скобках – проставляется номер в соответствии со списком литературы, например: [7]. Ссылки на несколько источников из списка проставляются в квадратных скобках через запятую: [7, 13, 15]. В случае цитирования указываются не только номер источника из списка литературы, но и страницы, на которых изложен используемый материал. Номер источника и номер страницы разделяются знаком «точка с запятой», например: [7; 39].

Список литературы оформляется в полном соответствии с библиографическими требованиями; составляется в строгом алфавитном порядке авторов и названий работ, которые написаны коллективом авторов.

Раздел 2. Общие закономерности роста и развития детей.

Тема 2.1. Индивидуальное развитие организма

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 1 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 1

У1 определять топографическое расположение и строение органов и частей тела

Знание 1

З1 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

Содержание задания:

Заполнение таблицы в рабочей тетради:

Органоиды животной клетки		
Органоид	Строение	Функции
Ядро и ядрышко		
Цитоплазма		
Митохондрии		
Эндоплазматическая сеть		
Комплекс Гольджи		
Рибосомы		
Лизосомы		

Критерии оценивания:

Полнота и правильность заполнения таблицы, краткость и четкость формулировок, отсутствие биологических ошибок.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Тема 2.2. Основные закономерности роста и развития детей

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Знания 1, 2

З1 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;

32 основные закономерности роста и развития организма человека

Содержание задания:

Заполнение таблицы «Особенности развития эмбриона».

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Раздел 3. Развитие систем регуляции организма

Тема 3.2. Нервная регуляция функций

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 0,5 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 1

У1 определять топографическое расположение и строение органов и частей тела

Знание 1, 3

З1 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

З3 строение и функции систем органов здорового человека

Содержание задания

Выполнение рисунка нейрона в рабочей тетради с использованием материала учебника.

Критерии оценки:

Правильность и аккуратность, соблюдение требований к педагогическому рисунку.

Рекомендуемые источники:

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 0,5 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 1

У1 определять топографическое расположение и строение органов и частей тела

Знание 1, 3

З1 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

З3 строение и функции систем органов здорового человека

Содержание задания

Выполнение рисунка синапса в рабочей тетради с использованием материала учебника.

Критерии оценки:

Правильность и аккуратность, соблюдение требований к педагогическому рисунку.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Раздел 4. Морфофункциональные особенности сенсорных систем организма детей

Тема 4.1. Морфофункциональные особенности сенсорных систем организма детей

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умения 3

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

Знания 1, 3, 4, 8

31 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;

33 строение и функции систем здорового человека

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

Содержание задания

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по теме «Морская болезнь: причины и профилактика».

Критерии оценки:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Раздел 5. Нейрофизиологические аспекты поведения детей.

Тема 5.1. Формы поведения

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 1 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Знание 1, 4

31 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

Содержание задания

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по вопросу «Инстинкты и их роль в жизнедеятельности».

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 1 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

Знание 1, 4

31 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

Содержание задания

Подбор примеров разных видов торможения условных рефлексов с использованием материала учебника: внешнее торможение (запредельное, встреча двух возбуждений), внутреннее торможение (дифференцировка, запаздывание, угасание, условный тормоз).

Критерии оценивания:

Правильность и содержание примеров, осознанное применение знаний, использование примеров из профессиональной сферы.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Тема 5.2. Поведение как результат интегративной деятельности мозга

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

Знание 4, 5, 6

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

35 возрастные анатомо-физиологические особенности детей

36 влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение

Содержание задания

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по вопросу «Этапы развития речи у детей».

План конспекта:

1. Понятие второй сигнальной системы. Слово как сигнал сигналов.
2. Функции речи (коммуникативная, регулирующая, программирующая).
3. Особенности обучения человека языку. Критический период для обучения.
4. Развитие речи у детей (условные рефлексы на первом году жизни, слова интеграторы 1-го, 2-го, 3-го порядка, подражательный рефлекс в формировании речи, изменение словарного запаса с возрастом).

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

Знание 4, 5, 6

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

35 возрастные анатомо-физиологические особенности детей

36 влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение

Содержание задания

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по вопросу «Профилактика нарушений ВНД у детей».

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

План конспекта:

1. Неадекватное поведение детей:
 - 1.1. Формы неадекватного поведения детей.
 - 1.2. Причины возникновения неадекватного поведения детей.
 - 1.3. Методы ликвидации форм неадекватного поведения.
2. Неврозы у детей:
 - 2.1. Формы неврозов.
 - 2.2. Лечение и профилактика неврозов.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Тема 5.3. Биологические ритмы

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

Знание 4, 7, 8

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

Содержание задания

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Гигиена сна» и составление памятки с правилами, которые следует соблюдать для сохранения здорового сна.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Раздел 6. Опорно-двигательный аппарат детей. Гигиенические требования к оборудованию образовательных учреждений

Тема 6.1. Опорно-двигательный аппарат детей. Гигиенические требования к оборудованию образовательных учреждений

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 1 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

Знания 7, 8

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

Содержание задания

Проведение практической работы №11 «Определение наличия плоскостопия».

Ход работы

Испытуемый встает мокрыми босыми ногами на лист чистой бумаги. Получившийся отпечаток обводят карандашом или раскрашивают краской (фломастером). Далее сравнивается полученный отпечаток с рисунком (возьмите у преподавателя).

Форма отчетности

Сравните полученный отпечаток с рисунком. Сделайте вывод о наличии плоскостопия. Письменно ответьте на вопросы: 1. Каковы причины плоскостопия? 2. Каковы последствия плоскостопия для работы организма? 3. Каковы меры профилактики плоскостопия у детей?

Критерии оценивания:

Методическая правильность выполнения практической работы, правильно сделанные выводы, полнота и правильность ответов на вопросы.

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3, 5

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

У5 обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания дошкольников

Знания 7, 8, 10

З7 основы гигиены детей

З8 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

З10 гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям ДОО

Содержание задания

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по вопросу «Гигиенические требования к зданию и помещениям ДОО».

План конспекта:

1. Требования к зданию ДОО:
 - 1.1. Гигиенические требования к размещению здания;
 - 1.2. Гигиенические требования к территории ДОО;
 - 1.3. Гигиенические требования к планировке здания ДОО;
2. Требования к оборудованию помещений ДОО:
 - 2.1. Оборудование раздевальной;
 - 2.2. Оборудование групповых комнат;
 - 2.3. Оборудование спален;
 - 2.4. Оборудование туалетных.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

Раздел 7. Морфофункциональные особенности вегетативных систем. Гигиена.

Возрастные особенности систем Тема 7.1. Кровь и кровообращение

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 1 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Знание 1, 4

З1 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

З4 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

Содержание задания:

Изучение строения и функций клеток крови и заполнение таблицы в тетради:

Клетки крови				
Группа клеток	Строение	Функции	Количество в 1 мл крови	Место образования клеток
1. Эритроциты				
2. Лейкоциты				
3. Тромбоциты				

Критерии оценивания:

Полнота и правильность заполнения таблицы, краткость и четкость формулировок, отсутствие биологических ошибок.

Рекомендуемые источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 2

У2 применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности

Знание 1, 4, 5, 7

З1 основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека

З4 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

З5 возрастные анатомо-физиологические особенности детей

З7 основы гигиены детей Содержание задания

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по вопросу «Иммунитет, аллергия и анафилаксия у детей».

План конспекта:

1. Понятие неспецифической и специфической защиты, иммунитет, антигены и антитела.
2. Виды иммунитета (естественный (врожденный и приобретенный) и искусственный (активный и пассивный)).
3. Понятие и признаки аллергии у детей.
4. Понятие, признаки и меры первой помощи при анафилактическом шоке.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

2. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Тема 7.2. Возрастные особенности дыхательной системы

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 2, 3, 4, 5

У2 применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

У4 проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;

У5 обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания дошкольников

Знания 7, 8, 9, 10

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

39 основы профилактики инфекционных заболеваний

310 гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям ДОО

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Профилактика инфекционных заболеваний у детей» и составление памятки с правилами.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала, владение понятийным аппаратом.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умение 3, 5

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

У5 обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания дошкольников

Знания 7, 8, 9, 10

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

310 гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям ДОО

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Гигиенические требования к микроклимату в помещении» и составление памятки с правилами.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Тема 7.3. Возрастные особенности системы органов пищеварения

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умения 3, 5

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

У5 обеспечивать соблюдение гигиенических требований в группе при организации обучения и воспитания дошкольников

Знания 7, 8

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Кишечные инфекции у детей и их профилактика» и составление памятки с правилами.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Тема 7.4. Обмен веществ энергии. Питание. Гигиена питания

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Знание 3, 4

33 строение и функции систем органов здорового человека

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы и составление конспекта по вопросу «Роль воды в организме».

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Самостоятельная работа 2.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Знание 3, 4

33 строение и функции систем органов здорового человека

34 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Признаки недостатка витаминов в организме. Профилактика авитаминозов» и заполнение таблицы:

Признаки недостатка витаминов в организме. Профилактика авитаминозов		
Витамин	Признаки недостатка витамина в организме	Продукты питания, богатые витамином
Жирорастворимые витамины		
Витамин А		
Витамин Д		
Витамин Е		
Водорастворимые витамины		
Витамин С		
Витамин В ₁		
Витамин В ₆		
Витамин В ₁₂		

Критерии оценивания:

Полнота и правильность заполнения таблицы, краткость и четкость формулировок, научность информации, отсутствие биологических ошибок.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.
2. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для СПО / А.О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 414с.

Тема 7.5. Возрастные особенности системы выделения

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умения 3, 4

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

У4 проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей

Знания 7, 8

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Профилактика заболеваний мочевыделительной системы у детей» и составление памятки с правилами.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста /

В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.

Тема 7.6. Теплорегуляция организма ребёнка. Гигиенические требования к одежде и обуви

Самостоятельная работа 1.

Время на выполнение – 2 час.

Умения и знания, сформированность которых проверяется

Умения 3, 4

У3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека в детском возрасте

У4 проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей

Знания 7, 8

37 основы гигиены детей

38 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза

Содержание задания:

Изучение дополнительной литературы по вопросу «Профилактика кожных заболеваний» и составление памятки с правилами.

Критерии оценивания:

Содержание материала, полнота, логичность и четкость изложения, степень осознанности материала.

Рекомендуемые источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста / В.В. Голубев. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 240с.