

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»  
(ЧОУ ВО «СПИ»)**



**УТВЕРЖДАЮ**  
Проректор по УВР  
*П.Ф.Зубаилова*  
«*29*» *мая* 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.05 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»**

**для специальности**

**44.02.02 Преподавание в начальных классах**

**Квалификация: Учитель начальных классов**

**Форма обучения - заочная**

**Дербент 2023**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

Организация-разработчик: Частное образовательное учреждение высшего образования «Социально-педагогический институт» (ЧОУ ВО СПИ).

**Разработчик:**

Преподаватель ПЦК ЕСЭд  
(занимаемая должность)

В.С. Алиметова  
(степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК  
Естественных и  
социально-экономических дисциплин

«29» мая 2023 г., протокол № 10

Председатель ПЦК к.э.н., доцент Г.Г.Гамидов  
(степ., инициалы, фамилия)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>9</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>19</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>21</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.05 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

**1.1. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** Дисциплина ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена относится к общепрофессиональным дисциплинам и входит в общепрофессиональный учебный цикл.

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

В результате программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются:

### 1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 1	Педагогическая деятельность по проектированию, реализации и анализу процесса обучения в начальном общем образовании
ПК 1.1	Проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных образовательных программ начального общего образования
ПК.1.2	Организовывать процесс обучения обучающихся в соответствии с санитарными нормами и правилами
ПК.1.3	Контролировать и корректировать процесс обучения, оценивать результат обучения обучающихся
ПК.1.4	Анализировать процесс и результаты обучения обучающихся
П.К.1.5	Выбирать и разрабатывать учебно-методические материалы на основе ФГОС и примерных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
ПК.1.6	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования с позиции эффективности их применения в процессе обучения
ПК.1.7	Выстраивать траекторию профессионального роста на основе результатов анализа процесса обучения и самоанализа деятельности
ПК.1.8	Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

### 1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Владеть навыками	проектирования (определения цели и задач, подбор содержания урока, определения методов, приемов и средств для достижения поставленной цели и реализации задач) урока в соответствии с требованиями, предъявляемыми к современному уроку; формирования универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных); организации проектно-исследовательской деятельности обучающихся; организации учебного процесса с учетом своеобразия социальной
------------------	---

ситуации развития первоклассника;  
регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды на учебных занятиях;  
соблюдения правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики на учебных занятиях;  
применения методов и приемов развития мотивации учебно-познавательной деятельности на уроках по всем предметам;  
организации обучающей деятельности учителя;  
организации познавательной деятельности обучающихся, в том числе экспериментальной, исследовательской, проектной;  
организации различных форм учебных занятий;  
соблюдения правил техники безопасности и санитарно-эпидемиологических требований при проведении учебных занятий;  
диагностики универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных);  
диагностики предметных результатов;  
организации и осуществления контроля и оценки учебных достижений обучающихся, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися;  
наблюдения, анализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями начальных классов;  
разработки предложений по совершенствованию и коррекции процесса обучения;  
анализа образовательных программ начального общего образования;  
применения учебно-методических материалов для реализации образовательных программ;  
разработки учебно-методических материалов для реализации образовательных программ с учетом их целесообразности, соответствия программному содержанию и возрасту обучающихся;  
ведения документации, обеспечивающей организацию процесса обучения;  
анализа передового педагогического опыта, методов, приемов и технологий обучения обучающихся;  
систематизации педагогического опыта в области обучения обучающихся;  
оценки эффективности применения образовательных технологий в обучении обучающихся;  
построения траектории профессионального роста на основе результатов анализа эффективности процесса обучения обучающихся и самоанализа деятельности;  
организации и проведения индивидуальной развивающей работы с детьми с особыми потребностями в образовании в соответствии с их индивидуальными особенностями;  
проведения диагностики и оценки учебных достижений обучающихся с учетом их особенностей;  
составления индивидуальной педагогической характеристики обучающегося;  
организации образовательного процесса на основе непосредственного общения с каждым ребёнком с учётом его особых образовательных потребностей;  
применения современных личностно-ориентированных технологий в процессе обучения

Уметь	<p>определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей методики преподавания учебного предмета, возраста, класса, индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся и в соответствии с современными требованиями к уроку (дидактическими, организационными, методическими, санитарно-гигиеническими нормами);</p> <p>формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста;</p> <p>проектировать процессобучения на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерных образовательных программ;</p> <p>проектировать программы развития универсальных учебных действий;</p> <p>проектировать проектно-исследовательскую деятельность в начальной школе;</p> <p>проектировать процесс обучения с учетом преемственности между уровнями образования;</p> <p>проектировать процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <p>проводить учебные занятия на основе системно-деятельностного подхода; использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности, обучающихся на уроках с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся;</p> <p>использовать современные возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования;</p> <p>применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>создавать педагогически целесообразную атмосферу на уроке (система взаимоотношений, общее настроение);</p> <p>проводить педагогический контроль на учебных занятиях;</p> <p>осуществлять отбор контрольно-измерительных материалов;</p> <p>применять различные формы и методы диагностики результатов обучения;</p> <p>оценивать образовательные результаты;</p> <p>анализировать учебные занятия;</p> <p>анализировать и интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся;</p> <p>разрабатывать и реализовывать рабочие программы учебных предметов, курсов на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;</p> <p>находить и анализировать методическую литературу, ресурсы сетевой (цифровой) образовательной среды, необходимые для организации образовательного процесса;</p> <p>оценивать качество учебно-методических материалов для организации образовательного процесса с точки зрения их целесообразности, соответствия программному содержанию и возрасту обучающихся;</p> <p>разрабатывать учебно-методические материалы для проведения учебного занятия;</p> <p>разрабатывать и оформлять в бумажном и электронном виде планирующую и отчетную документацию в области обучения;</p> <p>находить и использовать методическую литературу, ресурсы сетевой</p>
-------	---

	<p>(цифровой) образовательной среды, необходимые для организации процесса обучения обучающихся;</p> <p>систематизировать полученные знания в ходе изучения передового педагогического опыта в организации обучения обучающихся;</p> <p>применять и оценивать эффективность образовательных технологий, используемых в начальной школе в процессе обучения обучающихся;</p> <p>анализировать эффективность процесса обучения;</p> <p>осуществлять самоанализ при организации образовательного процесса;</p> <p>осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся;</p> <p>проектировать траекторию профессионального роста;</p> <p>разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде;</p> <p>разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся;</p> <p>планировать и организовывать учебно-познавательную деятельность обучающихся с особыми потребностями в образовании;</p> <p>осуществлять педагогическое сопровождение и педагогическую поддержку детей с особыми образовательными потребностями;</p> <p>осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик;</p> <p>понимать документацию специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.);</p> <p>осуществлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическое сопровождение освоения основных общеобразовательных программ начального общего образования</p>
Знать	<p>требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерные основные образовательные программы начального общего образования и примерных адаптированных основных образовательных программ начального общего образования;</p> <p>сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности;</p> <p>преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования;</p> <p>содержание основных учебных предметов начального общего образования в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы;</p> <p>методик преподавания учебных предметов начального общего образования;</p> <p>основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;</p> <p>способы достижения планируемых результатов освоения программы начального общего образования;</p> <p>способы выявления и развития способностей, обучающихся через урочную деятельность, в том числе с использованием возможностей иных образовательных организаций, а также организаций, обладающих ресурсами, необходимыми для реализации программ начального общего</p>

образования, и иных видов образовательной деятельности, предусмотренных программой начального общего образования; специфика обучения детей с особыми образовательными потребностями; способы организации проектно-исследовательской деятельности обучающихся;

основные принципы деятельностного подхода;

правила техники безопасности и санитарно-эпидемиологические требования при организации процесса обучения; правила охраны труда и требования к безопасности образовательной среды;

дидактика начального общего образования;

основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития ребенка младшего школьного возраста, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;

современные образовательные технологии, в том числе информационно-коммуникационные;

возможности цифровой образовательной среды при реализации образовательных программ начального общего образования;

основы организации учебной проектно-исследовательской деятельности в начальной школе;

основы контрольно-оценочной деятельности учителя начальных классов; критерии оценивания и виды учета успеваемости обучающихся; требования к учебным занятиям;

требования к результатам обучения обучающихся;

пути достижения образовательных результатов;

педагогические и гигиенические требования к организации обучения на учебных занятиях

структура рабочих программ учебных предметов и учебно-методических комплектов для осуществления образовательного процесса по основным образовательным программам начального общего образования;

требования к структуре, содержанию и оформлению планирующей и отчетной документации, обеспечивающей преподавание в начальных классах.

требования к учебно-методическим материалам, применяемым в начальной школе для организации обучения;

способы систематизации и оценки педагогического опыта с позиции эффективности его применения в процессе обучения обучающихся;

способы анализа и оценки эффективности образовательных технологий в процессе обучения обучающихся;

критерии эффективности применения педагогического опыта и образовательных технологий в обучении обучающихся;

способы анализа и самоанализа профессиональной обучающей деятельности;

способы проектирования траектории профессионального роста;

способы осуществления деятельности в соответствии с выстроенной траекторией профессионального роста;

образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся;

основы психодидактики, поликультурного образования, закономерности поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях;



	<p>специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; основы построения коррекционно- развивающей работы с детьми, имеющими трудности в обучении; особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>
--	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>16</b>
в том числе:	
лекционные занятия	6
практические занятия	8
консультация	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>86</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>6</b>
Промежуточная аттестация в форме экзамен	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Организм человека биологически целостная саморегулирующаяся система</b>		<b>8</b>	
Тема 1.1. Общий обзор организма человека. Возрастная периодизация жизни человека.	<b>Лекционные занятия:</b> 1. Роль анатомии, физиологии и гигиены в ряду наук, значение изучения данных, научное определение учебной дисциплины «Анатомия», «Физиология», «Гигиена». 2. Название и сущность физиологических процессов, составляющих жизнедеятельность человека. 3. Характеристика организма человека как целостной биологической системы и социального существа. 4. Периоды внутриутробного развития. Возрастные периоды жизни и их особенности	4	ОК 08
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1. Выполнение антропометрических измерений и оценивание показателей физического развития детей и подростков.	2	
<b>Раздел 2. Нервная система</b>		<b>10</b>	
Тема 2.1 Общая характеристика строения и деятельности нервной системы. Спинной мозг. Головной мозг.	<b>Лекционные занятия:</b> 1. Значение нервной системы. Особенности строения нервной ткани, ее развитие. 2. Классификация нервной системы человека. 3. Деятельность нервной системы (виды нейтронов, рефлекторная дуга, синапс, медиаторы). 4. Виды рефлексов, центр рефлекса 5. Строение спинного мозга (сегменты, функции, проводящие пути, оболочки)	2	ОК 08

	6.Топография, строение и функции отделов головного мозга, оболочки мозга.		
Тема 2.2. Физиология центральной нервной системы.	<b>Практические занятия:</b> 1.Универсальные процессы нервной деятельности (торможение и возбуждение). Виды нервной деятельности ( высшая и низшая, вегетативная сенсорная, двигательная, психическая). 2.Соматическая и вегетативная рефлекторная дуга. Образование спинномозговых нервов. Нервные сплетения: топография, область иннервации шейного, плечевого, пояснично – крестцового сплетения. 3.Расположение центров симпатической части вегетативной нервной системы. 4.Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы.	4	
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1.Заполнение таблиц «Функции отделов головного мозга». 2.Описать топографию отделов головного мозга с характеристикой строения и их функций. 3.Объяснить принцип деятельности нервной системы, используя схему «рефлекторная дуга»	4	
<b>Раздел 3. Высшая нервная деятельность.</b>		<b>10</b>	
Тема 3.1 Особенности ВНД человека. Условные рефлексы	<b>Практическое занятие:</b> 1.Павловский метод изучения высшей нервной деятельности. 2.Сравнение условных и безусловных рефлексов. 3.Торможение условных рефлексов	4	ОК 08

<p>Тема 3.2 Типы высшей нервной деятельности.</p>	<p><b>Самостоятельная работа</b>  1.Классификация типов ВНД.  2.Пластичность типов ВНД у детей.  3.Построение индивидуального профиля биологических ритмов сна и бодрствования. 4.Составление методических рекомендаций к гигиенической организации сна.  <b>Тематика самостоятельной работы:</b>  1.Воля и эмоции  2.Память  3.Мышление  4.Внимание</p>	<p>6</p>	
<p><b>Раздел 4. Сенсорные системы</b></p>		<p><b>8</b></p>	
<p>Тема 4.1. Система управления в организме. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, вкусовая, обонятельная.</p>	<p><b>Самостоятельная работа:</b>  1.Общий план строения анализатора. Особенности клеточного строения периферического (воспринимающего) аппарата органов чувств.  2.Строение зрительного анализатора, вспомогательного аппарата глаза. Зрение. 3.Гигиена зрения. Строение слухового анализатора и вестибулярного аппарата, их деятельность.  4.Строение и значение органов вкуса и обоняния. Гигиена анализаторов. Охарактеризовать зрительный, вкусовой, слуховой, обонятельный анализаторы по схеме: периферический отдел, проводниковый отдел, корковый отдел.</p>	<p>4</p>	<p>ОК 08</p>
	<p><b>Самостоятельная работа</b>  1.Определение остроты слуха студента  2.Определение выносливости вестибулярного аппарата студента  <b>Тематика самостоятельной работы:</b>  1.Оказание первой помощи при глазных травмах,  2.Влияние шумов на здоровье человека,  3.Влияние табакокурения на вкусовую сенсорную систему</p>	<p>4</p>	
<p><b>Раздел 5. Опорно–двигательный аппарат.</b></p>		<p><b>8</b></p>	

<p>Тема 5.1. Скелет и мышечная система.</p>	<p><b>Самостоятельная работа:</b>  1.Заполнение таблиц «Движение головы», «Движение туловища», «Движение конечностей»  2.Разработка комплекса упражнений «Корректирующая гимнастика при нарушении осанки и плоскостопия»  3.Выявление плоскостопия у студента  4.Общий план строения скелета и скелетных мышц. Строение кости как органа, классификация костей скелета. Соединения костей. Возрастные и половые различия костной системы  5.Мышца как орган. Развитие мышечной системы человека, возрастные особенности мышечной системы. Физиология мышечной деятельности. Классификация мышц, группы мышц.  6.Определение возрастных особенностей костной системы.  7.Изучение строения позвоночного столба, грудной клетки, костей конечностей, костей черепа с помощью таблиц и атласов  8.Определение нарушения осанки и плоскостопия, их профилактика  9.Разработка и проведение комплекса физических упражнений, направленных на сохранение правильной осанки.</p>	<p>8</p>	<p>ОК 08</p>
<p><b>Раздел 6. Сердечно-сосудистая система</b></p>		<p>8</p>	
<p>Тема 6.1. Строение и деятельность сердца. Кровообращение.</p>	<p><b>Самостоятельная работа:</b>  1.Положение и строение сердца. Проводящая система сердца, сердечная автоматия. 2.Цикл сердечной деятельности, систематический и минутный объем крови, артериальное давление, пульс. Регуляция сердечной деятельности. Круги кровообращения. Большой круг кровообращения  3.Формирование систем верхней и нижней полых вен и воротной вены. Малый круг кровообращения. Формирование лимфатической системы. С помощью муляжей, атласов и программ составить пространственное представление о сердечно – сосудистой системе. На муляже сердца показать камеры сердца, их сообщение между собой. Давать характеристику каждого отдела сердца и деятельности клапанного аппарата.</p>	<p>8</p>	<p>ОК 08</p>

	4.Определить пульс в покое и физической нагрузке. Определить артериальное давление в покое и физической нагрузке. На муляжах, таблицах, фантоме показать наиболее крупные сосуды кровеносной системы с указаниями области их кровоснабжения. На фантоме ( друг на друге) находить места наиболее поверхностного расположения и точки их прижатия в случае кровотечения: общей сонной артерии, плечевой артерии, большеберцовой артерии.		
<b>Раздел 7. Внутренняя среда организма</b>		<b>6</b>	
Тема 7.1. Состав и функции крови	<b>Самостоятельная работа:</b> 1.Внутренняя среда организма, постоянство ее состава. 2.Кровь как часть внутренней среды организма. Состав крови, объем. Плазма крови. Клетки крови. Процесс образования клеток крови.	2	ОК 08
Тема 7.2.Клинические показатели крови. Группы крови	<b>Самостоятельная работа</b> 1.Заполнение таблицы фазы работы сердца 2.Клинические исследования показателей крови. Группы крови, определение группы принадлежности. Свертывание крови. Особенности состава и свойств крови у детей. 3.Анемия и ее профилактика <b>Тематика самостоятельной работы:</b> 1.Последствия гиподинамии, 2.Анемия и её профилактика, 3.Аллергические реакции	4	
<b>Раздел 8. Дыхательная система.</b>		<b>8</b>	

<p>Тема 8.1. Строение органов дыхания. Процесс дыхания</p>	<p><b>Самостоятельная работа:</b> 1. Анализ непосещаемости занятий студентов в учебной группе по болезни в разное время года. 2. Развитие дыхательной системы человека. Строение органов дыхания. Особенности органов дыхания в детском возрасте. 3. Этапы дыхания газообмен в легких и тканях, физиологические характеристики легочной деятельности. Нервная и гуморальная регуляция дыхания. 4. Определение топографии органов дыхательной системы на таблицах, муляжах. 5. Определение частоты дыхательных движений в покое и после нагрузки. 6. Проведение дыхательной гимнастики, точечного массажа. Проведение искусственного дыхания «рот в рот», «рот в нос».</p>	8	ОК 08
<p><b>Раздел 9. Пищеварительная система. Обмен веществ и энергии в организме человека.</b></p>		16	
<p>Тема 9.1. Строение органов пищеварения. Сущность процессов пищеварения.</p>	<p><b>Самостоятельная работа:</b> 1. Общий план строения пищеварительной системы. Развитие органов пищеварительной системы человека. Гистологическое строение стенки желудочно – кишечного тракта, печени, поджелудочной железы. 2. Процессы пищеварения на уровне полости рта, желудка, тонкого и толстого кишечника. Состав пищеварительных соков, деятельность ферментов. Регуляция процессов пищеварения со стороны эндокринной и нервной систем.</p>	4	ОК 08
	<p><b>Самостоятельная работа</b> <b>Тематика самостоятельной работы</b> 1. Профилактика кишечных инфекций, 2. Первая помощь при отравлении грибами, 3. Микроорганизмы кишечника 4. С помощью таблиц, муляжей составить целостное представление о ЖКТ 5. Дать сравнительную характеристику стенки желудка, тонкой и толстой кишки.</p>	4	



	<p>6. Дать характеристику процессов пищеварения в различных отделах пищеварительного тракта.</p> <p>7. Деловая игра «Навыки ухода за полостью рта, зубами»</p>		
Тема 9.2. Обмен веществ и энергии в организме.	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>1. Заполнение таблицы «Схема обмена веществ и энергии»</p> <p>2. Выполнение проекта с подготовкой презентации «Я специалист по здоровому питанию».</p> <p>3. Превращение веществ и энергии в организме человека, расходование энергии. Регуляция обмена веществ нервной и эндокринной системами. Обмен в организме человека белков, жиров, углеводов, воды и минеральных веществ.</p> <p>4. Нарушения обмена веществ. Процессы поступления, синтеза, распада веществ, пищевой рацион, рациональное и сбалансированное питание. Витамины – понятие, биологическая ценность, суточная потребность, классификация.</p> <p>5. Расчет калорийности, составление пищевого рациона в зависимости от возраста, физических затрат человека.</p>	8	ОК 08
<b>Раздел 10. Выделительная система. Кожа и основы закаливания.</b>		<b>16</b>	
Тема 10.1. Кожа.	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>1. Развитие органов мочевыделительной системы. Выделительная функция других систем организма. Роль выделительных органов в поддержание постоянства внутренней среды.</p> <p>2. Топография и строение органов мочевыделительной системы. Строение нефрона, особенности кровоснабжения почки. Механизм образования мочи. Состав и свойства первичной и вторичной мочи.</p> <p>6. Регуляция деятельности почек нервной и эндокринной системами. Клиническое значение исследования мочи.</p>	4	ОК 08

	<p><b>Самостоятельная работа.</b>  1.Определение топографии органов мочевыделительной системы на муляжах, таблицах с указанием функциональных особенностей каждого органа.  2.Определение проекции почек на поверхности поясничной области.  3.Составление схемы мочеобразования на уровне нефрона при образовании первичной и вторичной мочи.</p>	2	
Тема 10.2. Основы закаливания.	<p><b>Самостоятельная работа.</b>  1.Значение и строение кожи человека. Особенности строения и функции кожи детей. 2.Роль кожи в терморегуляции. Гигиена кожи. Заболевание кожных покровов.</p>	4	ОК 08
Тема 10.3 Иммунная система.	<p><b>Самостоятельная работа:</b>  1.Строение и топография органов иммунной системы. Иммунитет.  2.Вакцины и лечебные сыворотки</p>	2	ОК 08
Тема 10.4. Гигиеническое воспитание и просвещение в образовательном учреждении	<p><b>Самостоятельная работа.</b>  1.Окружающая среда и здоровье. Гигиеническое нормирование  2.Заполнение таблицы «Функции почек»  <b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>  1.Гигиенические требования к закаливанию солнцем,  2.Гигиенические требования к закаливанию водой,  3.Гигиенические требования к закаливанию воздухом,  4.Профилактические прививки</p>	4	ОК 08
<b>Консультация:</b>		<b>2</b>	
<b>Промежуточная аттестация:</b>		<b>8</b>	
<b>Всего</b>		<b>108</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Кабинет физиологии, анатомии и гигиены

368604

Республика Дагестан,

г. Дербент,

ул. Тахо-Годи, д.2,

ауд № 6 (1 эт.)

Учебная мебель (столы и стулья ученические, преподавательские стул и стол)

доска – 1 шт.;

мультимедийный проектор (переносной) – 1 шт.;

проекционный экран - 1 шт.;

стеллаж для учебно-методических материалов;

наглядные пособия;

ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет»;

комплект лицензионного ПО (операционная система - Windows 10 Pro, текстовый редактор - Microsoft Word 2016

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

##### **Основная литература:**

1. Шинина, Т. В. Возрастная психология и педагогика, семейное воспитание : учебное пособие : [12+] / Т. В. Шинина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 216 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602962>

2. Хуторная, М. Л. Психология : учебное пособие : [16+] / М. Л. Хуторная ; науч. ред. Г. А. Быковская ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2020. – 57 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=612389>

3. Дивненко, О. В. Основы педагогики и психологии : учебное пособие : [12+] / О. В. Дивненко. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 297 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=610922>

### **Дополнительная литература:**

1. Пшеничникова, Л. М. Психология общения : учебное пособие : [12+] / Л. М. Пшеничникова, Г. Г. Ротарь ; науч. ред. Е. В. Асмолова. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2019. – 113 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601573>

2. Мандель, Б. Р. Современная социальная психология: учебное пособие для обучающихся в системе среднего профессионального образования : [16+] / Б. Р. Мандель. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 430 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562905>

3. Ленкова, А.В. Психология: шпаргалка: [16+] / А.В. Ленкова, А.В. Рзянина, Н.Г. Шредер; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 42 с.: табл. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578474>

### **Программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

#### **Справочно-правовые системы**

Консультант Плюс

#### **Электронные ресурсы:**

1. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» // [www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/).

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ, устного и письменного опроса, а также выполнения обучающимися тестовых заданий, самостоятельной работы.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценок результатов обучения
<b>Умения:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>-применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>-пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-педагогическое наблюдение за деятельностью студентов на практических занятиях;</li> <li>-устный и письменный опрос.</li> </ul>
<b>Знания:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>-роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>-основы здорового образа жизни;</li> <li>-условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>-средства профилактики перенапряжения</li> </ul>	-тестирование.