

**ГБПОУ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«САМАРСКИЙ ТЕХНИКУМ ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»**

специальность 44.02.01. Дошкольное образование

Самара

Учебное пособие: методические материалы по организации самостоятельной работы по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для специальности: 44.02.01. Дошкольное образование отделения заочного образования.

Автор-составитель –Бажутова Л.Н. преподаватель ГБПОУ СТПТ

Материалы по организации самостоятельной работы по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для обучающихся по специальности 44.02.01. Дошкольное образование отделения заочного образования. Материалы составлены в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта по специальности с целью оказания помощи обучающимся в выполнении заданий по самостоятельной работе.

Задача самостоятельной работы - систематизация и закрепление практического опыта, умений и знаний, общих и профессиональных компетенций, определенных, в качестве основополагающих, требованиями ФГОС СПО по учебной дисциплине.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Материалы по организации самостоятельной работы по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для обучающихся по специальности 44.02.01. Дошкольное образование отделения заочного образования. Выполнение заданий по самостоятельной работе предусматривает оформление портфолио. Выполненные задания помещаются в файлы и складываются в папку. Электронные презентации распечатываются.

В результате освоения учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», обучающийся должен обладать общими профессиональными компетенциями:

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

В результате освоения учебной 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;

В результате освоения учебной 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 образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольного образовательного учреждения.

Распределение часов самостоятельной работы обучающихся:
всего по дисциплине – **76 ч.**
самостоятельная работа - **46 ч.**

Распределение тем самостоятельной работы обучающихся

№	Тема самостоятельной работы	Колич. часов
Раздел 1. Строение тела человека		
1	Тема 1.1.Общий обзор строения тела человека Составление словаря основных терминов и понятий дисциплины. Изучение топографического расположения органов и частей тела	2
Раздел 2. Основные закономерности роста и развития организма человека		
2	Тема 2.1. Основные этапы развития человека Составление таблицы классификации возрастных периодов Изучение способов антропометрических измерений детей	2
3	Тема 2.2. Закономерности роста и развития детей Подготовка реферата на тему «Физическое развитие как показатель здоровья и социального благополучия»	3
Раздел 3. Строение, функции и возрастные анатомо-физиологические особенности детей		
4	Тема 3.1. Общий обзор строения и функций нервной системы Изучение Интернет-ресурсов по теме: «Влияние пагубных привычек матери на формирование нервной системы плода». Составление конспекта на тему: «Формирование нервной системы в онтогенезе»	2
5	Тема 3.2. Строение и функции головного мозга Составление конспекта тему «Классификация высших корковых функций в коре больших полушарий».	2
6	Тема 3.3. Рефлекторная регуляция физиологических функций Составление схемы рефлекторной дуги Составление конспекта на тему «Значение и принцип действия нервного центра в организме».	3
7	Тема 3.4. Строение и функции спинного мозга Составление конспекта «Строение и возрастные особенности спинного мозга» Составление схемы спинномозгового сегмента	3
8	Тема 3.5. Строение и функции периферической нервной системы Составление таблицы «Состав периферической нервной системы» Изучение действия отделов вегетативной нервной системы на иннервируемые органы	2

9	Тема 3.6. Строение и функции зрительной сенсорной системы Изучение Интернет-ресурсов по теме: «Наиболее распространенные дефекты зрения у детей и методы их коррекции».	2
10	Тема 3.7. Строение и функции слуховой сенсорной системы Подготовка презентации на тему: «Особенностей строения и функции вестибулярного аппарата у детей».	3
11	Тема 3.8. Строение и функции сердечно-сосудистой системы Составление конспекта на тему: «Причины нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы у детей».	2
12	Тема 3.9. Физиологические характеристики крови. Работа сердца Составление таблицы на тему «Клетки крови» Подготовка сообщения «Причины и меры профилактики анемии у детей».	3
13	Тема 3.10. Строение и функции дыхательной системы Подготовка конспекта на тему «Строение и возрастные особенности органов дыхательной системы» Составление каталога наиболее распространенных инфекционно-воспалительных заболеваний органов дыхания у детей и их профилактика.	3
14	Тема 3.11. Жизненная емкость легких. Регуляция дыхания Составление конспекта «Регуляция дыхания» Составление рекомендаций по профилактике гиподинамии и развитию жизненной емкости легких у детей	3
15	Тема 3.12. Строение и функции пищеварительной системы Составление конспекта на тему «Строение и возрастные особенности пищеварительной системы детей». Составление рекомендаций по рациональному и полноценному питанию дошкольника	3
16	Тема 3.13. Физиологические основы пищеварения Подготовка реферата на тему: «Особенности пищеварения и всасывания в органах пищеварительной системы у дошкольников» Изучение приемов гигиенического ухода за ротовой полостью дошкольников	4
17	Тема 3.14. Строение и функции выделительной системы Составление конспекта «Строение и функции органов выделения» Составление схемы строения нефрона. Подготовка сообщения «Причины и профилактика энуреза у детей».	4
18	Тема 3.15. Физиологические основы мочевыделения Составление таблицы «Физические и химические свойства мочи». Подготовка реферата на тему «Профилактика заболеваний мочевого выделительной системы у дошкольников».	4
19	Тема 3.16. Строение и функции кожи Составление схемы строения кожи ребенка. Подготовка презентации на тему: «Кожные заболевания и меры их профилактики у детей».	4
20	Тема 3.17. Строение и функции опорно-двигательной системы детей Отработка физических упражнений для воспитания осанки и профилактики сколиоза и плоскостопия у детей. Составление конспекта на тему: «Роль физических упражнений в развитии опорно-двигательной системы детей».	4
Раздел 4. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение.		

21	Тема 4.1. Железы внутренней секреции. Гормоны Составление таблицы эндокринных желез организма Подготовка реферата на тему: «Влияние желез внутренней секреции на рост, развитие и поведение детей»	4
22	Тема 4.2. Высшая нервная деятельность детей дошкольного возраста Заполнение таблицы «Классификация типов высшей нервной деятельности детей». Подготовка сообщения на тему «Физиологические механизмы сна и их нарушения у детей».	4
Раздел 5. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения здоровья на различных этапах онтогенеза		
23	Тема 5.1. Профилактический контроль за здоровьем и развитием детей Подготовка конспекта «Задачи профилактического контроля здоровья и развития детей» Изучение стандартов физического развития детей. Составление гигиенических требований и правил проведения подвижных игр и физических упражнений в начальных классах.	4
24	Тема 5.2. Гигиена опорно-двигательного аппарата детей Подготовка реферата на тему «Особенности реакции организма на физическую нагрузку в различные возрастные периоды». Анализ гигиенических требований и правил проведения подвижных игр и физических упражнений с детьми дошкольного возраста	5
25	Тема 5.3. Закаливание детей и подростков Проектирование закаливающих мероприятий для дошкольников в ДОУ	2
26	Тема 5.4. Гигиена питания детей Подготовка конспекта по теме «Гигиенические требования к продуктам детского питания. Значение полноценного и рационального питания». Составление таблицы витаминов Составление рекомендаций по режиму питания младшего школьника	4
27	Тема 5.5. Гигиена кожи детей Разработка памятки «Первая помощь при повреждениях кожи у детей (ожоги, обморожения, порезы)». Составление кластера гигиенических требований к детской одежде и обуви	2
Раздел 6. Основы профилактики инфекционных заболеваний		
28	Тема 6.1. Особенности инфекционных заболеваний и их предупреждение Составление таблицы «Виды иммунитета». Составление рекомендаций по профилактике инфекционных заболеваний в образовательном учреждении	3
Раздел 7. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы		
29	Тема 7.1. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу Изучение гигиенической организации сна и бодрствования в ДОУ. Изучение организации и гигиеническая оценка занятий с применением ИКТ в дошкольном учреждении».	2
30	Тема 7.2. Гигиенические требования к зданию и помещениям школы Составление конспекта «Гигиенические требования, предъявляемые к санитарному содержанию оборудования и территории участка ДОУ» Изучение и гигиеническая оценка санитарному состоянию групповых комнат дошкольного образовательного учреждения, оборудованию, игровому и дидактическому материалу	4

Раздел 1. Строение тела человека

Тема 1.1.Общий обзор строения тела человека – 2ч.

1. Составление словаря основных терминов и понятий дисциплины

План

- Раскройте понятия «возрастная анатомия», «физиология», «гигиена».
- Определите цели, задачи и функции перечисленных наук.
- Раскройте понятия ткани, органа, системы органов, организма

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009.- 438 с.; стр.3,27,50
2. Безруких М.М. и др. Возрастная анатомия. Физиология развития ребенка. – М.: Академия, 2007.- 414 с.; стр.3-4

2. Изучение топографического расположения органов и частей тела

План

- Выделите условно известные части тела – голову, шею, туловище и конечности.
- Пользуясь атласом или планшетом, и внешними ориентирами – анатомическими образованиями, которые можно легко определить при осмотре или пальпации (складки кожи, углубления или выпуклости на поверхности тела), выделите части скелета.
- По атласу определите положения анатомических образований (внутренних органов, мышц, желез, крупных сосудов, нервов и т.д.)
- Определение положения органов относительно собственного тела.

Источники:

1. Хайнц Фениш. Карманный атлас анатомии человека – М., 1990 г.
2. Атлас анатомии человека: учебное пособие. - М.: Издательский дом «Равновесие».- 2005, 1СД-ROM.

Раздел 2. Основные закономерности роста и развития организма человека

Тема 2.1. Основные этапы развития человека – 4 ч.

1. Изучение способов антропометрических измерений детей

План

- Определите понятие «физическое развитие»

- Выделите основные и дополнительные показатели физического развития ребенка

- Определите виды приборов для измерения массы тела, длины тела, роста и окружности головы и грудной клетки, мышечной силы и жизненной емкости легких ребенка.

Источники:

1. Безруких М.М., Сонькин М.М. Возрастная физиология. - М.: Просвещение.- 2002.- 318 с., стр.53

2. Рыбаков А.И. Анатомо-физиологические и возрастные особенности организма человека.- Арзамас: АГПИ, 2005.-105с.; стр.7-9

4. Дробинская А.О. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста.- М.: ВЛАДОС, 2003.-400 с; стр.9-20

2. Составление классификационной таблицы возрастных периодов человека

Опираясь на материал предложенных источников, запишите в таблицу особенности развития детей в каждом возрастном периоде.

Классификация возрастных периодов		
Возрастной период	Границы периода	Признаки возрастного периода

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма. - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.6-16

2. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 205 с., стр.3-9

Тема 2.2. Закономерности роста и развития детей – 3 ч.

Подготовка реферата на тему «Физическое развитие как показатель здоровья и социального благополучия»

План

- Понятие «физическое развитие ребенка»
- Значение антропометрических показателей
- Влияние наследственности и среды на развитие ребёнка.
- Характеристика анатомо-физиологических особенностей детей дошкольного возраста в различные периоды онтогенеза.

- Биологическая акселерация.

Источники:

1. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 205 с., стр.15
2. Дробинская А.О. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста.- М.:ВЛАДОС, 2003.-400 с; стр. 30
3. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. - М.: Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр.58

Раздел 3. Строение, функции и возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков

Тема 3.1. Общий обзор строения и функций нервной системы -2 ч.

1. Изучение Интернет-ресурсов по теме: «Влияние пагубных привычек матери на формирование нервной системы плода».

2. Составление конспекта: «Формирование нервной системы в онтогенезе»

ки разного цвета.

План

- Определите понятие « онтогенез»
- Рассмотрите два периода онтогенеза (пренатальный, или внутриутробный и постнатальный)
- Покажите влияние пагубных привычек матери на развитие нервной системы плода

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.6-13
2. Воронова Н. В. Анатомия центральной нервной системы — М.: Аспект Пресс, 2005. - 128 с., стр. 19
3. Бадалян Л.О. Невропатология. - М.: Просвещение, 2002. -317 с., стр. 28

Тема 3.2. Строение и функции головного мозга - 2 ч.

1. Составление конспекта «Классификация высших корковых функций в коре больших полушарий»

План.

- Рассмотрите зоны коры больших полушарий,
- Определите локализацию функций в коре полушарий большого мозга
- Рассмотрите функциональную асимметрию головного мозга

- Определите роль корковых зон в развитии речи и мышления

Источники:

1. Обреимова Н.И., Петрушин А.С. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков. – М.: Академия, 2006.- 376 с., стр.299
2. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.:Академия, 2009. - 438 с., стр. 383-385

Тема 3.3. Рефлекторная регуляция физиологических функций – 3 ч.

1. Составление схемы рефлекторной дуги

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.47
2. Воронова Н.В. Анатомия центральной нервной системы - М.: Аспект Пресс, 2005. - 128 с., стр. 26

2. Составление конспекта «Значение и принцип действия нервного центра в организме»

План.

- Раскройте понятие нервного центра
- Рассмотрите принцип доминанты А.А. Ухтомского
- Перечислите функциональные свойства нервного центра
- Раскройте пластичность нервного центра.

Источники:

1. Безруких М.М. Возрастная физиология (физиология развития ребенка). – М.: Академия, 2007.- 414 с., стр. 103
2. Регуляция функций в организме. http://libraryno.ru/2-2-regulyaciya-funkcij-v-organizme-fisiol_chel/ (электронный ресурс)

Тема 3.4 Строение и функции спинного мозга - 3 ч.

1. Составление конспекта «Строение и возрастные особенности спинного мозга»

План.

- Рассмотрите периоды развития изгибов позвоночника
- Укажите массу и длину спинного мозга, от новорожденности до пубертатного периода
- Раскройте причину быстрого увеличения серого вещества спинного мозга у детей.

2. Составление схемы спинномозгового сегмента

- Покажите срез спинного мозга
- Укажите серое и белое вещество
- Покажите спинномозговые корешки и спинномозговой нерв

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.345-346.

2. Обреимова Н.И., Петрушин А.С. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков. – М.: Академия, 2006.- 376 с., стр.240

3. Воронова Н.В. Анатомия центральной нервной системы - М.: Аспект Пресс, 2005. - 128 с., стр. 46

Тема 3.5 Строение и функции периферической нервной системы – 2 ч.

1. Составление таблицы «Состав периферической нервной системы»

Опираясь на материал предложенных источников, запишите в таблицу структуру периферической нервной системы: отделы, нервы и иннервируемые названными отделами органы.

Периферическая нервная система:		
Отделы:		
Нервы:		
Иннервируемые органы:		

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр. 391

2. Бадалян Л.О. Невропатология. - М.: Просвещение, 2002. -317 с., стр. 85

3. Воронова Н.В. Анатомия центральной нервной системы - М.: Аспект Пресс, 2005. - 128 с., стр. 36

2. Изучение действия отделов вегетативной нервной системы на иннервируемые органы

План.

1. Рассмотрите функциональное и трофическое влияние на ткани, органы и процессы в организме

2. Раскройте антагонизм симпатической и парасимпатической нервных систем

3. Занесите воздействия отделов вегетативной нервной системы на органы в таблицу:

Органы	Симпатическая нервная система	Парасимпатическая нервная система
Сердце		
Артерии		
Кишечник		
Потовые железы		
Зрачок		

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.402

2. Воронова Н.В. Анатомия центральной нервной системы - М.: Аспект Пресс, 2005. - 128 с., стр. 36

Тема 3.6. Строение и функции зрительной сенсорной системы – 2 ч.

1. Изучение Интернет-ресурсов по теме: «Наиболее распространенные дефекты зрения у детей дошкольного возраста, причины и способы их коррекции».

План.

- Рассмотрите наиболее распространенные формы нарушения зрения у детей – это спазм аккомодации, близорукость, дальнозоркость, астигматизм и косоглазие.

- Определите признаки нарушения зрения

- Раскройте возможные причины нарушения зрения:

- Укажите, на что нужно обращать внимание родителей, чтобы выявить глазную патологию у ребенка?

- Раскройте методы коррекции дефектов зрения у детей

- Определите профилактические мероприятия зрительных нарушений

Источники:

1. Дефекты зрения и методы их коррекции.

<http://vitaportal.ru/oftalmologiya/defekty-zreniya-i-metody-ih-korreksii.html>

(электронный ресурс)

2. Дефекты зрения. <http://farmiya.ru/illnesses/defekty-zreniya> (электронный ресурс)

3. Астигматизм у детей. <http://www.help-eyes.ru/zabolevanie/astigmatizm/ast-u-detej.html> (электронный ресурс)

Тема 3.7. Строение и функции слуховой сенсорной системы – 3 ч.

1. Подготовка презентации на тему: «Особенностей строения и функции вестибулярного аппарата у детей»

План.

- Укажите локализацию вестибулярного аппарата.
- Раскройте особенности строения и функции полукружных каналов и отолитового аппарата.

- Покажите возрастные особенности вестибулярного аппарата ребенка

Источники:

1. Нейман Л.В., Богомильский М.Р. Анатомия, физиология и патология органов слуха и речи: - М.: ВЛАДОС, 2001. - 224 с., стр. 8-9

2. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.420

Тема 3.8. Строение и функции сердечно-сосудистой системы - 2 ч.

1. Составление конспекта на тему: «Причины нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы у детей»

План.

- Укажите, на какие жалобы ребенка необходимо обращать внимание родителей при подозрении на проблемы с сердечно-сосудистой системой

- Назовите причины вегето-сосудистой дистонии, артериальной гипертензии, пороков сердца

- Раскройте меры профилактики сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков

Источники:

1. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр.170

2. Нарушения сердечно-сосудистой деятельности у детей, причины, симптомы и предупреждение. http://medicinapediya.ru/gigiena-sanepidkontrol_733/narusheniya-serdechno-sosudistoy-deyatelnosti.html (электронный ресурс)

3. Вегето-сосудистая дистония у детей. <http://lecheniedetej.ru/serdechno-sosudistaya-sistema/vegeto-sosudistaya-distoniya.html> (электронный ресурс)

4. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков. <http://www.medkirov.ru/site/lspf7e36b> (электронный ресурс)

Тема 3.9. Физиологические характеристики крови и сердца – 3 ч.

1. Составление таблицы «Клетки крови»

элементы	эритроциты	лейкоциты	тромбоциты
функция			
форма			
строение			
количество			
срок жизни			
источник			
место разрушения			

Источники:

1. Сапин М.П. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.37

2. Состав и функции крови человека. <http://fb.ru/article/200074/sostav-krovi-i-funktsii-krovi-cheloveka> (электронный ресурс)

2. Подготовка сообщения «Причины и меры профилактики анемии у детей»

План.

- Раскройте понятие «Анемия»
- Назовите причины анемии у детей
- Рассмотрите симптомы анемии у детей
- Раскройте меры профилактики анемии у детей

Источники:

1. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр.174

2. Анемия у детей. http://ilive.com.ua/health/anemiya-u-detey_108790i15942.html (электронный ресурс)

Тема 3.10. Строение и функции дыхательной системы -3 ч.

1. Подготовка конспекта на тему «Строение и возрастные особенности органов дыхательной системы»

План

- Раскройте понятие «дыхание»
- Опишите строение и функции органов дыхания
- Раскройте возрастные особенности органов дыхания

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009 - 438 с., стр. 197

2. Есаков С.А. Возрастная анатомия и физиология (курс лекций). – Ижевск: УдГУ, 2010 - 196 с., стр. 101

2. Составление каталога наиболее распространенных инфекционно-

воспалительных заболеваний органов дыхания у детей и их профилактика

План

Опираясь на источники, составьте каталог наиболее распространенных инфекционно-воспалительных заболеваний органов дыхания у детей и их профилактики по плану:

- Виды инфекционно-воспалительного заболевания
- Причины развития инфекционно-воспалительного заболевания
- Признаки инфекционно-воспалительного заболевания
- Профилактика развития инфекционно-воспалительного заболевания

Источники:

1. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр.158; 240
2. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. - с.205, стр.129
3. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. - М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр.95

Тема 3.11. Жизненная емкость легких. Регуляция дыхания – 3 ч.

1. Составление конспекта «Регуляция дыхания»

План

- Определение и локализация дыхательного центра
- Рефлекторная регуляция
- Гуморальная регуляция
- Особенности регуляции в детском возрасте
- Гигиеническое значение воздушной среды в помещении

Источники:

1. Хрипкова А.Г. Возрастная анатомия и школьная гигиена.- М.: Просвещение, 1990 – 319 с., стр.243
2. Регуляция дыхания <http://www.grandars.ru/college/medicina/regulyaciya-dyhaniya.html> (электронный ресурс)

2. Составление рекомендаций по профилактике гиподинамии и развитию жизненной емкости легких у детей

Источники:

1. Методические рекомендации по профилактике гиподинамии <http://zdorov.com.ua/Method-recomend-gipodinamija-2015.html>
2. Хрипкова А.Г. Возрастная анатомия и школьная гигиена.- М.: Просвещение, 1990 – 319 с., стр. 160

Тема 3.12. Строение и функции пищеварительной системы - 3 ч.

1. Составление конспекта тему «Строение и возрастные особенности пищеварительной системы детей»

План.

- Опишите общий план строения органов пищеварения
- Покажите роль пищеварительных желез
- Охарактеризуйте пищеварительные процессы в полости рта, в желудке, в тонком и толстом кишечнике.
- Раскройте возрастные особенности пищеварительной системы детей

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.151
2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. - М.: Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр.177
3. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека - М.: Издательский центр Академия, 2011.- 496 с., стр. 180

2. Составление рекомендаций по рациональному и полноценному питанию дошкольника

План.

- Раскройте значение рационального и полноценного питания детей
- Составьте рекомендации родителям по рациональному и полноценному питанию дошкольника

Источники:

1. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр. 274
2. Правильное питание детей дошкольного возраста <http://godsvadba.ru/family/pravilnoe-pitanie-detej-doshkolnogo-vozrasta.html> (электронный ресурс)
3. О питании детей дошкольного возраста <https://azbyka.ru/zdorovie/o-pitanii-detej-doshkolnogo-vozrasta> (электронный ресурс)

Тема 3.13 Физиологические основы пищеварения – 4 ч.

1. Подготовка реферата на тему: «Особенности пищеварения и всасывания в органах пищеварительной системы у дошкольников»

План

- Раскройте понятия «пищеварение» и «всасывание»
- Покажите значение для пищеварения режима питания ребенка
- Раскройте роль ферментов
- Опишите процессы всасывания в кишечнике продуктов расщепления

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.179

2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. - М.: Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр.83

3. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология. – М.: Новое знание, 2006.-416 с., стр. 154

2. Изучение приемов гигиенического ухода за ротовой полостью дошкольников

Источники:

1. Гигиена ротовой полости дошкольника
<https://www.irrigator.ru/blog/gigiena-rotovoj-polosti-u-doshkolnikov.html>
(электронный ресурс)

2. Обучение детей различного возраста гигиене полости рта
<http://lektsia.info/8x46b9.html> (электронный ресурс)

Тема 3.14. Строение и функции выделительной системы - 4 ч.

1. Составление конспекта «Строение и функции органов выделения»

План

- Раскройте понятие «выделение» продуктов метаболизма
- Перечислите органы мочевыделительной системы
- Рассмотрите строение и функции почки и мочевого пузыря
- Определите возрастные особенности органов выделения

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.212-218

2. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.- Воронеж: ВГУ, 2008.-90 с., стр.40

3. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология. – М.: Новое знание, 2006.-416 с., стр.212

2. Составление схемы строения нефрона.

План.

- На схеме строения нефрона укажите его структурные элементы.
- При составлении схемы этапов мочеобразования обозначьте две фазы – фильтрационную и реабсорбционную.

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.215, 220

2. Безруких М.М. Возрастная физиология (физиология развития ребенка). – М.: Академия, 2007.- 414 с., стр.135

3. Подготовка сообщения «Причины и профилактика энуреза у детей».

План.

- Раскройте понятие «энурез»
- Опишите причины энуреза психологического и непсихологического характера
- Выберите не медикаментозные методы лечения энуреза
- Раскройте роль семьи в лечении и профилактике энуреза у детей

Источники:

1. Энурез у детей в 7-10 лет. <http://baragozik.ru/7-10-let/kak-lechit-nochnoe-nederzhanie-mochi-u-detej-v-vozraste-7-10-let.html> (электронный ресурс)

2. Лечение энуреза у детей любого возраста
<http://lechimrebenka.ru/ginekologiya/enurez-u-detej.html> (электронный ресурс)

3. Энурез, лечение ночного энуреза у детей.
<http://sarclinic.ru/index.php/osnovnye-napravleniya/90-detskie-zabolevaniya/72-nochnoj-enurez?yclid=6265729217725990860> (электронный ресурс)

Тема 3.15. Физиологические основы мочевыделения – 4 ч.

1. Составление таблицы «Физические и химические свойства мочи».

Источники:

1. Физико-химические свойства мочи. <https://www.cmd-online.ru/vracham/spravochnik-vracha/obshchiy-analiz-mochi/> (электронный ресурс)

2. Что такое урина? <http://etopochki.ru/kidney/stroenie/chto-takoe-mocha.html> (электронный ресурс)

2. Подготовка реферата на тему «Профилактика заболеваний мочевыделительной системы у дошкольников».

План

- Особенности мочевыделительной системы у детей
- Причины заболеваний органов выделительной системы
- Профилактика заболеваний почек у детей
- Профилактика заболеваний мочевого пузыря у детей

Источники:

1. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр. 143

2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. - М.: Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр. 186

Тема 3.16. Строение и функции кожи – 4 ч.

1. Составление схемы строения кожи

План.

- Раскройте функции кожи
- Назовите виды кожной чувствительности
- Опишите слои кожи и ее производные
- На схеме строения кожи ребенка обозначьте общие кожные структуры и возрастные особенности кожи детей

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.428

2. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология. – М.: Новое знание, 2006.-416 с., стр. 396

3. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.- Воронеж: ВГУ, 2008.- 90 с., стр.39

2. Подготовка электронной презентации на тему: «Кожные заболевания и меры их профилактики у детей»

Источники:

1. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр.71

2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. Просвещение, 1987 г.- 224 с., стр. 218

Тема 3.17. Строение и функции опорно-двигательной системы детей – 4 ч.

1. Отработка физических упражнений для воспитания осанки и профилактики сколиоза и плоскостопия у детей.

План.

- Изучите причины развития у детей нарушения осанки (сутулости, сколиоза)
- Изучите предложенные источники для отработки физических упражнений по воспитанию осанки и профилактике плоскостопия

Источники:

1. Профилактика сколиоза у детей <http://mama.ru/articles/profilaktika-skolioza-u-detei>(электронный ресурс)

2. Упражнения для профилактики сколиоза у взрослых и детей.
<http://ohondroze.ru/razlichnye-uprazhneniya-dlya-profilaktiki-skolioza-u-vzroslyx-i-detej.html> (электронный ресурс)

3. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.
<http://mojastopa.ru/lechenie-ploskostopiya/gimnastika/kompleks-uprazhneniy-dlya-profilaktiki-ploskostopiya-kak-sredstvo-predotvratit-i-zamedlit-nepriyatnuyu-bolezn.html> (электронный ресурс)

2. Составление конспекта на тему: «Роль физических упражнений в развитии опорно-двигательной системы у детей»

План.

- Значение опорно-двигательного аппарата человека
- Свойства мышц
- Принцип возникновения мышечного утомления.
- Роль физических упражнений в развитии у детей двигательной активности и координации движений.
- Игры и упражнения для профилактики и укрепления опорно-двигательного аппарата младших школьников

Источники:

1. Кожухова Н.Н. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М.: ВЛАДОС, 2008. – 271 с., стр. 140

2. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 205 с., стр.63

3. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология. – М.: Новое знание, 2006.-416 с., стр. 80

4. Развитие опорно-двигательного аппарата: Физическое развитие.
<http://www.studfiles.ru/preview/3268178/> (электронный ресурс)

Раздел 4. Влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение.

Тема 4.1. Железы внутренней секреции. Гормоны – 4 ч.

1. Составление таблицы эндокринных желез организма

План

Пользуясь предложенными источниками, заполните таблицу:

Железы внутренней секреции	Топография железы	Особенности строения железы	Выделяемые гормоны	Действие гормонов

Источники:

1. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека - М.: Издательский центр Академия, 2011.- 496 с., стр.467

2. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.251

3. Есаков С.А. Возрастная анатомия и физиология. - Ижевск: УдГУ, 2010. – 196 с.,- стр. 145;

2. Подготовка реферата на тему: «Влияние желез внутренней секреции на рост, развитие и поведение детей»

План.

- Раскройте признаки, на основании которых железы внутренней секреции объединены в эндокринный аппарат.

- Дайте общую характеристику гормонов

- Выделите особенности развития желез внутренней секреции у детей.

- Раскройте влияние отдельных эндокринных желез на рост, развитие и поведение детей

Источники:

1. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека - М.: Издательский центр Академия, 2011.- 496 с., стр.467

2. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.249

3. Есаков С.А. Возрастная анатомия и физиология. - Ижевск: УдГУ, 2010. – 196 с., стр. 145

Тема 4.2. Высшая нервная деятельность детей и подростков – 4 ч.

1. Заполнение таблицы «Классификация типов высшей нервной деятельности у детей»

Свойства ВНД	Характеристика типов высшей нервной деятельности детей			
	холерик	сангвиник	флегматик	меланхолик
Сила				
Уравновешенность				
Подвижность				
Темперамент				

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. -438 с., стр. 388

2. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека. - М.: Издательский центр Академия, 2011.- 496 с., стр. 437

2. Подготовка сообщения на тему «Физиологические механизмы сна и их нарушения у детей»

План.

- Раскройте понятия «сон» и «сновидения».
- Охарактеризуйте медленный и быстрый периоды сна.
- Рассмотрите физиологические механизмы сна.
- Объясните причины сновидений.
- Раскройте причины нарушения сна у детей.
- Рассмотрите профилактику нарушения сна у детей.

Источники:

1. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.- Воронеж: ВГУ, 2008.-90 с, стр. 52

2. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр. 389

3. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 205 с., стр. 123

Раздел 5. Гигиенические нормы требования и правила сохранения здоровья на различных этапах онтогенеза

Тема 5.1. Профилактический контроль за здоровьем и развитием детей – 4 ч.

1. Подготовка конспекта «Задачи профилактического контроля здоровья и развития детей

- Охарактеризуйте основные задачи контроля
- Раскройте текущий и динамический виды контроля
- Раскройте методы текущего и динамического контроля

2. Изучение стандартов физического развития детей

- Раскройте термин «физическое развитие ребёнка»
- Рассмотрите основные критерии физического развития (масса и длина тела, окружность головы и грудной клетки, пропорции тела)

Источники:

1. Методика оценки физического развития детей.
<https://med.wikireading.ru/81976> (электронный ресурс)

2. Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я. Основы медицинский знаний. М.: Просвещение, 1987.- 224 с., с. 54

3. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр. 30

4. Сердюковская Г.Н. Окружающая среда и профилактика заболеваний детей и подростков в учебно-воспитательных учреждениях. М.: Академия, 2009 – 190с., стр.144

5. Контроль за развитием и состоянием здоровья детей раннего и дошкольного <http://parent.51-oZR.edusite.ru/DswMedia/kontrol-zarazvitiemisostoyaniemzdorov-yadeteyrannegooidoshkol-nogovozrasta.pdf> (электронный ресурс)

3. Составление гигиенических требований и правил проведения подвижных игр и физических упражнений в дошкольных учреждениях

Источники:

1. Ахметзянов И.М. Охрана здоровья дошкольников: Справочное пособие для ДОУ.- М: изд. центр «Сфера», 2007

2. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» - гл. X, п.10.20 - 10.24

3. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр. 305

4. Нормативные требования к физкультурно-оздоровительной среде <http://sadko.bdu.su/wp-content/uploads/sites/89/2014/12/нормативные-требования-к-физкультурно-оздоровительной-среде.pdf> (электронный ресурс)

Тема 5.2. Гигиена опорно-двигательного аппарата детей – 5 ч.

1. Подготовка реферата на тему «Особенности реакции организма дошкольника на физическую нагрузку в различные возрастные периоды».

2. Анализ гигиенических требований и правил проведения подвижных игр и физических упражнений с детьми дошкольного возраста

Источники:

1. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр. 80.

2. Гигиенические требования к проведению занятий и игр <http://poznayka.org/s75862t1.html> (электронный ресурс)

3. Общие требования к проведению подвижных игр на улице <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/11/02/obshchie-trebovaniya-k-provedeniyu-podvizhnykh-igr-na-ulitse> (электронный ресурс)

Тема 5.3. Закаливание детей и подростков – 2 ч.

Проектирование закаливающих мероприятий для детей в ДОУ

Источники:

1. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр. 312
2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. М.: Просвещение, 1987.- 224 с., с. 110
4. Закаливающие мероприятия <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovuyu-obraz-zhizni/2015/10/07/zakalivayushchie-meropriyatiya> (электронный ресурс)
5. Закаливающие процедуры для дошкольников <http://teremoklyantor.caduk.ru/p109aa1.html> (электронный ресурс)

Тема 5.4. Гигиена питания детей – 4 ч.

1. Подготовка конспекта «Гигиенические требования к продуктам детского питания. Значение полноценного и рационального питания».

План

- Значение основных компонентов пищи и принципы сбалансированного питания
- Организация питания в школе
- Профилактика пищевых отравлений
- Требования, предъявляемые к продуктам детского питания их хранению

Источники:

1. Ахметзянов И.М. Охрана здоровья дошкольников: Справочное пособие для ДОУ.- М.: Сфера, 2007 - 304с.
2. СанПиН «Организация детского питания» <http://files.stroyinf.ru/data2/1/4293852/4293852304> (электронный ресурс)
3. Дробинская О.А. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2003. 400 с., стр.47

2. Составление таблицы витаминов

Используя предложенные источники, заполнить таблицу:

Группа витаминов	Название витамина	Содержится в продуктах:	Значение для организма

Источники:

- 1.Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. Просвещение, 1987 г.- 224 с., с.89
2. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие.- Ростов н/Д: изд-во: «Феникс», 2003. - 416 с., стр.184
3. Составление рекомендаций по режиму питания младшего

школьника

Источники:

1. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология и школьная гигиена. - М.: Просвещение, 1990- 319 с., стр. 117
2. О формировании культуры здорового питания обучающихся <http://docs.cntd.ru/document/902363262> (электронный ресурс)
3. Титова Е.Л. Книга для родителей. - М.: Академия, 2006 – 280с.

Тема 5.4. Гигиена кожи детей - 2 ч.

1. Разработка памятки «Первая помощь при повреждениях кожи у детей (ожоги, обморожения, порезы)»

Используя источники, изучите приемы оказания первой помощи при повреждениях кожи у детей (раны, потертости, ожоги, обморожения, укусы насекомых)

Источники:

1. Сердюковская Г.Н. Окружающая среда и профилактика заболеваний детей и подростков в учебно-воспитательных учреждениях учеб. пособие - М.: Академия, 2009 – 190с
2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. - М.: Просвещение, 1986.
3. Мелкие травмы: правила первой помощи. <http://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2013/10/15/melkie-travmy-pravila-pervoy-pomoshchi> (электронный ресурс)
4. Первая помощь при ожогах кожи детей. <http://la-kry.ru/spravochnik/ozhogi/pervaya-pomoshch-pri-ozhogakh/> (электронный ресурс)
5. Практические занятия по оказанию первой медицинской помощи. <http://medicinapediya.ru/terapiya-anesteziologiya-intensivnaya/prakticheskie-zanyatiya-okazaniyu-pervoy.html> (электронный ресурс)

2. Составление кластера гигиенических требований к детской одежде и обуви

Источники:

1. Антропова М.В. Гигиена детей и подростков. - М.: Медицина, 2008 – 218с.
2. Хрипкова А.Г. Возрастная анатомия и школьная гигиена.- М.: Просвещение,1990 – 319 с., стр.260

Раздел 6. Основы профилактики инфекционных заболеваний

Тема 6.1. Особенности инфекционных заболеваний и их

предупреждение – 3 ч.

1. Составление таблицы «Виды иммунитета»

Заполнить таблицу, используя предложенные источники:

Иммунитет			

Источники:

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). - М.: Академия, 2009. - 438 с., стр.316

2. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека - М.: Издательский центр Академия, 2011.- 496 с., стр. 365

3. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология. – М.: Новое знание, 2006. - 416 с., стр.277

2. Составление рекомендаций по профилактике инфекционных заболеваний в образовательном учреждении

Источники:

1. Дробинская А.О. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. - М.: Владос, 2003– 400с., стр. 180

2. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний - М.: Просвещение, 1986.319 с., стр.274

3. Меры по предупреждению распространения инфекции в дошкольном учреждении <https://studfiles.net/preview/3218405/page:15/> (электронный ресурс)

Раздел 7. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям дошкольного образовательного учреждения

Тема 7.1. Гигиена образовательного процесса – 2 ч.

1. Изучение гигиенической организации сна и бодрствования в ДОУ.

План

- Значение четкого режима дня для дошкольника
- Потребность во сне у детей разных возрастных групп
- Организация сна в ДОУ
- Необходимость соблюдения гигиенических правил при организации бодрствования

2. Изучение организации и гигиеническая оценка занятий с применением ИКТ в дошкольном учреждении».

Источники:

1. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
2. Дробинская А.О. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста. - М.: Владос, 2003– 400с., стр. 289
3. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний - М.: Просвещение, 1986.319 с., стр.76
4. Использование ИКТ в ДОУ в соответствии с возрастом детей и требованиями СанПин. <http://www.maam.ru/detskijsad/ispolzovanie-ikt-v-doshkolnyh-uchrezhdenijah-v-sotvetstvi-s-vozzrastom-detei-i-trebovanijami-sanpin-pril-prezentacija.html> (электронный ресурс)

Тема 7.2. Гигиенические требования к зданию и помещениям дошкольного образовательного учреждения - 4 ч.

1. Составление конспекта «Гигиенические требования, предъявляемые к санитарному содержанию оборудования и территории участка ДОУ.

2. Изучение и гигиеническая оценка санитарному состоянию групповых комнат дошкольного образовательного учреждения, оборудованию, игровому и дидактическому материалу

Источники:

1. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
2. Гигиенические требования к оборудованию помещений ДОУ http://zinref.ru/000_uchebniki/03200medecina/002_00_osnovi_pediatrii_golubev_2011/010.htm (электронный ресурс)
3. Гигиенические требования к оборудованию группового помещения, игровому и дидактическому материалу https://studopedia.ru/2_126550_gigienicheskie-trebovaniya-k-oborudovaniyu-grupпового-pomeshcheniya-igrovomu-i-didakticheskomu-materialu.html (электронный ресурс)