

КОНТРОЛЬНЬ.  
ЭКЗЕМПЛЯР

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический  
университет имени Максима Танка»



ПТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

В.М. Зеленкевич

2018 г.

Регистрационный № УД-25-01/06/уч.

ВОЗРАСТНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА

Учебная программа учреждения высшего образования по  
учебной дисциплине для специальности:

1-01 01 01 Дошкольное образование

2018г.

Учебная программа составлена на основе типовой учебной программы учреждения высшего образования «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста», утвержденной 04 февраля 2015 года, регистрационный №ТД-А 558/тип.

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

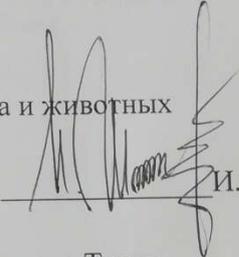
С.Н. Чигирь, доцент кафедры морфологии и физиологии человека и животных учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат медицинских наук, доцент

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

А.В. Деревинский, заведующий кафедрой общей биологии и ботаники Белорусского государственного педагогического университета, имени Максима Танка», кандидат сельско-хозяйственных наук, доцент;  
Г.В. Мережко, профессор кафедры криминалистики Академии МВД РБ, кандидат медицинских наук, доцент.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой морфологии и физиологии человека и животных  
(Протокол № 8 от 12.03. 2018 г.)  
Заведующий кафедрой



И.А. Жукова

Научно-методическим советом БГПУ им. Максима Танка  
(протокол № 5 от 19.06. 2018 г.)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист учебно-методического отдела БГПУ



Е.А.Кравченко

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по учебной дисциплине «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста» предусмотрена образовательными стандартами и типовыми учебными планами подготовки студентов по специальности: 1-01 01 01 Дошкольное образование.

Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста - одна из дисциплин, изучающая процессы жизнедеятельности у детей. Вопросы, рассматриваемые в процессе изучения учебной дисциплины, позволят студентам овладеть знаниями и практическими умениями в области возрастной физиологии и гигиены детей дошкольного возраста, адаптации детей к окружающей среде и влиянии условий жизни на течение физиологических процессов. Программа подготовлена с учетом последних научных достижений в области физиологии и гигиены детей дошкольного возраста.

**Целью** изучения учебной дисциплины: дать студентам – будущим педагогам знания, которые позволят им осуществить оптимальный медико-педагогический подход к воспитанию, обучению и сохранению здоровья дошкольников, с учетом их функциональных, физических и возрастных особенностей.

**Задачи** учебной дисциплины:

- изучить физиологические особенности основных систем детского организма с учетом возраста (дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочевой, эндокринной и опорно-двигательного аппарата);
- изучить основные физиологические особенности развития детского организма;
- изучить закономерности роста и развития детей;
- обучить студентов педагогического ВУЗа гигиеническим основам воспитания здорового дошкольника в ходе различных видов деятельности;
- обучить студентов гигиеническим основам организации режима дня и учебно-воспитательного процесса дошкольника;
- ознакомиться с гигиеническими мероприятиями по предупреждению нарушений зрения, слуха, осанки и др.;
- ознакомиться с гигиеническими требованиями по отдельным режимным моментам (питания, сна, игровой деятельности, закаливания);
- изучить вопросы, связанные с гигиеной внешней среды, гигиенического воспитания детей и санитарного просвещения.
- формировать и активно пропагандировать среди студентов здоровый образ жизни, отказ от пагубных привычек;

Учебная дисциплина «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста» базируется на знаниях полученных студентами при изучении школьного курса биологии, учебной дисциплины: «Основы педиатрии».

Изучение учебной дисциплины «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста» должно обеспечить формирование у студентов академических и социально-личностных компетенций.

Требования к *академическим компетенциям* студента.

Студент должен:

АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.

АК-3. Владеть исследовательскими навыками.

АК-4. Уметь работать самостоятельно.

АК-6. Владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.

АК-7. Иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером.

АК-8. Обладать навыками устной и письменной коммуникации.

АК-9. Уметь учиться и повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

АК-10. Уметь осуществлять учебно-исследовательскую деятельность.

АК-11. Уметь регулировать образовательные отношения и взаимодействия в педагогическом процессе.

Требования к *социально-личностным компетенциям* студента.

Студент должен:

СЛК-1. Обладать качествами гражданственности.

СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.

СЛК-3. Обладать способностью к межличностным коммуникациям.

СЛК-4. Владеть навыками здоровьесбережения.

СЛК-5. Быть способным к критике и самокритике.

СЛК-6. Уметь работать в команде.

Требования к *профессиональным компетенциям* студента.

Студент должен быть способен:

ПК-7. Эффективно реализовывать воспитательную деятельность.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **знать**:

- функциональные особенности органов и систем детского организма в зависимости от возраста;

- особенности рационального питания дошкольников;

- методы воздействия на организм дошкольника, обеспечивающие его оптимальное функционирование в ходе воспитательного, игрового и учебного процессов;

- организацию, принципы и методы закаливания детей дошкольного возраста;

- профилактические и гигиенические мероприятия по отдельным заболеваниям детей дошкольного возраста;

- проводить гигиенические мероприятия по предупреждению нарушений зрения, слуха;

- гигиеническими требованиями по организации питания, сна, игровой деятельности, закаливания;

- основы гигиенического воспитания детей и санитарного просвещения родителей и персонала.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **уметь**:

- оценить функциональные особенности органов и систем детского организма в зависимости от возраста;

- оценить организацию и особенности рационального питания дошкольного возраста;

- оценить методы воздействия на организм дошкольника, обеспечивающие его оптимальное функционирование в ходе воспитательного, игрового и учебного процессов;

- провести закаливающие процедуры у детей дошкольного возраста;

- оценить гигиеническими требованиями по организации питания, сна, игровой деятельности, закаливания;

- организовать гигиеническое воспитание детей и санитарное просвещение родителей и персонала.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **владеть**:

- методами воздействия на организм дошкольника, обеспечивающими его оптимальное функционирование в ходе воспитательного, игрового и учебного процессов;

- организацией рационального питания детей дошкольного возраста;

- организацией проведения закаливающих процедур у детей дошкольного возраста;

- организацией гигиенического воспитания детей и санитарное просвещение родителей и персонала.

- навыками по изучению физиологических процессов, протекающих в организме детей дошкольного возраста.

Основными методами обучения, отвечающими цели и задачам изучения учебной дисциплины, являются: проблемное обучение, технология учебного исследования, коммуникативные технологии (основанные на активных формах и методах обучения).

Для управления образовательным процессом и организации контрольно-оценочной деятельности рекомендуется использовать учебно-методические комплексы, проводить текущий контроль знаний на каждом практическом занятии, а итоговый контроль – на экзамене, после рассмотрения всех вопросов программы курса.

Всего на изучение дисциплины по специальности: 1-01 01 01 Дошкольное образование, отводится 100 часов - 2,5 зачетных единиц (для дневной и заочной формы получения образования): из них 34 аудиторных (18 – лекции, 16 – практические и семинарские занятия). Самостоятельная (внеаудиторная работа) студентов составляет **30** часов. Для дневной формы получения образования: в 1

семестре на УСР отводится 10 часов (4 часа- лекций и 6 часов- практических), форма контроля – экзамен.

Для заочной формы получения образования: на 1 курсе (5 лет) 8 часов лекционных занятий, 2 часа практических и семинарских занятий, на самостоятельную (внеаудиторная работа) студентов отводится 54 часа, форма контроля – экзамен. На 1 курсе (3,6 лет) 6 часов лекционных занятий, 2 часа практических и семинарских занятий, на самостоятельную (внеаудиторная работа) студентов отводится 56 часов, форма контроля – экзамен.

Репозиторий БГПУ

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

## Тема 1

### **Введение. Основные закономерности роста и развития организма в его взаимоотношении с внешней средой**

Рост и развитие, возрастные закономерности роста. Изменение пропорций тела. Гетерохронность и гармоничность развития.

Периодизация этапов жизни человека. Периоды развития организма.

Организм как единое целое. Понятие о гомеостазе. Единство организма и среды, в которой происходит развитие ребенка.

Физическое развитие – показатель состояния здоровья. Группы здоровья.

## Тема 2

### **Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений**

Скелет человека. Строение и функции суставов. Химический состав и рост костей. Изгибы позвоночника, их образование и сроки фиксации. Развитие скелета туловища, конечностей, мозгового и лицевого черепа.

Строение и функции мышц. Становление массы, силы мышц. Развитие двигательных навыков у детей. Выносливость детей. Двигательный режим.

Осанка, формирование правильной осанки. Нарушение осанки, виды, причины, профилактика. Правильная поза при сидении. Сколиоз. Плоскостопие.

Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений. Оборудование раздевальной (шкафы для верхней одежды), групповых комнат (столы, стулья их виды, размеры, ростовая шкала, цветовая маркировка), игровых (в комнатах необходимо иметь горки, мостики, доски и другое оборудование, а также специальное оборудование для физических упражнений). Правила рассадки детей в игровой и учебной комнатах. Гигиенические требования к спальне.

## Тема 3

### **Физиология нервной системы и ее возрастные особенности**

Строение нервной системы. Строение и свойства нейрона. Свойства нервных волокон. Связь между нейронами.

Возрастные особенности развития головного мозга. Понятие об аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга.

Возрастные особенности развития спинного мозга. Рефлекторная дуга. Рефлекс – основа нервной деятельности.

Строение и функция вегетативной нервной системы. Возрастные особенности вегетативной нервной системы.

Понятие о раздражении и раздражителях, возбуждении и торможении.

Возбуждение и торможение в ЦНС. Механизм передачи возбуждения в ЦНС. Возрастные особенности процессов возбуждения и торможения.

Иррадиация, индукция, конвергенция. Нервный центр и его свойства.

#### **Тема 4**

### **Высшая нервная деятельность (ВНД) и ее возрастные особенности**

Высшая нервная деятельность, ее становление в процессе развития ребенка. Условные и безусловные рефлексы. Классификация условных рефлексов. Механизмы формирования условных рефлексов. Условия формирования условных рефлексов.

Торможение условных рефлексов. Безусловное и условное торможение. Виды безусловного торможения. Условное торможение как основа воспитания детей. Виды условного торможения. Особенности условного торможения у детей. Выработка условного торможения – физиологическая основа воспитания.

Возрастные особенности условно – рефлекторной деятельности: скорость образования, величина и устойчивость условных рефлексов. Условные рефлексы на речевые раздражители.

Динамический стереотип – физиологическая основа формирования привычек, навыков, режима дня.

Становление речи у детей. Возрастные особенности взаимодействия двух сигнальных систем.

Понятие об интегративной деятельности мозга. Память кратковременная и долговременная. Физиологические механизмы кратковременной и долговременной памяти.

Физиологические механизмы сна и бодрствования. Физиологические нормы сна.

Неврозы у детей дошкольного возраста. Астенический синдром. Значение психического здоровья для полноценного развития детей разных возрастных групп. Нарушения психического развития детей дошкольного возраста. Подходы педагога по сохранению психического здоровья ребенка.

#### **Тема 5**

### **Возрастные особенности зрительной и слуховой сенсорной систем. Профилактика нарушений зрения и слуха у детей**

Понятие о сенсорных системах организма человека.

Орган зрения. Возрастные особенности органа зрения. Морфофункциональная организация органа зрения. Аккомодационный аппарат глаза. Острота зрения. Близорукость и дальнозоркость, световая и цветовая чувствительность в

разном возрасте. Профилактика нарушений зрения у детей. Гигиенические требования к наглядным пособиям.

Орган слуха. Строение и акустические свойства органа слуха. Звуковоспринимающий аппарат. Возрастные особенности органа слуха. Профилактика нарушений слуха у детей.

## **Тема 6**

### **Возрастные особенности желез внутренней секреции. Половое воспитание**

Система желез внутренней секреции. Гормоны. Гипоталамо-гипофизарная система, ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции.

Гипофиз, нарушения у детей, связанные с гипо- и гиперфункцией передней доли (гиперсекрецией гормона роста).

Эпифиз и его роль в функционировании детского организма.

Нарушения роста, умственного развития, поведения детей, связанные с гипо- и гиперфункцией щитовидной железы.

Вилочковая железа и ее возрастные особенности.

Возрастные функциональные особенности поджелудочной железы.

Половые железы, роль половых гормонов в процессе роста, развития организма детей дошкольного возраста. Половое воспитание.

## **Тема 7**

### **Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей**

Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Состав и функции крови. Возрастные особенности состава крови. Малокровие, причины, профилактика у детей. Органы кровообращения. Общая схема кровообращения, движение крови.

Сердце и сосуды, их возрастные особенности. Физиологические показатели сердечной деятельности. Частота сердечных сокращений в разном возрасте. Возрастные особенности артериального давления.

Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.

## **Тема 8**

### **Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиенические требования к воздушной среде помещений дошкольных учреждений. Профилактика заболеваний органов дыхательной системы у детей**

Строение и функции органов дыхания в разном возрасте. Функциональное значение органов дыхания и голосообразования. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ), спирометрия. Возрастные особенности ЖЕЛ.

Роль воздушной среды в сохранении респираторного здоровья. Воздушно-тепловой режим помещений дошкольных учреждений.

Профилактика заболеваний органов дыхания у детей.

### Тема 9

#### **Возрастные особенности органов пищеварения. Гигиенические требования к питанию дошкольников. Рацион, нормы и режим питания. Профилактика заболеваний органов пищеварения у детей**

Функции и возрастные особенности органов пищеварения. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний у детей.

Обмен веществ. Особенности обмена веществ в разном возрасте. Потребность организма детей в белках, жирах, углеводах, витаминах.

Гигиенические требования к организации питания детей в дошкольных учреждениях. Рацион, нормы и режим питания.

### Тема 10

#### **Возрастные особенности органов мочевой системы. Профилактика заболеваний органов мочевой системы у детей.**

##### **Гигиена кожи. Гигиенические требования к детской одежде и обуви**

Система мочевых органов. Строение и функции почек. Механизм образования мочи, ее состав. Возрастные особенности органов мочевой системы. Роль личной гигиены в предупреждении заболеваний органов мочевой системы.

Возрастные особенности строения и функции кожи. Правила ухода за кожей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.

Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.

### Тема 11

#### **Гигиена внешней среды дошкольников как условие сохранения их здоровья. Физиолого-гигиенические основы организации учебно-воспитательного процесса и режима дня дошкольников**

Гигиенические требования к участку, зданию дошкольного учреждения. Особенности размещения дошкольных учреждений. Помещения дошкольного учреждения и гигиенические требования к ним.

Гигиенические требования к организации и проведению занятий в дошкольном учреждении. Активный отдых дошкольников, условия его проведения.

Гигиена сна. Гигиена физического воспитания дошкольников.

Гигиенические требования к летним оздоровительным учреждениям для детей. Гигиенические требования к детским игрушкам. Режим дня детей дошкольного возраста и его компоненты.

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(для дневной формы получения высшего образования)

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа студентов				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
I семестр								
1.	<b>Введение. Основные закономерности роста и развития организма в его взаимоотношении с внешней средой</b>	2	2	2	3			
1.1	Рост и развитие, возрастные закономерности роста. Изменение пропорций тела. Гетерохронность и гармоничность развития. Периодизация этапов жизни человека. Периоды развития организма. Организм как единое целое. Понятие о гомеостазе. Единство организма и среды, в которой происходит развитие ребенка. Физическое развитие – показатель состояния здоровья. Группы здоровья	2	2	2	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
2.	<b>Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений</b>	2	2	2	3			
2.1	Скелет человека. Строение и функции суставов. Химический состав и рост костей. Изгибы позвоночника, их об-	2	2	2	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

	<p>разование и сроки фиксации.</p> <p>Развитие скелета туловища, конечностей, мозгового и лицевого черепа.</p> <p>Строение и функции мышц. Становление массы, силы мышц. Развитие двигательных навыков у детей. Выносливость детей. Двигательный режим.</p> <p>Осанка, формирование правильной осанки. Нарушение осанки, виды, причины, профилактика. Правильная поза при сидении. Сколиоз. Плоскостопие.</p> <p>Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений. Оборудование раздевальной (шкафы для верхней одежды), групповых комнат (столы, стулья их виды, размеры, ростовая шкала, цветовая маркировка), игровых (в комнатах необходимо иметь горки, мостики, доски и другое оборудование, а также специальное оборудование для физических упражнений). Правила рассадки детей в игровой и учебной комнатах. Спальни Гигиенические требования к спальне</p>							
<b>3.</b>	<b>Физиология нервной системы и ее возрастные особенности</b>	<b>2</b>	-	-	<b>3</b>			
3.1	<p>Строение нервной системы. Строение и свойства нейрона. Свойства нервных волокон. Связь между нейронами.</p> <p>Возрастные особенности развития головного мозга. Понятие об аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга.</p> <p>Возрастные особенности развития спинного мозга. Рефлекторная дуга. Рефлекс – основа нервной деятельности.</p> <p>Строение и функция вегетативной нервной системы. Возрастные особенности вегетативной нервной системы.</p> <p>Понятие о раздражении и раздражителях, возбуждении и торможении.</p> <p>Возбуждение и торможение в ЦНС. Механизм передачи возбуждения в ЦНС. Возрастные особенности процессов возбуждения и торможения.</p> <p>Иррадиация, индукция, конвергенция. Нервный центр и его свойства</p>	2	-	-	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>4.</b>	<b>Высшая нервная деятельность (ВНД) и ее возрастные</b>	-	<b>2</b>	-	<b>3</b>			Рейтинговая кон-

	<b>особенности</b>							трольная работа №1
4.1	<p>Высшая нервная деятельность, ее становление в процессе развития ребенка. Условные и безусловные рефлексы. Классификация условных рефлексов. Механизмы формирования условных рефлексов. Условия формирования условных рефлексов.</p> <p>Торможение условных рефлексов. Безусловное и условное торможение. Виды безусловного торможения. Условное торможение как основа воспитания детей. Виды условного торможения. Особенности условного торможения у детей. Выработка условного торможения – физиологическая основа воспитания.</p> <p>Возрастные особенности условно – рефлексорной деятельности: скорость образования, величина и устойчивость условных рефлексов. Условные рефлексы на речевые раздражители.</p> <p>Динамический стереотип – физиологическая основа формирования привычек, навыков, режима дня.</p> <p>Становление речи у детей. Возрастные особенности взаимодействия двух сигнальных систем.</p> <p>Понятие об интегративной деятельности мозга. Память кратковременная и долговременная. Физиологические механизмы кратковременной и долговременной памяти. Физиологические механизмы сна и бодрствования. Физиологические нормы сна.</p> <p>Неврозы у детей дошкольного возраста. Астенический синдром.</p> <p>Значение психического здоровья для полноценного развития детей разных возрастных групп. Нарушения психического развития детей дошкольного возраста. Подходы педагога по сохранению психического здоровья ребенка</p>	-	2	-	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос, тестовый контроль
5.	<b>Возрастные особенности зрительной и слуховой сенсорной систем. Профилактика нарушений зрения и слуха у детей</b>	2	2	-	3			
5.1	<p>Понятие о сенсорных системах.</p> <p>Орган зрения. Возрастные особенности органа зрения. Морфофункциональная организация органа зрения. Аккомодационный аппарат глаза. Острота зрения. Близору-</p>	2	2	-	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

	кость и дальность зрения, световая и цветовая чувствительность в разном возрасте. Профилактика нарушений зрения у детей. Гигиенические требования к наглядным пособиям. Орган слуха. Строение и акустические свойства органа слуха. Звуковоспринимающий аппарат. Возрастные особенности органа слуха. Профилактика нарушений слуха у детей							
<b>6.</b>	<b>Возрастные особенности желез внутренней секреции. Половое воспитание</b>	-	<b>2</b>	-	<b>3</b>			
6.1	Система желез внутренней секреции. Гормоны. Гипоталамо-гипофизарная система, ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции. Гипофиз, нарушения у детей, связанные с гипо- и гиперфункцией передней доли (гиперсекрецией гормона роста). Эпифиз и его роль в функционировании детского организма. Нарушения роста, умственного развития, поведения детей, связанные с гипо- и гиперфункцией щитовидной железы. Вилочковая железа и ее возрастные особенности. Возрастные функциональные особенности поджелудочной железы. Половые железы, роль половых гормонов в процессе роста, развития организма детей дошкольного возраста. Половое воспитание	-	2	-	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>7.</b>	<b>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>			Рейтинговая контрольная работа №2
7.1	Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Состав и функции крови. Возрастные особенности состава крови. Малокровие, причины, профилактика у детей и подростков. Органы кровообращения. Общая схема кровообращения, движение крови. Сердце и сосуды, их возрастные особенности. Физиологические показатели сердечной деятельности. Частота сердечных сокращений в разном возрасте. Возрастные особенности артериального давления.	2	2	2	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос, тестовый контроль

	Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей							
<b>8.</b>	<b>Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиенические требования к воздушной среде помещений дошкольных учреждений. Профилактика заболеваний органов дыхательной системы у детей</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>3</b>			
8.1	Строение и функции органов дыхания в разном возрасте. Функциональное значение органов дыхания и голосообразования. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ), спирометрия. Возрастные особенности ЖЕЛ. Роль воздушной среды в сохранении респираторного здоровья. Воздушно-тепловой режим помещений дошкольных учреждений. Профилактика заболеваний органов дыхания у детей	2	-	-	3	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>9.</b>	<b>Возрастные особенности органов пищеварительной системы. Гигиенические требования к питанию дошкольников. Рацион, нормы и режим питания. Профилактика заболеваний органов пищеварения у детей</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
9.1	Функции и возрастные особенности органов пищеварения. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний у детей. Обмен веществ. Особенности обмена веществ в разном возрасте. Потребность организма детей в белках, жирах, углеводах, витаминах. Гигиенические требования к организации питания детей в дошкольных учреждениях. Рацион, нормы и режим питания	2	2	2	2	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>10.</b>	<b>Возрастные особенности органов мочевой системы. Профилактика заболеваний органов мочевой системы у детей. Гигиена кожи. Гигиенические требования к детской одежде и обуви</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
10.1	Система мочевых органов. Строение и функции почек. Механизм образования мочи, ее состав. Возрастные особенности органов мочевой системы. Роль личной гигиены в предупреждении заболеваний органов мочевой системы. Возрастные особенности строения и функции кожи. Пра-	2	-	2	2	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

	вила ухода за кожей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви. Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.							
11.	<b>Гигиена внешней среды дошкольников как условие сохранения их здоровья. Физиолого-гигиенические основы организации учебно-воспитательного процесса и режима дня дошкольников</b>	2	2	-	2			Рейтинговая контрольная работа №3
11.1	Гигиенические требования к участку, зданию дошкольного учреждения. Особенности размещения дошкольных учреждений. Помещения дошкольного учреждения и гигиенические требования к ним. Гигиенические требования к организации и проведению занятий в дошкольном учреждении. Активный отдых дошкольников, условия его проведения. Гигиена физического воспитания дошкольников. Гигиенические требования к летним оздоровительным учреждениям для детей. Гигиенические требования к детским игрушкам. Режим дня детей дошкольного возраста и его компоненты.	2	2	-	2	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос, тестовый контроль
	<b>Итого</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>30</b>			<b>Экзамен</b>
	<b>Всего аудиторных часов</b>	<b>34</b>						

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**(для заочной формы получения высшего образования-5 лет)**

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов			Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студентов			
1	2	3	4	5	6	7	8
1 курс							
<b>1.</b>	<b>Введение. Основные закономерности роста и развития организма в его взаимоотношении с внешней средой</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
1.1	Рост и развитие, возрастные закономерности роста. Изменение пропорций тела. Гетерохронность и гармоничность развития. Периодизация этапов жизни человека. Периоды развития организма. Организм как единое целое. Понятие о гомеостазе. Единство организма и среды, в которой происходит развитие ребенка. Физическое развитие – показатель состояния здоровья. Группы здоровья.	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>2.</b>	<b>Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			

2.1	<p>Скелет человека. Строение и функции суставов. Химический состав и рост костей. Изгибы позвоночника, их образование и сроки фиксации.</p> <p>Развитие скелета туловища, конечностей, мозгового и лицевого черепа.</p> <p>Строение и функции мышц. Становление массы, силы мышц. Развитие двигательных навыков у детей. Выносливость детей. Двигательный режим.</p> <p>Осанка, формирование правильной осанки. Нарушение осанки, виды, причины, профилактика. Правильная поза при сидении. Сколиоз. Плоскостопие.</p> <p>Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений. Оборудование раздевальной (шкафы для верхней одежды), групповых комнат (столы, стулья их виды, размеры, ростовая шкала, цветовая маркировка), игровых (в комнатах необходимо иметь горки, мостики, доски и другое оборудование, а также специальное оборудование для физических упражнений). Правила рассадки детей в игровой и учебной комнатах. Спальни оборудуют стационарными кроватями, гигиенические требования к спальне.</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>3.</b>	<b>Физиология нервной системы и ее возрастные особенности</b>	<b>0.5</b>	-	<b>5</b>			
3.1	<p>Строение нервной системы. Строение и свойства нейрона. Свойства нервных волокон. Связь между нейронами.</p> <p>Возрастные особенности развития головного мозга. Понятие об аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга.</p> <p>Возрастные особенности развития спинного мозга. Рефлекторная дуга. Рефлекс – основа нервной деятельности.</p> <p>Строение и функция вегетативной нервной системы. Возрастные особенности вегетативной нервной системы.</p> <p>Понятие о раздражении и раздражителях, возбуждении и торможении.</p> <p>Возбуждение и торможение в ЦНС. Механизм переда-</p>	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

	чи возбуждения в ЦНС. Возрастные особенности процессов возбуждения и торможения. Иррадиация, индукция, конвергенция. Нервный центр и его свойства.						
<b>4.</b>	<b>Высшая нервная деятельность (ВНД) и ее возрастные особенности</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
4.1	<p>Высшая нервная деятельность, ее становление в процессе развития ребенка. Условные и безусловные рефлексы. Классификация условных рефлексов. Механизмы формирования условных рефлексов. Условия формирования условных рефлексов.</p> <p>Торможение условных рефлексов. Безусловное и условное торможение. Виды безусловного торможения. Условное торможение как основа воспитания детей. Виды условного торможения. Особенности условного торможения у детей. Выработка условного торможения – физиологическая основа воспитания.</p> <p>Возрастные особенности условно – рефлекторной деятельности: скорость образования, величина и устойчивость условных рефлексов. Условные рефлексы на речевые раздражители.</p> <p>Динамический стереотип – физиологическая основа формирования привычек, навыков, режима дня.</p> <p>Становление речи у детей.</p> <p>Возрастные особенности взаимодействия двух сигнальных систем.</p> <p>Понятие об интегративной деятельности мозга. Память кратковременная и долговременная. Физиологические механизмы кратковременной и долговременной памяти. Физиологические механизмы сна и бодрствования. Физиологические нормы сна.</p> <p>Неврозы у детей дошкольного возраста. Астенический синдром.</p> <p>Значение психического здоровья для полноценного развития детей разных возрастных групп. Нарушения психического развития детей дошкольного возраста. Подходы педагога по сохранению психического здоровья ребенка.</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

<b>5.</b>	<b>Возрастные особенности зрительной и слуховой сенсорной систем. Профилактика нарушений зрения и слуха у детей</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
5.1	<p>Понятие о сенсорных системах организма человека. Орган зрения. Возрастные особенности органа зрения. Морфофункциональная организация органа зрения. Аккомодационный аппарат глаза. Острота зрения. Близорукость и дальнозоркость, световая и цветовая чувствительность в разном возрасте. Профилактика нарушений зрения у детей. Гигиенические требования к наглядным пособиям.</p> <p>Орган слух. Строение и акустические свойства органа слуха. Звуковоспринимающий аппарат. Возрастные особенности органа слуха. Профилактика нарушений слуха у детей.</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>6.</b>	<b>Возрастные особенности желез внутренней секреции. Половое воспитание</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>5</b>			
6.1	<p>Система желез внутренней секреции. Гормоны. Гипоталамо-гипофизарная система, ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции.</p> <p>Гипофиз, нарушения у детей, связанные с гипо- и гиперфункцией передней доли (гиперсекрецией гормона роста).</p> <p>Эпифиз и его роль в функционировании детского организма.</p> <p>Нарушения роста, умственного развития, поведения детей, связанные с гипо- и гиперфункцией щитовидной железы.</p> <p>Вилочковая железа и ее возрастные особенности.</p> <p>Возрастные функциональные особенности поджелудочной железы.</p> <p>Половые железы, роль половых гормонов в процессе роста, развития организма детей дошкольного возраста.</p> <p>Половое воспитание</p>	-	1	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>7.</b>	<b>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			

7.1	<p>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Состав и функции крови. Возрастные особенности состава крови. Малокровие, причины, профилактика у детей и подростков. Органы кровообращения. Общая схема кровообращения, движение крови.</p> <p>Сердце и сосуды, их возрастные особенности. Физиологические показатели сердечной деятельности. Частота сердечных сокращений в разном возрасте. Возрастные особенности артериального давления.</p> <p>Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</p>	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>8.</b>	<b>Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиенические требования к воздушной среде помещений дошкольных учреждений. Профилактика заболеваний органов дыхательной системы у детей</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
8.1	<p>Строение и функции органов дыхания в разном возрасте. Функциональное значение органов дыхания и голосообразования. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ), спирометрия. Возрастные особенности ЖЕЛ.</p> <p>Роль воздушной среды в сохранении респираторного здоровья. Воздушно-тепловой режим помещений дошкольных учреждений.</p> <p>Профилактика заболеваний органов дыхания у детей.</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>9.</b>	<b>Возрастные особенности органов пищеварительной системы. Гигиенические требования к питанию дошкольников. Рацион, нормы и режим питания. Профилактика заболеваний органов пищеварения у детей</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
9.1	<p>Функции и возрастные особенности органов пищеварения. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний у детей.</p> <p>Обмен веществ. Особенности обмена веществ в разном возрасте. Потребность организма детей в белках, жирах, углеводах, витаминах.</p> <p>Гигиенические требования к организации питания детей в дошкольных учреждениях. Рацион, нормы и режим питания</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

<b>10.</b>	<b>Возрастные особенности органов мочевой системы. Профилактика заболеваний органов мочевой системы у детей. Гигиена кожи. Гигиенические требования к детской одежде и обуви</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
10.1	Система мочевых органов. Строение и функции почек. Механизм образования мочи, ее состав. Возрастные особенности органов мочевой системы. Роль личной гигиены в предупреждении заболеваний органов мочевой системы. Возрастные особенности строения и функции кожи. Правила ухода за кожей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви. Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>11.</b>	<b>Гигиена внешней среды дошкольников как условие сохранения их здоровья. Физиолого-гигиенические основы организации учебно-воспитательного процесса и режима дня дошкольников</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>			
11.1	Гигиенические требования к участку, зданию дошкольного учреждения. Особенности размещения дошкольных учреждений. Помещения дошкольного учреждения и гигиенические требования к ним. Гигиенические требования к организации и проведению занятий в дошкольном учреждении. Активный отдых дошкольников, условия его проведения. Гигиена сна. Гигиена физического воспитания дошкольников. Гигиенические требования к летним оздоровительным учреждениям для детей. Гигиенические требования к детским игрушкам. Режим дня детей дошкольного возраста и его компоненты.	1	1	4	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>Итого</b>		<b>8</b>	<b>2</b>	<b>54</b>	<b>Экзамен</b>		
<b>Всего</b>		<b>8</b>	<b>2</b>	<b>-</b>			
<b>Всего аудиторных часов</b>		<b>10</b>					

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
(для заочной формы получения высшего образования - 3.6 лет)

1	2 Название раздела, темы	3 Количество аудиторных часов		5 Самостоятельная работа студентов	6 Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	7 Литература	8 Форма контроля знаний
		4 Лекции	4 Практические занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8
1 курс							
1.	<b>Введение. Основные закономерности роста и развития организма в его взаимоотношении с внешней средой</b>	0.5	-	5			
1.1	Рост и развитие, возрастные закономерности роста. Изменение пропорций тела. Гетерохронность и гармоничность развития. Периодизация этапов жизни человека. Периоды развития организма. Организм как единое целое. Понятие о гомеостазе. Единство организма и среды, в которой происходит развитие ребенка. Физическое развитие – показатель состояния здоровья. Группы здоровья.	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
2.	<b>Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Гигиенические</b>	1	-	5			

	<b>требования к оборудованию дошкольных учреждений</b>						
2.1	<p>Скелет человека. Строение и функции суставов. Химический состав и рост костей. Изгибы позвоночника, их образование и сроки фиксации.</p> <p>Развитие скелета туловища, конечностей, мозгового и лицевого черепа.</p> <p>Строение и функции мышц. Становление массы, силы мышц. Развитие двигательных навыков у детей. Выносливость детей. Двигательный режим.</p> <p>Осанка, формирование правильной осанки. Нарушение осанки, виды, причины, профилактика. Правильная поза при сидении. Сколиоз. Плоскостопие.</p> <p>Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений. Оборудование раздевальной (шкафы для верхней одежды), групповых комнат (столы, стулья их виды, размеры, ростовая шкала, цветовая маркировка), игровых (в комнатах необходимо иметь горки, мостики, доски и другое оборудование, а также специальное оборудование для физических упражнений). Правила рассадки детей в игровой и учебной комнатах. Гигиенические требования к спальне.</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>3.</b>	<b>Физиология нервной системы и ее возрастные особенности</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
3.1	<p>Строение нервной системы. Строение и свойства нейрона. Свойства нервных волокон. Связь между нейронами.</p> <p>Возрастные особенности развития головного мозга. Понятие об аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга.</p> <p>Возрастные особенности развития спинного мозга. Рефлекторная дуга. Рефлекс – основа нервной деятельности.</p> <p>Строение и функция вегетативной нервной системы. Возрастные особенности вегетативной нервной системы.</p> <p>Понятие о раздражении и раздражителях, возбуждении и торможении.</p>	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

	<p>Возбуждение и торможение в ЦНС. Механизм передачи возбуждения в ЦНС. Возрастные особенности процессов возбуждения и торможения.</p> <p>Иррадиация, индукция, конвергенция. Нервный центр и его свойства.</p>						
<b>4.</b>	<b>Высшая нервная деятельность (ВНД) и ее возрастные особенности</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
4.1	<p>Высшая нервная деятельность, ее становление в процессе развития ребенка. Условные и безусловные рефлексы. Классификация условных рефлексов. Механизмы формирования условных рефлексов. Условия формирования условных рефлексов.</p> <p>Торможение условных рефлексов. Безусловное и условное торможение. Виды безусловного торможения. Условное торможение как основа воспитания детей. Виды условного торможения. Особенности условного торможения у детей. Выработка условного торможения – физиологическая основа воспитания.</p> <p>Возрастные особенности условно – рефлекторной деятельности: скорость образования, величина и устойчивость условных рефлексов. Условные рефлексы на речевые раздражители.</p> <p>Динамический стереотип – физиологическая основа формирования привычек, навыков, режима дня.</p> <p>Становление речи у детей.</p> <p>Возрастные особенности взаимодействия двух сигнальных систем.</p> <p>Понятие об интегративной деятельности мозга. Память кратковременная и долговременная. Физиологические механизмы кратковременной и долговременной памяти. Физиологические механизмы сна и бодрствования. Физиологические нормы сна.</p> <p>Неврозы у детей дошкольного возраста. Астенический синдром.</p> <p>Значение психического здоровья для полноценного развития детей разных возрастных групп. Нарушения психического развития детей дошкольного возраста.</p> <p>Подходы педагога по сохранению психического здоро-</p>	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

	вья ребенка.						
<b>5.</b>	<b>Возрастные особенности зрительной и слуховой сенсорной систем. Профилактика нарушений зрения и слуха у детей</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
5.1	Понятие о сенсорных системах организма человека. Орган зрения. Возрастные особенности органа зрения. Морфофункциональная организация органа зрения. Аккомодационный аппарат глаза. Острота зрения. Близорукость и дальнозоркость, световая и цветовая чувствительность в разном возрасте. Профилактика нарушений зрения у детей. Гигиенические требования к наглядным пособиям. Орган слуха. Строение и акустические свойства органа слуха. Звуковоспринимающий аппарат. Возрастные особенности органа слуха. Профилактика нарушений слуха у детей.	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>6.</b>	<b>Возрастные особенности желез внутренней секреции. Половое воспитание</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>5</b>			
6.1	Система желез внутренней секреции. Гормоны. Гипоталамо-гипофизарная система, ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции. Гипофиз, нарушения у детей, связанные с гипо- и гиперфункцией передней доли (гиперсекрецией гормона роста). Эпифиз и его роль в функционировании детского организма. Нарушения роста, умственного развития, поведения детей, связанные с гипо- и гиперфункцией щитовидной железы. Вилочковая железа и ее возрастные особенности. Возрастные функциональные особенности поджелудочной железы. Половые железы, роль половых гормонов в процессе роста, развития организма детей дошкольного возраста. Половое воспитание	-	1	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>7.</b>	<b>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			

7.1	<p>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Состав и функции крови. Возрастные особенности состава крови. Малокровие, причины, профилактика у детей и подростков. Органы кровообращения. Общая схема кровообращения, движение крови.</p> <p>Сердце и сосуды, их возрастные особенности. Физиологические показатели сердечной деятельности. Частота сердечных сокращений в разном возрасте. Возрастные особенности артериального давления.</p> <p>Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</p>	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
8.	<b>Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиенические требования к воздушной среде помещений дошкольных учреждений. Профилактика заболеваний органов дыхательной системы у детей</b>	1	-	5			
8.1	<p>Строение и функции органов дыхания в разном возрасте. Функциональное значение органов дыхания и голосообразования. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ), спирометрия. Возрастные особенности ЖЕЛ.</p> <p>Роль воздушной среды в сохранении респираторного здоровья. Воздушно-тепловой режим помещений дошкольных учреждений.</p> <p>Профилактика заболеваний органов дыхания у детей.</p>	1	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
9.	<b>Возрастные особенности органов пищеварительной системы. Гигиенические требования к питанию дошкольников. Рацион, нормы и режим питания. Профилактика заболеваний органов пищеварения у детей</b>	0.5	-	5			
9.1	<p>Функции и возрастные особенности органов пищеварения. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний у детей.</p> <p>Обмен веществ. Особенности обмена веществ в разном возрасте. Потребность организма детей в белках, жирах, углеводах, витаминах.</p> <p>Гигиенические требования к организации питания детей в дошкольных учреждениях. Рацион, нормы и режим питания</p>	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос

<b>10.</b>	<b>Возрастные особенности органов мочевой системы. Профилактика заболеваний органов мочевой системы у детей. Гигиена кожи. Гигиенические требования к детской одежде и обуви</b>	<b>0.5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>			
10.1	Система мочевых органов. Строение и функции почек. Механизм образования мочи, ее состав. Возрастные особенности органов мочевой системы. Роль личной гигиены в предупреждении заболеваний органов мочевой системы. Возрастные особенности строения и функции кожи. Правила ухода за кожей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви. Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.	0.5	-	5	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>11.</b>	<b>Гигиена внешней среды дошкольников как условие сохранения их здоровья. Физиолого-гигиенические основы организации учебно-воспитательного процесса и режима дня дошкольников</b>	<b>0.5</b>	<b>1</b>	<b>6</b>			
11.1	Гигиенические требования к участку, зданию дошкольного учреждения. Особенности размещения дошкольных учреждений. Помещения дошкольного учреждения и гигиенические требования к ним. Гигиенические требования к организации и проведению занятий в дошкольном учреждении. Активный отдых дошкольников, условия его проведения. Гигиена сна. Гигиена физического воспитания дошкольников. Гигиенические требования к летним оздоровительным учреждениям для детей. Гигиенические требования к детским игрушкам. Режим дня детей дошкольного возраста и его компоненты.	0.5	1	6	Тем. фильмы, компьютерная презентация	[1-4]	Устный опрос
<b>Итого</b>		<b>6</b>	<b>2</b>	<b>56</b>	<b>Экзамен</b>		
<b>Всего</b>		<b>6</b>	<b>2</b>	<b>-</b>			
<b>Всего аудиторных часов</b>		<b>8</b>					

## Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы студентов

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; Перечень вопросов для самостоятельного изучения	Количество часов на СРС	Задания	Форма выполнения
1	2	3	4	5
1	<p><b>Основные закономерности роста и развития организма в его взаимоотношении с внешней средой</b></p> <p>Вопросы</p> <p>Понятие о саморегуляции функций, адаптации и биологической надежности. Сенситивные периоды в развитии детей. Акселерация и ретардация развития. Возраст детей (биологический и паспортный). Единство организма и среды, в которой происходит развитие ребенка. Методы исследования в возрастной физиологии.</p>	3	<p>Охарактеризуйте структурные уровни в организме человека.</p> <p>Что такое гомеостаз? В чем состоит его значение для организма?</p> <p>Что понимают под саморегуляцией функций? Дайте сравнительную характеристику нервной и гуморальной регуляции функций. В чем особенности нервной и гуморального механизмов регуляции</p>	Работа с учебником, презентации. Ответы на контрольные вопросы
2	<p><b>Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений</b></p> <p>Вопросы</p> <p>Профилактика нарушений осанки. Понятие о сколиозе и плоскостопии, их профилактика. Физическое развитие дошкольников и методы его оценки. Физическое развитие часто болеющих детей. Развитие двигательных навыков у детей. Становление массы, силы мышц. Выносливость детей.</p>	3	<p>Опишите строение и функции позвоночного столба. Поясните, что такое физиологические изгибы позвоночника, в какие сроки они формируются. Охарактеризуйте влияние неправильной позы и интенсивных физических нагрузок на опорно-двигательный аппарат ребенка.</p> <p>Какие факторы приводят к нарушению осанки?</p> <p>Охарактеризуйте основные формы нарушения осанки и причины, приводящие к нарушениям осанки. .</p> <p>Как происходит развитие двигательных качеств у детей? С чем связано формирование плоскостопия и сколиоза? Как предупредить нарушения осанки у детей?</p>	Работа с учебником, подготовка реферата, тестовые задания, самопроверка знаний с помощью перечня контрольных вопросов
3	<p><b>Физиология нервной системы и ее возрастные особенности</b></p> <p>Вопросы</p> <p>Иррадиация и концентрация нервных процессов в детском воз-</p>	3	<p>Каковы функции и отделы головного мозга? Опишите строение и функции конечного мозга. Дайте характеристику клеточному строению коры больших полушарий.</p>	Подготовка реферата, презентации. Индивидуальные

	расте. Электрическая активность мозга. Возрастные особенности ЭЭГ (электроэнцефалограммы). Физиологическая доминанта. Асимметрия полушарий головного мозга. Вегетативная (автономная) нервная система: отделы, возрастные особенности их функционирования.		Что относится к лимбической системе? Что понимают под ретикулярной формацией и под лимбико-ретикулярным комплексом? Какова роль миелинизации нервных волокон в совершенствовании функционирования нервной системы. Каковы особенности иррадиации и концентрации нервных процессов в детском возрасте? Что такое доминанта и динамический стереотип? Какова их роль в процессах обучения и воспитания? Поясните функциональную асимметрию полушарий головного мозга. Речевые центры – Вернике и Брока.	задания
4	<b>Высшая нервная деятельность (ВНД) и ее возрастные особенности</b> Вопросы Психофизиологическая характеристика возрастных периодов	3	Каковы возрастные особенности функционирования симпатического и парасимпатического отделов ВНС? Подготовьте реферативные сообщения: Морфофункциональное созревание мозга в онтогенезе. Нарушения речевой сферы при органическом поражении мозга. Нарушения поведения: синдром гиперактивности и дефицита внимания. Нарушения поведения: тики. Особенности поражения нервной системы в детском возрасте. Исследования нарушений психических функций в детском возрасте. Наиболее распространенные формы нарушения психического развития у детей.	Работа с учебником. Презентация. Ответы на контрольные вопросы. Тестовые задания
5	<b>Возрастные особенности зрительной и слуховой сенсорной систем. Профилактика нарушений зрения и слуха у детей</b> Вопросы Профилактика нарушений зрения у школьников. Методика проведения зрительной гимнастики. Профилактика нарушений слуха у детей.	3	Опишите функции органа слуха, органа зрения. Что понимают под сенсорной системой? На схеме покажите отделы сенсорной системы. Объясните, что такое рефракция и аккомодация глаза. Обоснуйте гетерохронность развития сенсорных систем и их отделов. Охарактеризуйте возрастные особенности зрительной и слуховой сенсорных систем.	Самопроверка знаний с помощью перечня контрольных вопросов, тестов.
6	Возрастные особенности желез внутренней секреции. Половое воспитание Вопросы Нейроэндокринная регуляция. Гипоталамо-гипофизарная система. Эндокринная функция поджелудочной железы. Гормоны надпочечников и их функции в организме. Половые железы, роль половых гормонов в процессе роста, разви-	3	Какие железы относятся к эндокринным и смешанным? Виды действия гормонов в организме. Как осуществляется регуляция деятельности ЖВС? Нарисуйте схему гипоталамо-гипофизарной системы и поясните процесс нейроэндокринной регуляции. Дайте характеристику местоположения, строения и функций гипофиза, эпифиза, тимуса, их гормоны и ре-	Работа с учебником. Краткие письменный и устный отчеты

	тия организма. Половое воспитание		гуляторные влияния. Дайте характеристику щитовидной железе, ее роли в процессах роста и развития. Назовите гормоны коркового и мозгового вещества надпочечников и обозначьте их функции. В чем состоит внутрисекреторная функция половых желез и какова их роль в процессах роста и развития организма? Эндокринная система младшего школьника?	
7	<b>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</b> Вопросы Возрастные изменения гемоглобина крови. Виды лейкоцитов. Лейкоцитарная формула. Профилактика болезней системы кровообращения у детей. Возрастные особенности строения сердца и сосудов. Нейрогуморальная регуляция артериального давления. Подходы педагога к детям с ВПС. Профилактика анемии у детей. Органы иммунной системы. Особенности иммунной системы ребенка.	3	Опишите возрастные изменения состава крови. Опишите основные виды лейкоцитов и их функциональные свойства. Что такое лейкоцитарная формула и как она изменяется с возрастом. Что такое анемия? Чем она обусловлена? Как изменяется состав крови с возрастом. Как изменяются с возрастом функциональные возможности сердца? Что понимают под автоматией сердца и какие структуры ее обеспечивают? Как осуществляется нейрогуморальная регуляция артериального давления? Как изменяются артериальное давление и пульс с возрастом?	Работа с учебником, самопроверка знаний с помощью контрольных вопросов, тестов
8	<b>Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиенические требования к воздушной среде помещений дошкольных учреждений. Профилактика заболеваний органов дыхательной системы у детей.</b> Вопросы Нарушения функционирования дыхательных путей, профилактика заболеваний органов дыхания. Роль воздушной среды в сохранении респираторного здоровья школьников.	3	Каково деление органов дыхания на группы по функциональному признаку. Функциональные особенности органов, входящих в состав воздухоносных путей. Как идет формирование гортани с возрастом. Почему гортань называют многофункциональным органом? Каковы функции легких? Что понимают под жизненной емкостью легких, под дыхательным объемом и минутным объемом дыхания? Охарактеризуйте особенности регуляции дыхания в детском и подростковом возрасте. Как изменяются тип дыхания и частота дыхательных движений с возрастом?	Работа с учебником, подготовка реферата. Индивидуальные задания
9	<b>Возрастные особенности органов пищеварительной системы. Гигиенические требования к питанию дошкольников. Рацион, нормы и режим питания. Профилактика заболеваний органов пищеварения у детей.</b> Вопросы Причины нарушений системы органов пищеварения. Профилактика болезней органов пищеварения. Обмен веществ и энергии и его	2	Каковы причины нарушений органов пищеварения? В чем сущность профилактики болезней органов пищеварения? Охарактеризуйте особенности обмена веществ на разных возрастных этапах. Поясните принципы рационального питания. Объясните сущность правильной организации режима питания. Какие существуют ограничения в отношении питания дошкольников? Каковы	Работа с учебником, Индивидуальные задания. Презентации

	значение. Особенности обмена веществ у детей и подростков. Нарушения обмена веществ у детей. Рациональное и сбалансированное питание детей: соблюдение правил, структуры, режима. Организация питания детей.		особенности организации питания в ДУ?	
10	<b>Возрастные особенности органов мочевой системы. Профилактика заболеваний органов мочевой системы у детей. Гигиена кожи. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.</b> Вопросы Причины нарушений системы органов мочевой системы. Профилактика болезней органов мочевой системы. Возрастные особенности строения и функции кожи. Правила ухода за кожей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви. Терморегуляция и ее особенности у детей.	2	Каков общий план строения и функции органов мочевой системы. Строение и функции почек. Образование мочи в почках, ее состав. Возрастные особенности мочевых органов. Предупреждение заболеваний органов мочевой системы. Возрастные особенности кожи. Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации. Правила ухода за кожей. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.	Работа с учебником, Индивидуальные задания. Презентации
11	<b>Гигиена внешней среды дошкольников как условие сохранения их здоровья. Физиолого-гигиенические основы организации учебно-воспитательного процесса и режима дня дошкольников.</b> Вопросы Гигиенические требования к участку, зданию дошкольного учреждения. Особенности размещения дошкольных учреждений. Помещения дошкольного учреждения и гигиенические требования к ним	2	Каковы гигиенические требования к организации и проведению занятий в дошкольном учреждении. Активный отдых дошкольников, условия его проведения. Гигиена сна. Гигиена физического воспитания дошкольников. Гигиенические требования к летним оздоровительным учреждениям для детей. Гигиенические требования к детским игрушкам. Режим дня детей дошкольного возраста и его компоненты	Работа с учебником, Индивидуальные задания. Презентации
<b>Итого</b>		<b>30</b>		

## Методические рекомендации по организации и выполнению управляемой самостоятельной работы студентов

1.	<p>Перевести 2 ч. лекций в управляемую самостоятельную работу студентов в 1-м семестре</p> <p><b>Тема:</b> Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы.Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</p> <p><i>Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.</i></p> <p>Рассмотреть рисунки «возрастные особенности органов кроветворения».</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.</i></p> <p>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Состав и функции крови.Возрастные особенности состава крови. Малоокровие, причины, профилактика у детей и подростков. Органы кровообращения. Общая схема кровообращения, движение крови.Сердце и сосуды,их возрастные особенности. Физиологические показатели сердечной деятельности. Частота сердечных сокращений в разном возрасте. Возрастные особенности артериального давления. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний</i></p> <p>Изучите последовательность физиологических показателей сердечной деятельности. Частота сердечных сокращений в разном возрасте. Возрастные особенности артериального давления. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.</p> <p><i>Форма контроля:</i> устный опрос, тестовые задания,контрольные вопросы, индивидуальные задания.</p>	С целью оптимизации учебного процесса
2.	<p>Перевести 2 ч. лекций в управляемую самостоятельную работу студентов в 1-м семестре</p> <p><b>Тема:</b> Возрастные особенности мочевой системы. Профилактика заболеваний органов мочевой системы у детей.</p>	С целью оптимизации учебного процесса

<p>Гигиена кожи. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.</p> <p>Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.</p> <p><i>Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.</i></p> <p>Рассмотрите рисунок «Анатомо-физиологические особенности почек, мочеточников, мочевого пузыря, мочеиспускательного канала» и определите, какими цифрами обозначены отдельные элементы мочевой системы у детей. Знать особенности гигиенического воспитания детей и родителей, а также режим дня у детей различных возрастных групп.</p> <p>Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.</i></p> <p>Охарактеризуйте влияние физической активности, водного режима, питания на развитие и становление функциональных возможностей мочевой системы у детей. Охарактеризуйте нормальные показатели общего анализа мочи, биохимического анализа крови. Какие факторы влияют на формирование гигиенических навыков и рациональный режим дня у детей.</p> <p>Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.</i></p> <p>Изучите основные правила обследования и особенности почек и мочевой системы у здоровых детей в зависимости от возраста и основные показатели нормального функционирования почек и мочевой системы. Изучите показатели урограммы и основные данные функции почек по биохимическому анализу крови в норме и изменения их в зависимости от возраста. Овладеть навыками гигиенического воспитания детей и составления рационального режима дня.</p> <p>Терморегуляция и ее особенности у детей. Основные принципы закаливания и его организации.</p> <p><i>Форма контроля:</i> устный опрос, тестовые задания, контрольные вопросы, индивидуальные задания.</p>	
--	--

3.	<p>Перевести 2 ч. семинарских занятий в управляемую самостоятельную работу студентов в 1-м семестре</p> <p><b>Тема:</b> Введение. Основные закономерности роста и развития организма в его взаимоотношении с внешней средой</p> <p><i>Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.</i></p> <p>Рассмотрите рисунок «Рост и развитие, возрастные закономерности роста. Изменение пропорций тела. Гармоничность развития».</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.</i></p> <p>Охарактеризуйте предмет: «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста», его содержание и значение для педагогической деятельности.</p> <p>Рост и развитие, возрастные закономерности роста. Изменение пропорций тела. Гармоничность развития.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.</i></p> <p>Изучите основные правила обследования и методы изучения физического развития детей. Группы здоровья</p> <p><i>Форма контроля:</i> устный опрос, тестовые задания, контрольные вопросы, индивидуальные задания.</p>	С целью оптимизации учебного процесса
4.	<p>Перевести 2 ч. семинарских занятий в управляемую самостоятельную работу студентов в 1-м семестре</p> <p><b>Тема:</b> Возрастные особенности пищеварительной системы. Гигиенические требования к питанию дошкольников. Рацион, нормы и режим питания. Профилактика заболеваний органов пищеварения у детей.</p> <p><i>Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.</i></p> <p>Рассмотреть рисунки органов пищеварения у детей (полость рта, зубы, язык, глотка, пищевод, желудок, кишечник. Функции желудочно-кишечного тракта, виды пищеварения, микрофлора кишечника).</p>	С целью оптимизации учебного процесса

	<p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.</i></p> <p>Определение понятия «основы рационального питания детей дошкольного возраста».</p> <p>Понятие о рациональном питании, количественный и качественный состав пищи: белки, жиры, углеводы. Гигиенические требования к питанию детей дошкольного возраста. Организация питания детей дошкольного возраста.</p> <p>Влияние витаминов и минеральных веществ на рост и развитие детей. Общее представление о витаминах, классификация. Потребность в витаминах. Характеристика витаминов. Минеральные вещества их значение для растущего организма, потребность. Характеристика отдельных макро- и микроэлементов.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний</i></p> <p>Изучите правила личной гигиены у детей разных возрастных групп. Формирование навыков личной гигиены у детей: умывание, чистка зубов, мытье рук, принятие ванны или душа и др.</p> <p><i>Форма контроля:</i> устный опрос, тестовые задания, контрольные вопросы, индивидуальные задания.</p>	
5.	<p>Перевести 2 ч. семинарских занятий в управляемую самостоятельную работу студентов в 1-м семестре</p> <p><b>Тема:</b> Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений</p> <p><i>Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.</i></p> <p>Рассмотрите рисунок «Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей» и определите, какими цифрами обозначены нарушения свода стопы и их степени, нарушение осанки, сколиоз, виды, степени, а также влияние костных нарушений на развитие и функцию мышц.</p> <p>Гигиенические требования к оборудованию дошкольных учреждений. Оборудование раздевальной (шкафы для верхней одежды), групповых комнат (столы, стулья их виды, размеры, ростовая</p>	С целью оптимизации учебного процесса

<p>шкала, цветовая маркировка), игровых (в комнатах необходимо иметь горки, мостики, доски и другое оборудование, а также специальное оборудование для физических упражнений). Спальни оборудуют стационарными кроватями.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.</i></p> <p>Охарактеризуйте правильную позу дошкольника в положении сидя. Особенности осанки у детей. Нарушения осанки (увеличение естественных изгибов позвоночника – лордозов и кифозов), причины, профилактика. Факторы, влияющие на формирование плоскостопия, нарушение осанки у детей. Правила раскладки детей в игровой и учебной комнатах, гигиенические требования к спальне.</p> <p><i>Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.</i></p> <p>Изучите основные правила обследования и особенности костно-мышечной системы у детей с признаками плоскостопия и нарушения осанки. Основные мероприятия для профилактики плоскостопия и нарушения осанки. Специфика обуви при плоскостопии. Особенности раскладки детей за столом и подбор стульев. Кровать, особенности матраца.</p> <p><i>Форма контроля:</i> устный опрос, тестовые задания, контрольные вопросы, индивидуальные задания.</p>	
---	--

## Перечень используемых средств диагностики результатов учебной деятельности

Для текущего контроля и самоконтроля знаний и умений студентов по учебной дисциплине «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста» можно использовать следующий диагностический инструментарий:

- устный опрос;
- тестовый контроль;
- рейтинговая контрольная работа;
- индивидуальные задания;
- подготовка презентаций;
- экзамен.

Текущий контроль успеваемости проводится в форме устного или тестового опроса на практических занятиях с выставлением текущих оценок по десятибалльной шкале.

Типовым учебным планом в качестве формы аттестации по дисциплине «Возрастная физиология и гигиена детей дошкольного возраста» предусмотрен экзамен.

Репозиторий БГПУ

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Абдуллаев Г.Р., Мухторов А.А. Возрастная физиология и гигиена: методическое пособие/ Г.Р.Абдуллаев., А.А. Мухторов. – Наманганский государственный университет: Наманган, 2018. – 58с.
2. Белоусова Н.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Текст]: учебное пособие/ Н.А. Белоусова, Е.В. Григорьева.– Челябинск: Изд-во Юж. Урал. гос. гуман.-пед. ун-та. –2016. –155с.
3. Ефременко, И. И., Сушко, Г. Г., Фидельская, Р. И. Возрастная физиология и школьная гигиена: Учреждение образования "Витебский государственный университет имени П. М. Машерова", Биологический фак., Каф. анатомии и физиологии. – ВГУ : Витебск, 2017
4. Комяк, Я. Ф. Возрастная физиология и гигиена: Учебное пособие/ Я. Ф. Комяк,. – Минск: БГПУ, 2017. – 261 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

5. Кирпичев В.И. Физиология и гигиена подростка. Учебное пособие. /В.И. Кирпичев. – М., 2008, 208 с.
6. Кирпичев В.И. Физиология и гигиена младшего школьника. /В.И. Кирпичев. – М., 2002, 198 с.
7. Любимова З.В. Возрастная физиология. /З.В. Любимова, К.В. Маринова, А.А. Никитина. – М., 2004, 300 с.
8. Микадзе Ю.В. Нейропсихология детского возраста: учеб. пособ./Ю.В. Микадзе. – М–СПб, 2014, 285 с.
9. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология: учеб.пособ. /И.М. Прищепа. – Минск, 2006, 416 с.
10. Тихомирова И.А. Анатомия и возрастная физиология: учеб. пособ./И.А. Тихомирова. – Ростов на Дону, 2015, 285 с.

## ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ УВО

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
1. Основы педиатрии	Кафедра морфологии и физиологии человека и животных	В курсе «Основы педиатрии» рассматриваются функции органов и систем ребенка.	Кафедра морфологии и физиологии человека и животных. Протокол № 10 от 17.05.2018

Репозиторий БГПУ

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ УВО  
на \_\_\_\_ / \_\_\_\_ учебный год

№№ пп	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры морфологии и физиологии человека и животных (протокол № 10 от 17.05.2018)

Заведующий кафедрой,  
кандидат биологических наук,  
доцент

И.А.Жукова

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета,  
кандидат сельскохозяйственных наук,  
доцент

Н.В.Науменко

Методист УМО

Е.А.Кравченко

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ