

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ
Дата и время: 2025-04-23 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210def0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Факультет психологии и педагогики

Кизиченко Наталья Викторовна

Возрастная анатомия и физиология

*Методические указания к практическим/семинарским занятиям
для обучающихся по направлению подготовки
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
Направленность (профиль) подготовки
Дошкольная дефектология
(очная форма)*

Кизиченко Н.В.

Возрастная анатомия и физиология: метод. указ. к практическим/семинарским занятиям по направлению подготовки 44.03.03 - «Специальное (дефектологическое) образование», профиль «Дошкольная дефектология» (очная форма) / Н.В. Кизиченко.

В работе изложены методические указания к практическим/семинарским занятиям по дисциплине «Возрастная анатомия и физиология»: темы семинарских занятий, вопросы для обсуждения, рекомендуемая литература.

Методические указания предназначены для студентов факультета психологии и педагогики, обучающихся по направлению подготовки 44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование», профиль «Дошкольная дефектология» (очная форма).

Кизиченко Н.В.

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный
университет»
Кузбасский гуманитарно-педагогический
институт

Текст представлен в авторской редакции

Содержание:

1. Методические рекомендации по подготовке к семинарским/практическим занятиям по учебной дисциплине.....	4
2. Темы семинарских/практических занятий и их содержание (вопросы для обсуждения) по дисциплине	5
3. Вопросы и задания к отчетности по дисциплине	6
4. Рекомендуемая литература по дисциплине.....	9

1. Методические рекомендации по подготовке к семинарским/практическим занятиям по учебной дисциплине

При подготовке к практическим занятиям можно дать несколько рекомендаций.

Подготовка к занятию включает 2 этапа: организационный; закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе:

- уясните задание для самостоятельной работы;
- подберите литературу, воспользуйтесь предложенным списком источников, при необходимости дополните его;
- составьте план работы, в котором определите основные пункты предстоящей подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повысит организованность в работе.

На втором этапе:

начните с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальную часть учебного материала необходимо восполнить в процессе самостоятельной работы.

Особое внимание обратите на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. Стремитесь понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Закончить подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволит составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

План - это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

Конспект - это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различают четыре типа конспектов:

- План-конспект - это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.
- Текстовый конспект - это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.
- Свободный конспект - это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.
- Тематический конспект - составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

При необходимости обратитесь за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, хорошо продумайте вопросы, которые требуют разъяснения.

Вместе с тем обучающимся на первом занятии по дисциплине, или вместе с методическими материалами по дисциплинам нового семестра выдаётся полный пакет документов: технологическая карта; содержание и тематика семинарских занятий; примерные задания в разной тестовой форме и т.п.

Ниже представлена тематика семинарских занятий по разделам.

2. Темы семинарских/практических занятий и их содержание (вопросы для обсуждения) по дисциплине

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
<i>Содержание практических занятий</i>		
2	Анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы.	
2.1	Анатомия и физиология опорно-двигательной системы.	<p>Познакомится с приборами и методами определения показателей физического развития.</p> <p>Определить основные показатели своего физического развития.</p> <p>Оценить степень своего физического развития по сравнению со среднестатистическими данными.</p>
3	Анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы.	
3.1	Анатомия и физиология пищеварительной системы.	<p>Определить основной обмен за сутки с учетом роста и веса.</p> <p>Составить режим дня с учетом времени на каждый вид деятельности.</p> <p>Рассчитать количество энергии, расходуемой за сутки на каждый вид работы.</p> <p>Рассчитать общий обмен веществ за сутки согласно режиму дня.</p> <p>Познакомится с правилами составления сбалансированного суточного рациона для школьников.</p> <p>Рассчитать суточную потребность в белках, жирах и углеводах относительно веса.</p> <p>Рассчитать суточную калорийность для своего организма.</p> <p>Составить суточный рацион.</p>
4	Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Высшая нервная деятельность.	
4.1	Анатомия и физиология нервной системы.	<p>Рассмотреть вопросы влияния различных факторов на функциональное состояние ЦНС человека. Познакомится с понятием суточного ритма работоспособности организма.</p> <p>Познакомится с различными методами определения умственной работоспособности школьников.</p> <p>Определить работоспособность своей группы на протяжении 45 мин. методом арифметических примеров.</p> <p>Полученные данные обработать, сделать выводы по результатам исследования.</p>
4.2	Возрастные особенности развития нервной системы.	<p>Рассмотреть вопросы влияния различных факторов на функциональное состояние ЦНС человека. Познакомится с понятием суточного ритма работоспособности организма.</p> <p>Познакомится с различными методами определения умственной работоспособности школьников.</p> <p>Определить работоспособность своей группы на протяжении 45 мин. методом арифметических примеров.</p> <p>Полученные данные обработать, сделать выводы по результатам исследования.</p>
4.3	Особенности ВНД детей и подростков. Развитие речи.	<p>Определить свою работоспособность и наличие слов – «условный тормоз».</p> <p>Определить свой тип ВНД.</p>

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		Определить силу и подвижность нервных процессов. Познакомится с классификацией видов памяти. Определить свой объем кратковременной памяти. Определить развитие логической и механической памяти.
5	Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Готовность к обучению. Гигиена учебно- воспитательной работы в школе. Понятие школьной зрелости.	
5.1	Общие закономерности роста и развития организма.	Познакомится с понятием биологического возраста. Определить свой биологический возраст и сравнить его с календарным. Ознакомится с типами телосложения. Определить свой тип телосложения.
5.2	Гигиена учебно- воспитательной работы в школе. Понятие школьной зрелости.	Познакомится с гигиеническими требованиями к организации учебной работы в школе и режиму дня школьников. Ознакомится с недельной сеткой часов для средней школы. Сделать развернутый анализ расписания уроков, учитывая требования, предъявляемые к составлению расписания. Составить собственный вариант расписания на неделю, согласно сетке часов и соблюдением гигиенических требований. Составить режим дня школьника того класса, для которого составлялось расписание занятий.
Промежуточная аттестация – зачет		

3. Вопросы и задания к отчетности по дисциплине

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания / задачи
Возрастная анатомия и физиология – как основа психолого- педагогического образования.		
1.1 Возрастная анатомия и физиология – как основа психолого- педагогического образования	1. Предмет и задачи возрастной анатомии и физиологии. 2. Связь с другими науками. 3. История развития возрастной анатомии и физиологии.	
2. Анатомо-физиологические особенности опорно-двигательной системы.		

<p>2.1 Анатомия и физиология опорно-двигательной системы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значение опорно-двигательного аппарата. 2. Общий обзор скелета человека. Основные отделы скелета. 3. Нарушения опорно-двигательного аппарата. 4. Мышцы туловища. 5. Развитие мышц в разные периоды онтогенеза. 6. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. 7. Развитие двигательной активности и координации движений. 	<p>Задание 1. В классе появился ребенок с особенностями физического развития. Дети восприняли появление этого ребенка неадекватно.</p> <p>Вопросы и задания</p> <p>Проанализируйте поведение детей в классе.</p> <p>Как бы вы на месте учителя-предметника поступили бы, если в Вашем классе появился такой ребенок?</p> <p>Как правильно разрешить сложившуюся ситуацию?</p>
<p>3. Анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы.</p>		
<p>3.1 Анатомия и физиология пищеварительной системы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Возрастные особенности строения пищеварительной системы. 2. Требования к питанию детей. 3. Типы обмена веществ. 	<p>Задание 3. Полина, ученица 10 класса, постоянно изводит себя диетами, старается похудеть, несмотря на то, что окружающие считают ее фигуру идеальной. Она обвиняет себя в том, что не умеет общаться с окружающими: не находит общих тем для разговора, не достаточно внимательна к окружающим – что не соответствует действительности.</p> <p>Вопросы и задания.</p> <p>О какой особенности Полины идет речь, с точки зрения физиологии?</p> <p>Может ли девушка справится со своей проблемой самостоятельно?</p> <p>Как учитель может помочь справиться с этой проблемой?</p>
<p>4. Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Высшая нервная деятельность.</p>		

<p>4.1 Анатомия и физиология нервной системы.</p>	<p>1. Функции и значение нервной системы. Строение нейрона. Понятие о регуляции. Высшая и низшая нервная деятельность. Строение и функции отделов стволовой части мозга. Строение и функции больших полушарий. Строение и функции спинного мозга. Понятие о рефлексе. Виды рефлексов. Рефлекторная дуга. Понятие о динамическом стереотипе и его роль в процессе обучения Понятие об утомлении и переутомлении. Степени утомления. 10. Понятие о возбуждении и торможении. Виды торможения.</p>	<p>Задание 6. В классе на уроке у ребенка произошел приступ эпилепсии. Мальчика удалось спасти, однако во время приступа ребенок ударился головой о парту, его стошило. Дети все наблюдали. Некоторые помогали, некоторые отвернулись и находились в шоке.</p> <p>Вопросы и задания. Проанализируйте данную ситуацию. Как бы вы на месте учителя – предметника поступили, если возникла такая проблема? Как правильно разрешить сложившуюся ситуацию? Какую работу необходимо провести с учащимися класса?</p>
<p>4.2 Возрастные особенности развития нервной системы.</p>	<p>1. Особенности развития нервной системы с возрастом. 2. Понятие о доминанте.</p>	<p>Задание 5. Девочка 14 лет проявляет неуравновешенность и даже некоторую агрессивность в поведении дома и в школе: выясняет отношения с родителями, грубит учителям, поздно приходит домой. В то же время, когда она уезжает в молодежный лагерь, то скучает по родителям, говорит о своей вине перед ними, обещает исправится.</p> <p>Вопросы и задания. Чем определяется такое поведение подростка? Какие меры может предпринять учитель для исправления ситуации?</p>
<p>4.3 Особенности ВНД детей и подростков. Развитие речи.</p>	<p>1.Память. Виды памяти. 2.Возрастные особенности внимания. 3.Гигиена нервной системы. 4. Возрастные особенности развития речи.</p>	<p>Задание 5. Девочка 14 лет проявляет неуравновешенность и даже некоторую агрессивность в поведении дома и в школе: выясняет отношения с родителями, грубит учителям, поздно приходит домой. В то же время, когда она уезжает в молодежный лагерь, то скучает по родителям, говорит о своей вине перед ними, обещает исправится.</p> <p>Вопросы и задания. Чем определяется такое поведение подростка? Какие меры может предпринять учитель для исправления ситуации?</p>
<p>5. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Готовность к обучению. Гигиена учебно- воспитательной работы в школе. Понятие школьной зрелости.</p>		

5.1 Общие закономерности роста и развития организма.	1. Рост и развитие организма. Факторы, влияющие на рост и развитие 2. Возрастная периодизация. 3. Календарный и биологический возраст. 4. Определение готовности ребенка к обучению в школе.	<p>Задание 7.</p> <p>Катя учится во 2 классе. Когда за свою работу она получает неудовлетворительную оценку, то всегда негодует: «Как же так! Я стараюсь, все учила, а отметка плохая?» Эта ситуация вызывает у Кати чувство обиды, она считает, что виноват учитель, незаслуженно поставив плохую отметку, и обвиняет его в несправедливости к ней.</p> <p>Вопросы и задания.</p> <p>Почему Катя именно так объясняет свои неудачи в выполнении заданий? Какие условия необходимо соблюдать при выставлении отметки в начальной школе?</p> <p>Как объяснить ребенку сложившуюся ситуацию?</p>
5.2 Гигиена учебно-воспитательной работы в школе. Понятие школьной зрелости.	Основные требования к школьному режиму. Гигиенические требования к составлению расписания. Основные требования к школьному кабинету. Понятие школьной зрелость.	<p>Задание 8.</p> <p>При оценке уровня компетентности специалиста в той или иной профессиональной деятельности принято выделять несколько уровней: 1) допрофессиональный; 2) первоначального освоения профессиональных умений и навыков; 3) ограниченная сформированность отдельных компетенций; 4) достаточный уровень компетентности; 5) высокий.</p> <p>Вопросы и задания.</p> <p>Что лежит в основе этой классификации?</p> <p>Как определить собственный уровень профессиональной компетентности?</p> <p>Как сформированность профессиональных компетенций помогает в построении учебно-воспитательной работы в школе?</p>

4. Рекомендуемая литература по дисциплине

Основная учебная литература:

1. Назарова Е. Н. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для студентов [бакалавров] учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование» / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов . - 4-е издание; стереотипное. - Москва: Академия, 2014. - 252, [4] с.: ил. - (Высшее образование. Бакалавриат). - ISBN 978-5-4468-0657-7.- Текст: непосредственный.
2. Щанкин, А.А. Возрастная анатомия и физиология: [16+] / А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 177 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577689> (дата обращения: 09.01.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-0136-1. – DOI 10.23681/577689. – Текст: электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Варич, Л.А. Возрастная анатомия и физиология / Л.А. Варич, Н.Г. Блинова. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. – 168 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232821> (дата обращения: 09.01.2022). – ISBN 978-5-8353-1283-2. – Текст: электронный.
2. Власова, И.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебно-методическое пособие / И.А. Власова, Г.Я. Мартынова ; Челябинская государственная академия культуры и искусств. – Челябинск: ЧГАКИ, 2014. – 136 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492730> (дата обращения: 09.01.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-94839-463-3. – Текст: электронный.
3. Щанкин, А.А. Возрастная анатомия и физиология: тесты / А.А. Щанкин. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 85 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362807> (дата обращения: 09.01.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4861-2. – DOI 10.23681/362807. – Текст: электронный.
4. Красноперова, Н.А. Возрастная анатомия и физиология: практикум / Н.А. Красноперова; Московский педагогический государственный университет. – Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016. – 216 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=470051> (дата обращения: 09.01.2022). – ISBN 978-5-4263-0459-8. – Текст: электронный.
5. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: практикум: [16+] / авт.-сост. Л.А. Варич, Н.Г. Блинова; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. – 84 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574275> (дата обращения: 09.01.2022). – Библиогр.: с. 72-73. – ISBN 978-5-8353-2363-0. – Текст: электронный.

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

1. Электронно-библиотечная система «Лань» - <http://e.lanbook.com>
2. Электронно-библиотечная система «Знаниум» - www.znanium.com
3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» - <https://urait.ru/>
4. Электронная полнотекстовая база данных периодических изданий по общественным и гуманитарным наукам ООО «ИВИС», <https://dlib.eastview.com>,
5. Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru>
6. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru>