

Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі
Қарағанды мемлекеттік техникалық университеті

«Бекітемін»
Ғылыми кеңестің төрағасы,
ҚР ҰҒА ректоры, академик
Ғазалиев А.М.

« ____ » _____ 2014 жыл.

**ПӘН БОЙЫНША ОҚЫТУ БАҒДАРЛАМАСЫ
(SYLLABUS)**

Пән ZhEFMG 2206 «Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы»

Модуль VFSHG17 «Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы»

Мамандығы 5B010400 - «Бастапқы әскери дайындық»

Әскери-техникалық факультеті

«Бастапқы әскери дайындық» кафедрасы

АЛҒЫ СӨЗ

Студенттің (Syllabus) пән бойынша оқыту бағдарламасы әзірленді: педагогика ғылымдарының кандидаты Кузнецов Сергей Борисович., Путинцева А.А.

Кафедра «Бастапқы әскери дайындық» кафедрасының отырысында талқыланды

_____ «_____» _____ 2014 Хаттама нөмірі.

Басшысы. Кафедра _____ Б.Ж.Алишев

(Қолы)

«_____» _____ 2014 ж

Әдістемелік кеңес әскери-техникалық институтын бекітті

«_____» _____ 2014 жылғы Хаттама _____

Төрағасы _____

(Қолы)

«_____» _____ 2014

_____ Департаментімен келісілген

(Кафедра атауы)

Басшысы. _____ «_____» _____ 2014 кафедрасы.

Оқытушы туралы мәлімет және байланыс ақпараты
Сергей Кузнецов

Техника ғылымдарының кандидаты, аға оқытушы АӘД.

«Бастапқы әскери дайындық» кафедрасы ҚарМТУ үшінші ғимаратында
орналасқан (Юбилейная 33), аудитория 220, байланыс телефоны 44-08-93

Пән мағлұматтары

Семестр	кредит саны	ECTS	Вид занятий					СОӨЖ сағат саны	барлық сағат	Бақылау түрі
			количество контактных часов			СОӨЖ сағат саны	барлық сағат			
			лекция	практикалық сабақ	Зертханалық сабақтар					
4	2	3	15	15		30	30	30	90	экзамен

Пән сипаттамасы

«Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы» пәні 5B010400 Алғашқы әскери дайындық мамандығының студенттеріне арналған негізгі пәндер циклының бөлігі. Алғашқы әскери дайындық оқытушыларының тәжірибелік жұмысы үшін қажетті пән. алған білім оқытушыларды оқу-тәрбие процесін ұйымдастыру бойынша ғылыми физиологиялық-гигиеналық ұсынымдар, күн режимін және балалар мен жасөспірімдердің демалысын студенттік тамақтану, жабдықтар, жоспарлау және білім беру мекемелерінің жетілдіруді қамтиды. Балалар мен жасөспірімдердің өсу мен дамудың негізгі заңдарын талқылайды. орталық жүйке, жүрек-қан тамырлары мен тыныс алу жүйелерін функциялары; сүйек-бұлшық ет жүйесі, ас қорыту және шығару, айналыста болу, эндокриндік бездер мен талдағыштар.

Пәннің мақсаты

«Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы» пәнін оқытудың негізгі мақсаты болып табылады:

1. Балалар мен жасөспірімдердің өсу мен дамуының негізгі заңдарын зерттеу.
2. Қоршаған ортаның адам денесінің өзара іс-қимылын зерттеу және әр түрлі табиғи және әлеуметтік факторлар әсері.
3. Сыртқы ортаның қызметін зерттеу негізінде жұмыс, және өмір сүру, спорт дене шынықтыру үшін оңтайлы жағдайларды қамтамасыз ету гигиенасының ұсыныстары мен стандарттары әзірленді.

Пәннің міндеттері

Біріктірілген курстың міндеті студенттерді, болашақ бастапқы әскери дайындық оқытушыларын жасөспірімдердің денсаулығын сақтау және нығайтудың негізгі заңдарын білу, жоғары өнімділікті қамтамасыз ету үшін

денсаулығына әсер ететін экологиялық факторлармен жабдықтау болып табылады.

Осы пәнді зерделеу нәтижесінде, студенттер міндетті: хабардар болу:

- Ағымдағы деректер бойынша, атап айтқанда, дамушы ағза туралы;
- АЭД денсаулығына әсері туралы зерттеулер;
- Білім беру мекемелері үшін гигиена талаптары мен білім беру процесін ұйымдастыру туралы.

Пререквизиттер

ҚР Қарулы Күштерінің жалпы әскери жарғылары», «Мектептегі тактикалық дайындық», «Экономикалық теория негіздері» осы пәндер бойынша білімді артыруға болады.

Постреквизиттер

«Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы» пәні «Тәрбие жұмысының теориясы мен әдістемесі», «бастапқы әскери дайындық оқыту әдістемесі» пәндерін оқуда пайдаланылады.

Пәннің тақырыптық жоспары айыппұл салуға әкеп соғады 2 ақпан 6. Тәртібі

Бөлім атауы. (тақырыптар)	Мамандықтар бойынша күрделілігі, сағ				
	дәрістер	практик	зертханалы	СОӨ	СӨ
1. Қолданылу саласы және еттері. Балалар мен өспірімдердің өсуі мен дамуының негізгі сипаттамалары	2				
2. Оқушылардың дене дамуын бақылау		2			
3. Жас кезеңдер сипаттамасы				2	2
4. Акселерация және ретардация				1	1
6. Антропометриялық өлшемдер анықтау тәсілі				2	2
7. Денсаулықты бағалау және оның критерийлері				2	2
8. Жүйке жүйесінің физиологиясы және ерекшеліктері	3				
9. Оқу орындарының гигиеналық талаптары		2			
10. Динамикалық стереотиптер және физиологиялық негізі режим ретінде, статикалық негізі ретінде				1	1
11. Сеченов, Павлов - жоғары оқу орнының қызметінің (ЖҰӨ) теориясының негізін қалаушылар.				1	1
12. ЖҰӨ зерттеу әдістері				1	1
13. Балалардың мектепке				1	1

ационалдық дайындығы					
Оқу үдерісін ұйымдастыру және білім беру мекемелерінің студенттерінің білімді ұйымдастырудың гигиеналық талаптары. «Үйрену режимі шықты.»				2	2
15. Анализаторлардың Жас шешімдік физиологиясы және гигиенасы	1				
16. Табиғи және жасанды жарықтандыру гигиеналық бағалау		1			
17. қорғаныс гигиенасы				1	1
18. жарықтандыруды гигиеналық бағалау				1	1
19. көз шаршау және миопияны түзету әдістері				1	1
20. Сыныптарда түстерді гигиеналық бағалау				1	1
21. Жас эндокринологиясы	1				
22. эндокриндік және жыныстық жүйелер, құрылымы және функциясы				1	1
23. балалар мен жасөспірімдердің периодизациясы I қаңтар				1	1
24. биологиялық жас критерийлері	1				
25. Жыныстық жетілу кезінде биологиялық жасты бағалау		1			
26. Балалар мен жасөспірімдердің тәрбиесі биологиялық және гигиеналық жасы				1	1
27. Эндокриндік ауруларды алдын алу				1	1
28. Сүйек-бұлшықет жүйесі (ДРК) гигиеналық сипаттамалары				1	1
29. Студенттердің қозғалыс режимінде гигиеналық бағалау				1	1
30. Күнделікті дене белсенділігін гигиеналық бағалау. Салауатты өмір сүру негіздері					
31. Жабдықтарды гигиеналық бағалау				1	1
32. Қанның Жастық сипаттамалары. Қан айналымы гигиеналық талаптары	2				
33. Жүрек-тамыр жүйесінің функционалдық жағдайын зерттеу		2			
34. дене дайындығын жетілдіру және жұмыспен қамту гигиеналық талаптарын көрсету				2	2
35. Тыныс алу жүйесі Жасы сипаттамалары. Ауа Сыныптардағы гигиеналық талаптар				2	2
36. білім беру мекемелерінің	2				

гі үй-жайлар аумағында еналық бағалау					
37. сыныптарда климатты еналық бағалау		2			
38. Киім және балалар мен жасөспірімдердің аяқ-киімін еналық бағалау				1	1
39. Жасы ас қорыту жүйесінің шеліктері	2				
40. Балалар мен жасөспірімдердің елікті рационын гигиеналық бағалау		2			
41. күйіктер, үсік, жылу және Күн менде көрсетілетін алғашқы көмек				2	2
БАРЛЫҒЫ:	15	15		30	30

Практикалық (семинар) сабақтардың тізімі.

1. Студенттердің физикалық дамуын анықтау.
2. Білім беру мекемелерінің оқушыларын күн тәртібін гигиеналық бағалау.
3. Табиғи және жасанды жарықтандыруды гигиеналық бағалау.
4. Эндокриндік және жыныстық бездері, құрылымы және функциясы.
5. Студенттердің қозғалу режимін гигиеналық бағалау. Күнделікті тірек-қимыл қызметі анықтамалары.
6. Жүрек-қан тамырлары жүйесінің функционалдық жағдайын зерттеулер
7. білім беру мекемелерінің және басты үй-жайлар аумағында гигиеналық бағалау
8. Сыныптарда климатты гигиеналық бағалау.
9. Балалар мен жасөспірімдердің тәуліктік рационның гигиеналық бағалау.
- 10.

Зертханалық жұмыстар тізімі.

Пән үшін зертханалық жаттығулар қарастырылмаған.

Курстық жобалардың (жұмыстардың) тақырыптары.

Осы курс үшін жобалар (жұмыстар) қарастырылмаған.

СӨЖ үшін бақылау тапсырмалары

1. Жас кезеңдер сипаттамасы
2. Акселерация және ретардация
3. Антропометриялық көрсеткіштер анықтау әдісі
4. Денсаулықты бағалау және оның критерийлері
5. Динамикалық стереотип – әдеттер мен дағдылар негізі ретінде, күн режимінің негізі ретінде ретінде

6. Сеченов, Павлов - жоғары жүйке қызметінің (ЖҰӨ) теориясының негізін қалаушылар. ВНД түрлері
7. ЖҰӨ зерттеу әдістері
8. Балаларды мектепке жедел дайындығын анықтау
9. Оқу үдерісін ұйымдастыру және білім беру мекемелерінің студенттері үшін күні режиміндегі гигиеналық негіздер. «Сатылы оқу режимі»
10. Көру гигиенасы
11. Жарықтандыру гигиеналық бағалау.
12. Көз шаршау және миопия алдын алу әдістері.
13. Кабинеттердің түстердің гигиеналық бағалау.
14. Балалар мен жасөспірімдердің жастық периодтығы.
15. Биологиялық жас критерийлері.
16. Жыныстық даму кезеңінде биологиялық жасты бағалау.
17. Балалар мен жасөспірімдердің дене тәрбиесі биологиялық және күнтізбелік жасы арасындағы байланыс.
18. Эндокриндік аурулардың алдын алу
19. Күнделікті дене белсенділігі гигиеналық бағалау. салауатты өмір салты негіздері
20. жабдықтарды гигиеналық бағалау
21. Дене шынықтыруды жетілдіру арқылы жұмыспен қамту, гигиеналық қызмет көрсету
22. Балалар мен жасөспірімдердің киімін және аяқ-киімін гигиеналық бағалау
23. Күйіктер, үсік, жылу және күн өткенде көрсетілетін алғашқы медициналық көмек

Студенттердің білімін бағалау критерийлері

Пән бойынша емтихан аралық бақылау (60%) ең жоғары академиялық үлгерімі сомасы және соңғы сертификаттау (емтихан) (40%) ретінде анықталады және мәні кестеге сәйкес 100% құрайды.

Пән бойынша тапсырмаларды орындау және тапсыру кестесі

Бақылау түрі	Мақсаты мен мазмұны	Ұсынылған әдебиет	Бақылау ұзақтығы	Бақылау формасы	Тапсыру уақыты	Ұпай
Дәрістерге қатысу	Теориялық материалды оқу конспект дайындау	Ұсынылған кітаптардың толық тізімі	15 апта	Ағымдағы	7,15 апта	10
Практикалық сабақтарға қатысу орындау	практикалық материалды оқу пән зерттеу дағдыларын алу, отчет жасау	зертханалық жұмысқа арналған тапсырмалар, конспект	15 апта	Ағымдағы	2,4,6,8,10, 12,14 АПТА	20
Тесттапсыр	меңгерілген	Негізгі және	1		7,14 апта	10

масын орындау	материалды тексеру	қосымша әдебиеттер	байланыс сағат			
СОӨЖ тапсырмаларын орындау	Алынған білімді бекіту СОӨЖ конспектіні әзірлеу	Негізгі және қосымша әдебиеттердің бүкіл тізімі		Ағымдағы	3,5,7,9,11,13,15 апта	10
СӨЖ тапсырмаларын орындау	Дәрістер тақырыптары бойынша білімді нығайту ақпаратты өзіндік іздеу және өңдеу қабілеттерін қалыптастыру	негізгі және қосымша әдебиеттердің барлық тізбесі	15 апта	Ағымдағы	6,14 апта	10
емтихан, курстық жұмыс.	пәннің нығайтылған материалын тексеру	негізгі және қосымша әдебиеттердің барлық тізбесі	2 байланыс сағаты	Қорытынды	сессия барысында	40
Барлығы						100

Саясаты мен процедуралары

«Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы» пәнін зерттеуде мен келесі ережелерді сақтауды сұраймын:

1. сабаққа кешігіп келмеу.
2. себепсіз сабақтанқалмау, ауырған жағдайда-анықтама, басқа да жағдайларда түсініктеме жазу , өйткені «Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы» пәнін тек ұстазбен қарым-қатынас процесінде қалыптасады өзін-өзі білім алу қабілетін ережелерін түсіну болып табылады.
3. Студент барлық сабаққа қатысуға міндетті
4. Білім беру процесінің кестесіне сәйкес бақылаудың барлық түрлерін алуға.
5. мұғаліммен көрсетілген уақытта босатқан практикалық және зертханалық жұмыстарды орындауға орындауға.
6. СОӨЖ дайындық кезінде бірінші пән теориялық бөлігінде тиісті бөлімін оқуға және оқытушы тексеру парақтарының жауап беру үшін.
7. белсенді оқыту үрдісінде қатысады.

Ұсынылған әдебиеттер:

- 1.Безруких М.М., Фарбер Д.А физиология развития ребенка.- М.: 2000.-312с.
- 2.Физиология развития ребенка: теоретические и прикладные аспекты / Под ред. М.М. Безруких, Д.А. Фарбер.- М.: Образование, 2000.- 319с.
- 3.Физиология роста и развития детей и подростка (теоретические и клинические вопросы)/ Под ред. А.А, Баранова, Л.А. Щеплягиной. Т.1-2.- М.: ГЭОТАР- Медиа, 2006.- 229с.

4.Хрестоматия по возрастной физиологии: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Сост. М.М. Фарбер, В.Д Сонкин, Д.А Фарбер.- М.: Изд. центр «Академия», 2002.-280с.

5.Дуйсенбин К.Д. «Возрастная физиология и школьная гигиена».- Алматы 2003.-187с.

6.Хрипкова А.Г., Антропова Н.В. Возрастная физиология и школьная гигиена. М., Просвещение, 1999.- 247с.

7.Гуминский А.А., Леонтьева Н.Н., Маринова К.В. Руководство к лабораторным занятиям по общей и возрастной физиологии. М., Просвещение, 1990.-157с.

8.Федюкович Н.И. Анатомия, физиология человека. Ростов- на Дону, 2005.- 221с.

9. Лаптев А.П., Полиевский С.А. Гигиена: Учебник для институтов и техникумов физической культуры. -М: Физкультура и спорт. -1990.-368с.

10. Лаптев. А.П., Малышева И.Н. Практикум по гигиене: Пособие для институтов физической культуры, - изд. 2-е перераб. -М.: Физкультура и спорт, 1981.-151с.

11. Кучма В.Р. Гигиена детей и подростков: Учебник – М.: Медицина,2001.- 384с.

12. Гигиена детей и подростков: Учебник /Под. Ред. – Г.Н. Сердюковской. – М: Медицина, 1989.-320с.

13. Гигиена детей и подростков: Руководство для санитарных врачей /Под. Ред. Г.Н. Сердюковской, А.Г. Сухарева. – М.: Медицина, 1986.-496с.

14.Кучма Р.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. М: Издательство Научного центра здоровья детей РАМН. 2001. – 376с.

Қосымша әдебиеттер

15.Андропова М.В., Безруких М.М., Бетелева Т.Г и др. Нормализация учебной нагрузки школьников: экспериментальное физиолого-гигиеническое исследование.- М.: Педагогика. 1988.- 160с

16.Леонова Л.А. Работоспособность и здоровье учащихся в связи их работой на персональных ЭВМ (ПЭВМ) / Физиология развития ребенка: теоретические и прикладные аспекты.- М.: Образование, 2000.- С.274-286.

17.Система пищеварения здоровых детей/ Под ред. А.В Абаленской.- Горький, 1981-143с.

18.Совельев Б.П., Ширяева И.С функциональные параметры дыхания у детей и подростков.- М.: Медицина, 2001.- 231с.

19.Морманд Д., Хеллер Л физиология сердечно-сосудистой системы: Пер. с англ. / Под ред. Р.В. Болдырева.- СПб.: Питер, 2000.- 256с.

20.Антропова М.В. Гигиена детей и подростков. Изд. 6-Е, пере-раб. И доп. – М.: Медицина, 1982.-336с.

21.Гигиена: Учебник / Под ред.акад. РАМН Г.И. Румянцева – М., 2001 – 608с.

22. Сухарев А.Г. Двигательная активность и здоровье детей и подростков. – М.: Медицина, 1988. -72с.
23. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. – М.: Медицина, 1991.-272с.
24. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – Киев, 1987
25. Полиевский С.А. Физическое воспитание учащихся молодежи. – М.: Медицина, 1989. _160с.
26. Гейнц К.А., Гейнц Р.П., Киспаев Т.А. Как сохранить и укрепить здоровье вашего ребенка: Методическое пособие. Караганда, 2007. - 160с.
27. Гейнц К.А., Гейнц Р.П., Киспаев Т.А. и др. Показатели физического развития и двигательной подготовленности школьников 6-17 лет Центрального Казахстана / Методическое пособие. – Караганда, 2008. – 207с.
28. СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы».
29. СанПиН 2.4.1186-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования».
30. СанПиН 42-123-471788 «Рекомендации (регламентируемые) уровни и содержания витаминов в витаминизированных пищевых продуктов»
31. СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03 Гигиенические требования к одежде для детей, подростков и взрослых»
32. Инструктивно-методические материалы по организации и проведению мониторинга физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодежи. Сборник документов.- М.: Интер СЭН, 2002.- 84с.

ПӘН БОЙЫНША ОҚЫТУ БАҒДАРЛАМАСЫ (SYLLABUS)

Пән ZhEFMG 2206 «Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы»

Модуль VFSHG17 «Жас ерекшелік физиологиясы және мектеп гигиенасы»

Мамандығы 5B010400 - «Бастапқы әскери дайындық»

Әскери-техникалық факультеті

«Бастапқы әскери дайындық» кафедрасы

Мем. ред. адам. 31.03.2004 жылғы нөмірі 50 _____ Басып шығаруға қол
қойылды. г. _____ Немесе 60x90 / 16 форматы
Баспа жағд 1,38 Тираж Тапсырыс Бағасы Келісімді

Қарағанды мемлекеттік техникалық университеті баспасы
100027, Қарағанды қаласы, Бейбітшілік бульвары, 56