

# ФИЗИОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗДОРОВЬЯ

## 1. Цель освоения дисциплины

Дать целостные представления о современных концепциях, приемах и методах оценки здоровья различных возрастных групп в различных условиях их жизнедеятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физиолого-гигиенический контроль здоровья» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Физиолого-гигиенический контроль здоровья» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Педагогическая валеология», «Социальные аспекты здоровья», «Эмбриология человека», прохождения практики «Педагогическая практика (воспитательная)».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Биохимия».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### **знать**

– основные понятия, категории физиолого-гигиенического контроля здоровья (функциональная диагностика состояния респираторной, сердечно-сосудистой систем, пищеварения, обмена веществ, системы крови, опорно-двигательного аппарата, органов выделения, органов чувств, нейрогуморальной регуляции физиологических функций);  
– основные понятия, категории физиолого-гигиенического контроля здоровья;

### **уметь**

– творчески и рационально применять специальные методы физиолого-гигиенического контроля здоровья ребенка и взрослого;  
– организовывать и направлять коллективную научно-исследовательскую работу в области медико-педагогических дисциплин;

### **владеть**

– навыками самостоятельного анализа и освоения новейших концепций функциональной диагностики здоровья человека для организации педагогического процесса;  
– навыками педагогической деятельности в области школьной гигиены;  
– навыками самостоятельного анализа и освоения новейших концепций функциональной диагностики здоровья человека для организации педагогического процесса и обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся.

## 4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 10 ч., СРС – 58 ч.),

распределение по семестрам – 5 курс, зима,  
форма и место отчётности – зачёт (5 курс, зима).

## **5. Краткое содержание дисциплины**

Оценка физиологических показателей развития.

Антропометрические данные детей разных возрастно-половых групп. Оценка здоровья методом индексов и функциональных проб. Методика исследований биологического возраста. Оценка физического состояния с помощью ИФИ.

Гигиеническая организация окружающей среды в общеобразовательных школах.

Гигиенические основы физического воспитания школьников. Профилактика инфекционных заболеваний в школе. Закаливание. Гигиена умственного труда. Гигиена политехнического обучения. Профилактика травматизма. Половое воспитание. Роль одежды в жизни человека. Свойства и функции одежды. Комплект одежды с гигиенической точки зрения.

Характеристика одежды для работы в различных условиях климата. Гигиеническая характеристика обуви. Значение различных пищевых веществ. Потребность детей и подростков в пищевых веществах и энергии. Организация питания в школах разного типа. Организация питания в загородном лагере и туристическом походе. Расчет энергетического баланса. Расчет отклонения основного обмена от нормы. Исследование пищевых продуктов (молока). Режим дня школьника при занятиях в первую смену. Режим дня школьника при занятиях во вторую смену. Режим дня школьника при занятиях в группе продленного дня. Режим дня школьника в дни школьных каникул. Режим дня школьника во время экзаменов. Режим дня в детских оздоровительных учреждениях. Гигиенические требования к школьному участку. Гигиенические требования к школьному зданию. Гигиенические требования к оборудованию школ. Обоснование рабочей позы. Естественное и искусственное освещение. Санитарное состояние и воздушный режим помещений общеобразовательных школ. Гигиенические требования к “живому” уголку. Методика оценки количества выбросов вредных веществ в воздух от автотранспорта.

Врачебно-профессиональная консультация и гигиена учебных занятий (физической культурой) детей с отклонениями в состоянии здоровья в массовой школе.

Организация работы медицинского персонала школы. Психологическое тестирование - особенности и значимость. Перечень профессий. Ограничения профессиональной пригодности. Определение силы нервных процессов и типа ВНД. Врачебно-педагогический контроль за нагрузкой учащихся на уроках физической культуры. Физическое воспитание школьников. Контроль за физическим воспитанием школьников. Определение физической работоспособности. Врачебно-педагогические наблюдения на уроках физической культуры и других оздоровительных мероприятиях в школе. Характеристика внешних признаков утомления. Травматизм при занятиях физической культурой и его профилактика. Тактика работы учителя с детьми. Группы физической подготовки.

## **6. Разработчик**

Надежкина Елена Юрьевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры эколого-биологического образования и медико - педагогических дисциплин ВГСПУ.