

СОГЛАСОВАНО

Декан СПФ Иванов И.А.

« 29 » 09



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Возрастная анатомия, физиология, гигиена»

Шифр и направление подготовки

(с двумя профилями)

44.03.05 Педагогическое образование

Квалификация (степень) выпускника

бакалавр

Профиль подготовки бакалавра Начальное образование и иностранный язык, 5 лет

Форма обучения очная

Выпускающая кафедра Педагогического и психолого-педагогического образования

Кафедра-разработчик рабочей программы

Физической культуры и спорта

Семестр	Трудоем- кость (час./лет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лабора- т. занятия, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	РГР	Форма промежуточного контроля (экс./зачет)
ОФО								
1	108/3	18	18	-	45	-	-	Экзамен 27
Итого:	108/3	18	18	-	45	-	-	Экзамен 27

Сочи 2019 г.

Рабочая программа по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология, гигиена» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование» (Приказ Министерства образования и науки РФ № 122 от 22.02.2018 г.; 44.03.05- «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (Приказ Министерства образования и науки РФ № 125 от 22.02.2018 г.)

Рабочую программу составил Ходасевич Л.С., д.м.н., профессор

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

на заседании кафедры Физической культуры и спорта

Протокол № 01 от 30 08 2019 г.

Заведующий кафедрой

Физической культуры и спорта [подпись] Коновалова Г.М.

Руководитель ОПОП: [подпись] И.А. Мушкина

«30» 08 2019 г.

Руководитель ОПОП: [подпись] И.А. Иванов

«29» 08 2019 г.

Руководитель ОПОП: [подпись] Л.В. Кравченко

«30» 08 2019 г.

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Протокол №1 от «03» сентября 2019 г.

Председатель УМСН [подпись] Иванов И.А.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям
Отдел качества образования и методического обеспечения:

[подпись] В.В. Васильченко

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2020/2021 учебный год, протокол № 7 заседания кафедры от «17» марта 2020г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

- 5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины
- 5.3 Особенности преподавания дисциплины
- 5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2020-2021 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «30» июня 2020г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Без внесения изменений.

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2021/2022 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «01» 07 2021 г. В программу внесены дополнения и (или) изменения.

Дополнений и изменений нет

Заведующий кафедрой



Конновалова Г.М.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО 3++	5
3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	7
4.1 Тематический план дисциплины	7
4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	13
4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине	14
5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	17
5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины	17
5.2 Организация самостоятельной работы студента (СРС) по дисциплине	17
5.3 Особенности преподавания дисциплины	18
5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины	18
Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	20

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Возрастная анатомия, физиология и гигиена изучает особенности строения и функционирования организма человека в различные возрастные периоды жизни, закономерности роста и развития организма, гигиенические нормативы, необходимые для сохранения здоровья. Её изучение является одним из этапов формирования педагога (бакалавра, магистра) в педагогическом вузе. Знания дисциплины помогут в изучении психологии детей, решении вопросов педагогики, методики обучения различным дисциплинам, в организации бытовых условий.

Главная цель дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» - дать необходимые теоретические знания и практические навыки, позволяющие оптимизировать учебно-воспитательную работу в учебных учреждениях, что будет способствовать развитию умственных и физических способностей учащихся. Эта цель реализуется решением следующих задач:

- изучить закономерности роста и развития, анатомо-физиологические особенности регуляторных систем, сенсорных, моторных и висцеральных функций организма и основы психофизиологии;
- вооружить студентов, будущих учителей-воспитателей, современными сведениями о возрастных особенностях развивающегося организма;
- дать знания о закономерностях, лежащих в основе сохранения и укрепления здоровья школьников и поддержания их высокой работоспособности при различных видах учебной деятельности.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО 3++

Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» относится к Блоку 1 «Обязательные дисциплины» учебного плана. Базовые знания для изучения данного курса должны быть получены в рамках законченного среднего образования. Содержание курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» включает в себя концептуальные основы научных достижений медицины, а также соответствующих государственному уровню требований к минимуму содержания и уровню подготовки по данной образовательной программе. Основными циклами учебного курса являются «общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены», «регуляторные системы организма», «моторные функции», «сенсорные функции», «висцеральные функции».

Освоение курса нацеливает студента на восприятие здорового образа жизни как биологической и социальной проблемы, имеющей первостепенное значение в его будущей профессиональной деятельности, и обозначает роль учителя в формировании здоровья подрастающего поколения. Это позволит создать базу для последующей производственной (педагогической, культурно-просветительской) практики. Кроме того, полученные в результате изучения курса знания и навыки всегда могут быть востребованы в повседневной жизни.

Таблица 1

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины
Общепрофессиональные компетенции			
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	Нет, т.к. дисциплина стоит на начальном этапе реализации компетенции	Возрастная психология; Ознакомительная практика; Преддипломная практика

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к результатам освоения дисциплины представлены в виде таблицы 2.

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Общепрофессиональные компетенции			
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Демонстрирует знания особенностей педагогической деятельности; требований к субъектам педагогической деятельности; результатов научных исследований в сфере педагогической деятельности	<i>Знать:</i> морфофункциональные особенности детского организма на различных возрастных этапах (З-ОПК-8.1) <i>Уметь:</i> применять естественнонаучные знания в профессиональной деятельности (У-ОПК-8.1) <i>Владеть:</i> навыками применения санитарно-эпидемиологических норм и правил в организации учебно-воспитательного процесса (Н-ОПК-8.1)
		ОПК-8.2 Использует современные специальные научные знания и результаты исследований для выбора методов в педагогической деятельности	<i>Знать:</i> хронологию чувствительных периодов развития тех или иных функций организма (З-ОПК-8.2) <i>Уметь:</i> использовать современные информационно-коммуникационные технологии в процессе образовательной деятельности (У-ОПК-8.2) <i>Владеть:</i> методами повышения работоспособности учащихся при различных видах учебной деятельности (Н-ОПК-8.2)

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
		<p>ОПК-8.3 Применяет методы, формы и средства педагогической деятельности; осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научных исследований</p>	<p><i>Знать:</i> физиологические основы организации оптимальных условий учебно-воспитательного процесса (З-ОПК-8.3) <i>Уметь:</i> использовать методы, формы и средства педагогической деятельности для самостоятельной работы, режима труда и отдыха, обучающихся (У-ОПК-8.3) <i>Владеть:</i> методами повышения работоспособности учащихся с учетом результатов научных исследований (Н-ОПК-8.3)</p>

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов), в т. ч. экзамен 36 часов.

Таблица 3

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы					
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС	Контроль
1	Тема 1. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены.	11	2	-	-	9	
2	Тема 2. Моторные функции.	17	4	4	-	9	
3	Тема 3. Висцеральные функции.	21	6	6	-	9	
4	Тема 4. Регуляторные системы организма.	15	2	4	-	9	
5	Тема 5. Сенсорные функции.	17	4	4	-	9	
6	Экзамен	27			-		27
ИТОГО:		108	18	18	-	45	

4.1 Тематический план дисциплины

4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
1	Тема 1. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены.	2	Предмет и методы возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Уровни организации живой системы. Онтогенез. Закономерности роста и развития организма человека. Влияние наследственности и среды на рост и развитие детского организма. Сенситивные периоды развития ребенка.	(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3)	[1-10]

			Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Школьная зрелость. Готовность к обучению.	(У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	
2	Тема 2. Моторные функции.	4	<p>Скелет человека. Значение и строение опорно-двигательного аппарата. Химический состав и строение костей, их соединения. Возрастные особенности строения скелета головы, туловища, конечностей.</p> <p>Мышечная система. Основные группы мышц, их функциональное значение, возрастные изменения функциональных показателей мышц. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Типы деформации скелета, их профилактика. Осанка, виды нарушений, меры профилактики. Плоскостопие.</p>	(3-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (3-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (3-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	[1-10]
3	Тема 3. Висцеральные функции.	6	<p>Обмен веществ и энергии. Внутренняя среда организма. Кровь как внутренняя среда организма, функции крови, ее объем, состав. Строение и функции клеток крови, их особенности у детей разного возраста. Иммунная система, ее формирование у детей.</p> <p>Кровообращение. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы. Расположение и строение сердца человека, фазы сердечных сокращений, систолический и минутный объемы крови. Взаимосвязь строения стенки артерий, вен, капилляров с</p>	(3-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (3-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (3-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	[1-10]

			<p>выполняемой функцией. Движение крови по сосудам, кровяное давление, скорость кровотока, пульс, непрерывность кровотока. Роль тренировки в развитии и совершенствовании сердечно-сосудистой системы детей.</p> <p>Дыхание. Значение дыхания. Строение дыхательной системы, механизм дыхательных движений, жизненная емкость легких. Регуляция дыхания. Первый вдох новорожденного, особенности частоты, глубины, типа дыхания, регуляции у детей на разных возрастных этапах.</p> <p>Анатомия, физиология и гигиена пищеварительной системы, ее возрастные особенности. Значение органов выделения. Строение почки. Возрастные особенности строения и функционирования почек. Функции кожи. Возрастные особенности кожи. Уход за кожей. Репродуктивная система организма. Возрастные особенности репродуктивной системы.</p>		
4	Тема 4. Регуляторные системы организма.	4	<p>Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма.</p> <p>Анатомия и физиология нервной системы. Значение нервной системы. Возрастные анатомо-физиологические особенности нейрона, нейроглии, синапсов. Нервные центры и их свойства. Торможение в ЦНС. Рефлекс как основной</p>	<p>(З-ОПК-8.1)</p> <p>(У-ОПК-8.1)</p> <p>(Н-ОПК-8.1)</p> <p>(З-ОПК-8.2)</p> <p>(У-ОПК-8.2)</p> <p>(Н-ОПК-8.2)</p> <p>(З-ОПК-8.3)</p> <p>(У-ОПК-8.3)</p>	[1-10]

			<p>акт нервной деятельности.</p> <p>Анатомия и физиология эндокринной системы. Эндокринные железы, их возрастные особенности. Гормоны, механизмы их действия. Строение и функции отдельных желез, их влияние на рост и развитие детского организма. Учение о стрессе.</p>	(Н-ОПК-8.3)	
5	Тема 5. Сенсорные функции.	4	<p>Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем.</p> <p>Морфофункциональные особенности сенсорных систем у детей на разных возрастных этапах развития. Негативное влияние сенсорной депривации на развитие центральной нервной системы, двигательной активности, психических функций детского организма.</p> <p>Зрительная сенсорная система.</p> <p>Слуховая сенсорная система.</p> <p>Профилактика нарушений слуха и зрения.</p>	<p>(З-ОПК-8.1)</p> <p>(У-ОПК-8.1)</p> <p>(Н-ОПК-8.1)</p> <p>(З-ОПК-8.2)</p> <p>(У-ОПК-8.2)</p> <p>(Н-ОПК-8.2)</p> <p>(З-ОПК-8.3)</p> <p>(У-ОПК-8.3)</p> <p>(Н-ОПК-8.3)</p>	[1-10]
Итого:		18			

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование модуля, раздела дисциплины	Объем, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
1	Тема 2. Моторные функции.	4	Скелет человека. Значение и строение опорно-двигательного аппарата. Химический состав и строение костей, их соединения.	<p>(З-ОПК-8.1)</p> <p>(У-ОПК-8.1)</p> <p>(Н-ОПК-8.1)</p> <p>(З-ОПК-8.2)</p>	[1-10]

			<p>Возрастные особенности строения скелета головы, туловища, конечностей.</p> <p>Мышечная система. Основные группы мышц, их функциональное значение, возрастные изменения функциональных показателей мышц. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Типы деформации скелета, их профилактика. Осанка, виды нарушений, меры профилактики. Плоскостопие.</p>	<p>(У-ОПК-8.2)</p> <p>(Н-ОПК-8.2)</p> <p>(З-ОПК-8.3)</p> <p>(У-ОПК-8.3)</p> <p>(Н-ОПК-8.3)</p>	
2	Тема 3. Висцеральные функции.	6	<p>Обмен веществ и энергии. Внутренняя среда организма. Кровь как внутренняя среда организма, функции крови, ее объем, состав. Строение и функции клеток крови, их особенности у детей разного возраста. Иммунная система, ее формирование у детей.</p> <p>Кровообращение. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы. Расположение и строение сердца человека, фазы сердечных сокращений, систолический и минутный объемы крови. Взаимосвязь строения стенки артерий, вен,</p>	<p>(З-ОПК-8.1)</p> <p>(У-ОПК-8.1)</p> <p>(Н-ОПК-8.1)</p> <p>(З-ОПК-8.2)</p> <p>(У-ОПК-8.2)</p> <p>(Н-ОПК-8.2)</p> <p>(З-ОПК-8.3)</p> <p>(У-ОПК-8.3)</p> <p>(Н-ОПК-8.3)</p>	[1-10]

			<p>капилляров с выполняемой функцией. Движение крови по сосудам, кровяное давление, скорость кровотока, пульс, непрерывность кровотока. Роль тренировки в развитии и совершенствовании сердечно-сосудистой системы детей.</p> <p>Дыхание. Значение дыхания. Строение дыхательной системы, механизм дыхательных движений, жизненная емкость легких. Регуляция дыхания. Первый вдох новорожденного, особенности частоты, глубины, типа дыхания, регуляции у детей на разных возрастных этапах.</p> <p>Анатомия, физиология и гигиена пищеварительной системы, ее возрастные особенности. Значение органов выделения. Строение почки. Возрастные особенности строения и функционирования почек. Функции кожи. Возрастные особенности кожи. Уход за кожей. Репродуктивная система организма. Возрастные особенности репродуктивной системы.</p>		
3	Тема 4. Регуляторные системы организма.	4	<p>Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма.</p>	<p>(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1)</p>	[1-10]

		<p>Анатомия и физиология нервной системы. Значение нервной системы. Возрастные анатомо-физиологические особенности нейрона, нейроглии, синапсов. Нервные центры и их свойства. Торможение в ЦНС. Рефлекс как основной акт нервной деятельности.</p> <p>Анатомия и физиология эндокринной системы. Эндокринные железы, их возрастные особенности. Гормоны, механизмы их действия. Строение и функции отдельных желез, их влияние на рост и развитие детского организма. Учение о стрессе.</p>	<p>(З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)</p>	
4	Тема 5. Сенсорные функции.	<p>Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Морфофункциональные особенности сенсорных систем у детей на разных возрастных этапах развития. Негативное влияние сенсорной депривации на развитие центральной нервной системы, двигательной активности, психических функций детского организма.</p> <p>Зрительная сенсорная система.</p> <p>Слуховая сенсорная система.</p> <p>Профилактика</p>	<p>(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)</p>	[1-10]

			нарушений слуха и зрения.		
Итого:		18			

4.1.3 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Вид СРС	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
1	Тема 1. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены.	9	Подготовка к лекции. Подготовка к практическому занятию (выполнение домашнего задания). Знакомство с литературой по теме.	(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	[1-10]
2	Тема 2. Моторные функции.	9	Подготовка к лекции. Подготовка к практическому занятию (выполнение домашнего задания). Знакомство с литературой по теме.	(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	[1-10]
3	Тема 3. Висцеральные функции.	9	Подготовка к лекции. Подготовка к практическому занятию (выполнение домашнего задания). Знакомство с литературой по теме.	(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2)	[1-10]

				(У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	
4	Тема 4. Регуляторные системы организма.	9	Подготовка к лекции. Подготовка к практическому занятию (выполнение домашнего задания). Знакомство с литературой по теме.	(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	[1-10]
5	Тема 5. Сенсорные функции.	9	Подготовка к лекции. Подготовка к практическому занятию (выполнение домашнего задания). Знакомство с литературой по теме. Подготовка к экзамену.	(З-ОПК-8.1) (У-ОПК-8.1) (Н-ОПК-8.1) (З-ОПК-8.2) (У-ОПК-8.2) (Н-ОПК-8.2) (З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)	[1-10]
Итого:		45			

4.1.4 Интерактивные формы занятий

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом.

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Основная литература

1. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник/ Солодков А.С., Сологуб Е.Б.— Электрон. текстовые

данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2018.— 624 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74306.html>.— ЭБС «IPRbooks»

2. Спортивная физиология [Электронный ресурс]: учебное пособие/ — Электрон. текстовые данные.— Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019.— 136 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85904.html>.— ЭБС «IPRbooks»

3. Физиология спорта. Медико-биологические основы подготовки юных хоккеистов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Л.В. Михно [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 168 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55595.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4. Капилевич Л.В. Физиология спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Капилевич Л.В.— Электрон. текстовые данные.— Томск: Томский политехнический университет, 2011.— 142 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/34729.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4.2.2 Дополнительная литература

5. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие/ — Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014.— 110 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64984.html>.— ЭБС «IPRbooks»

6. Физиология с основами биохимии [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО/ — Электрон. текстовые данные.— Саратов: Профобразование, 2019.— 136 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/86156.html>.— ЭБС «IPRbooks»

7. Физиологические основы физического воспитания и видов спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.Б. Еланцев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2011.— 130 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58494.html>.— ЭБС «IPRbooks»

8. Погадаева О.В. Физиология человека. Висцеральные системы [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Погадаева О.В., Тристан В.Г.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004.— 136 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64991.html>.— ЭБС «IPRbooks»

9. Караулова Л.К. Физиологические основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Караулова Л.К., Расулов М.М.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Московский городской педагогический университет, 2010.— 68 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26642.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4.2.4 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам университета. СГУ обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства Российской Федерации об интеллектуальной собственности и международных договоров Российской Федерации в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

Обеспечивается доступ к следующим электронно-библиотечным системам и базам данных:

Электронная библиотека Сочинского государственного университета [Электронный ресурс] : база данных. – Электрон. дан. – Сочи, [2017-]. – Режим доступа : <http://lib.sutr.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

1. IPRbooks [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». – Электрон. дан. – Саратов, [2010-]. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>, по паролю. – Загл. с экрана.

2. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система / ЭБС Znanium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». – Электрон. дан. – Москва, [2011-]. – Режим доступа: <http://znanium.com/>, по паролю, – Загл. с экрана.

3. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеес». – Электрон. дан. – Москва, [2014-]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

4. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). – Электрон. дан. – Москва, [2000-]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>, требуется регистрация. – Загл. с экрана.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует библиотечному фонду СГУ.

Зав. библиотекой  Е.С. Мысина

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Текущая аттестация студентов производится в следующих формах:

- устный опрос
- письменный опрос;
- контрольное тестирование;

- отдельно оцениваются личностные качества студента (аккуратность, исполнительность, инициативность, работа у доски, своевременная выполнение домашних заданий и т.д.).

Промежуточная аттестация по результатам семестра по дисциплине проходит в форме экзамена.

Содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств (контролирующих материалов), предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС ВО.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- домашние задания;
- контрольные тесты;
- темы докладов;
- вопросы промежуточного контроля знаний по дисциплине.

Домашняя работа над рекомендованными изданиями должна привить студентам навыки работы со специальной литературой, научить аргументированному изложению своих знаний и убеждений в письменной форме. Изучение рекомендуемых источников должно сопровождаться составлением краткого конспекта, самоконтролем полученных знаний путем ответов на поставленные вопросы.

Вопросы для подготовки к экзамену:

1. Предмет и задачи курса «Возрастная анатомии, физиология и гигиена», история развития, значение изучаемого курса для учителя.
2. Периоды развития организма человека. Основные закономерности роста и развития детского организма. Готовность ребенка к обучению, школьная зрелость.
3. Влияние наследственности и среды на рост и развитие детского организма. Критические периоды в пренатальном и постнатальном развитии.
4. Механизмы регуляции функций организма.
5. Строение и функции зрительного анализатора. Акомодация глаза. Роль палочек и колбочек.
6. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников.
7. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы. Гигиена зрения.
8. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы. Гигиена слуха.

9. Опорно-двигательный аппарат, строение костей, их соединения, химический состав. Рост и развитие костей. Строение отдельных частей скелета, их возрастные особенности. Профилактика деформаций скелета у детей.
10. Осанка, ее типы, роль воспитателя, учителя в выработке правильной осанки у детей.
11. Строение и функции мышечной системы, ее возрастные особенности. Гиподинамия, ее воздействие на организм человека
12. Функции крови. Состав крови, клетки крови, их строение, функции, возрастные особенности.
13. Иммуные свойства крови, виды иммунитета. Формирование иммунной системы у детей.
14. Строение сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения, особенности кровообращения у плода. Строение сердца, его возрастные особенности.
15. Цикл работы сердца, его возрастные особенности. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, сократимость, автоматия. Систолический и минутный объемы крови у взрослых и детей.
16. Движение крови по сосудам. Скорость кровотока. Кровяное давление. Пульс. Возрастные особенности кровяного давления и времени кругооборота крови. Первая и гуморальная регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы, ее особенности у детей и подростков. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков.
17. Значение дыхания, этапы дыхания. Строение органов дыхания, их возрастные особенности.
18. Внешнее дыхание, механизм вдоха и выдоха. Особенности частоты и глубины и типа дыхания новорожденных и детей разного возраста. Перенос газов кровью. Первый вдох новорожденного. Регуляция дыхания.
19. Возрастные особенности строения и функционирования органов пищеварения.
20. Возрастные особенности обмена веществ и энергии, терморегуляция.
21. Витамины, их значение.
22. Местоположение, гормоны и функциональное значение желез внутренней секреции (гипофиза, щитовидной, вилочковой, поджелудочной половых желез, надпочечников) для растущего организма. Понятие о гипо- гиперфункции.
23. Особенности эндокринной системы в период полового созревания подростка.
24. Значение органов выделения, строение почки, механизм мочеобразования, мочевыведения. Возрастные особенности строения и функционирования почек.
25. Кожа, строение и функции, возрастные особенности, уход за кожей.
26. Природа электрических явлений в возбудимых тканях (нервная, мышечная, секреторная): потенциал покоя, потенциал действия, механизм раздражения.
27. Нейрон, его строение, функции отдельных частей. Нейроглия, ее значение. Возрастные особенности в строении нейрона, соотношение нейронов и глиальных клеток.
28. Строение и функции нервных волокон, проведения возбуждения по миелиновым и безмиелиновым нервным волокнам, закономерности проведения возбуждения, возрастные особенности миелинизации.
29. Синапсы, их классификация, строение, механизм проведения возбуждения в возбуждающих и тормозных синапсах. Свойства синапсов. Особенности функционирования синапсов у детей.
30. Рефлекс, его определение, классификация. Рефлекторная дуга, ее компоненты. Рефлекторное кольцо.
31. Нервные центры, их свойства.
32. Торможение. Значение торможения.
33. Принципы координационной деятельности ЦНС. Учение А.А. Ухтомского о доминанте, роль доминанты в педагогической деятельности.

34. Условные и безусловные рефлексы, их отличия. Инстинкты. Механизмы образования условных рефлексов. Возрастные изменения скорости образования и устойчивости условных рефлексов. Торможение условных рефлексов, его виды.
35. Динамический стереотип, особенности его образования у детей. Мотивации и поведенческие реакции организма. Функциональная система организма, ее роль в организации поведенческих актов (П.К. Анохин).
36. Особенности высшей нервной деятельности человека. Первая и вторая сигнальные системы, их взаимоотношения. Роль лобных долей в осуществлении психических функций. Нейрофизиологические и морфологические основы речи.
37. Типы высшей нервной деятельности человека. Типологические особенности ВНД у детей и подростков.
38. Память, ее виды: мгновенная, кратковременная, долговременная. Механизмы памяти.
39. Гигиенические требования к трудовой деятельности детей дошкольного учреждения.
40. Гигиенические требования к участку дошкольного учреждения.
41. Гигиенические требования к планировке дошкольного учреждения.
42. Гигиенические требования к оборудованию дошкольного учреждения.
43. Гигиенические требования к отоплению дошкольного учреждения.
44. Гигиенические требования к освещению дошкольного учреждения.
45. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.
46. Гигиенические требования к режиму дня в дошкольном учреждении.
47. Гигиена мочевыделительной системы и органов пищеварения.
48. Гигиенические требования к продуктам питания, к условиям их хранения и срокам реализации в дошкольном учреждении.

5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины

Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» изучается на протяжении 1 курса при очной форме обучения и завершается экзаменом. В ходе обучения основными видами учебных занятий являются лекции и практические занятия. В ходе лекций рассматриваются основные понятия тем, связанные с ними теоретические и практические проблемы, даются рекомендации для самостоятельной работы и подготовки к практическим занятиям.

В ходе практических занятий углубляются и закрепляются знания по ряду рассмотренных на лекциях вопросов, развиваются навыки ведения публичной дискуссии, умения аргументировать и защищать выдвигаемые в них положения.

Наиболее важны при изучении курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» являются знания о форме, строении, функциях и развитии человека во взаимосвязи его с окружающей средой; представления об основных принципах и взаимосвязях в функционировании всех систем организма; сведения о возрастных и индивидуальных особенностях организма человека; знания о специфичности строения различных тканей, органов, систем с позиций их функционирования; представления об организме, как едином целом, который осуществляет жизнедеятельность при морфофункциональном единстве взаимодействия субклеточных структур, клеток, тканей, органов, физиологических и функциональных систем, объединенных по иерархическому принципу.

Знания особенностей строения тела человека нужны для правильной организации тренировочного процесса в спорте и занятий массовой физической культурой, для научно обоснованного моделирования и прогнозирования спортивных возможностей отдельных спортсменов.

При подготовке к практическому занятию студент должен уяснить цели и задачи самостоятельной работы с предлагаемыми источниками литературы в пределах исследуемой проблематики. Необходимо сопоставить позиции отдельных авторов, провести критический анализ их экспертных мнений, сформулировать аргументы для

обоснования собственной точки зрения. Готовность студента к практическому занятию определяется исходя из информационной наполненности ответа, степени включенности в процесс обсуждения, готовности и способности выйти за пределы общепризнанной парадигмы.

Промежуточная аттестация может быть выставлена студенту по результатам текущей аттестации и (или) по результатам федерального интернет тестирования (ФЭПО, интернет тренажеры).

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная внеаудиторная работа по курсу включает изучение учебной и научной литературы, повторение лекционного материала, подготовку к практическим занятиям, а также к текущему и итоговому контролю. Практические занятия предусматривают совершенствование навыков работы с первоисточниками, изучения предметной специфики курса. Вопросы, не рассмотренные на лекциях и практических занятиях, должны быть изучены бакалаврами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы бакалавров над учебной программой курса осуществляется в ходе практических занятий методом устного опроса или ответов на вопросы тем. В ходе самостоятельной работы каждый бакалавр обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме. Обучающийся должен готовиться к предстоящему практическому занятию по всем, обозначенным в программе вопросам. Не проясненные (дискуссионные) в ходе самостоятельной работы вопросы следует выписать в конспект лекций и впоследствии прояснить их на практических занятиях.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы студента выступают: для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
составление плана текста;

- конспектирование текста;
- выписки из текста;
- работа со словарями и справочниками;
- учебно-исследовательская работа;
- использование компьютерной техники и Интернета и др. при выполнении творческих домашних заданий.

для закрепления и систематизации знаний:

- работа с конспектом лекций (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (электронного учебника, первоисточника, дополнительной литературы);

- составление плана и тезисов ответа на вопросы промежуточного контроля;
- составление таблиц для систематизации учебного материала;
- решение задач;
- аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.);

для формирования умений и навыков:

- подготовка к проблемным урокам на практических занятиях.

Проработка вопросов, выносимых на самостоятельное изучение состоит в изучении, конспектировании и анализе литературных источников.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

Для максимального усвоения дисциплины предлагается изложение лекционного материала с элементами обсуждения, а также с использованием графического сопровождения лекций (презентации на мультимедийном проекторе).

В качестве методики проведения практических занятий используются:

- информационные технологии: презентации, технология компьютерной проверки знаний обучающихся, аудиовизуальная технология;

- использование электронных образовательных ресурсов (электронные учебные пособия, статьи, домашние задания, рассылаемые на электронную почту студентов) при подготовке к лекциям, практическим занятиям и для самостоятельной работы;

- технология «дебаты»: дискуссии с разделением группы на оппонирующие коллективы предполагающая обсуждение сложных вопросов, проблем изучаемой темы (интерактивная форма проведения занятия);

- технология «обучение в сотрудничестве»: работа в команде при выполнении групповых домашних заданий;

- семинар-диспут: интерактивная форма проведения занятия, предполагающая публичное обсуждение спорных вопросов изучаемой темы;

- круглый стол: интерактивная форма проведения занятия, предполагающая публичное обсуждение или освещение сложных вопросов изучаемой темы, когда участники высказываются в определенном порядке.

Проведение всех видов занятий (лекционные, практические, лабораторные и т.д.) при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные занятия:

- комплект электронных презентаций/слайдов;

- специализированная аудитория, оснащенная интерактивной доской, проектором, ноутбуком, доской настенной комбинированной;

- ноутбук, мультимедийный проектор.

Практические занятия: аудитория для проведения практических занятий на необходимое количество студентов, ноутбук, мультимедийный проектор.

Тестирование в рамках текущей аттестации: компьютерная лаборатория, оснащенная рабочими местами, оборудованными персональными компьютерами, учебная доска, локальная сеть, подключение к сети Интернет, сканер, принтер.

Прочее:

- рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, принтером, сканером, ксероксом;

- рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде (библиотека, компьютерные классы).

Дистанционная поддержка дисциплины.

Для передачи раздаточного материала к практическим занятиям, домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, в том числе: Skype, Zoom, Big Blue Button, Moodle, WhatsApp.

Стандартное лицензионное программное обеспечение

Microsoft Windows 7 Professional, 8 Pro, 8.1 Pro, 10 Pro

Лицензионный договор №0318100046815000032-0003440-01 (08/16д) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Лицензионный договор №0318100046815000030-0003440-01 (06/16гпд) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Microsoft Office Professional Plus 2007, 2010, 2013, 2016.

Состав продукта:

Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, Microsoft Outlook, Microsoft Publisher, Microsoft Access, Microsoft OneNote, Microsoft InfoPath.

Лицензионный договор №0318100046815000028-003440-01 (04/16-ггд) от 12.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Лицензионный договор №0318100046815000029-003440-01 (05/16-ггд) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

**Приложение к рабочей программе дисциплины
«Возрастная анатомия, физиология и гигиена»**

44.03.05 Педагогическое образование

бакалавр

«Начальное образование и иностранный язык»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины
«Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

обязательная

очная

Составитель аннотации – Ходасевич Л.С., д.м.н., доцент каф. ФКиС 

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	3/108
Цель изучения дисциплины	Цель дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» - дать необходимые теоретические знания и практические навыки, позволяющие оптимизировать учебно-воспитательную работу в учебных учреждениях, что будет способствовать развитию умственных и физических способностей учащихся.
Содержание дисциплины	<p>Онтогенез. Закономерности роста и развития организма человека. Скелет человека. Возрастные особенности строения скелета головы, туловища, конечностей. Мышечная система. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Обмен веществ и энергии. Кровь как внутренняя среда организма. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы. Строение дыхательной системы, механизм дыхательных движений, жизненная емкость легких. Анатомия, физиология и гигиена пищеварительной системы, ее возрастные особенности.</p> <p>Строение почки. Возрастные особенности репродуктивной системы. Анатомия и физиология нервной системы. Эндокринные железы, их возрастные особенности. Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем.</p>
Формируемые компетенции (коды)	ОПК-8
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	<p>ОПК-8.1 Демонстрирует знания особенностей педагогической деятельности; требований к субъектам педагогической деятельности; результатов научных исследований в сфере педагогической деятельности.</p> <p>ОПК-8.2 Использует современные специальные научные знания и результаты исследований для выбора методов и</p>

	<p>педагогической деятельности.</p> <p>ОПК-8.3 Применяет методы, формы и средства педагогической деятельности; осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научных исследований.</p>
Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины	Нет, т.к. дисциплина стоит на начальном этапе реализации компетенции
Образовательные технологии	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа
Формы текущего контроля успеваемости (контрольная, работа, коллоквиум, тест и т.п.)	Устный опрос, письменный опрос, тестирование.
Форма промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Экзамен

Зав. кафедрой

«Физической культуры и спорта»



Коновалова Г.М.