

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
 образования
 «Сочинский государственный университет»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Шифр и направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Профиль подготовки бакалавра История и география

Форма обучения очно-заочная

Выпускающая кафедра Кафедра теории права и государства, истории и философии

Кафедра-разработчик рабочей программы Кафедра физической культуры и спорта

Год набора 2020

Семестр	Трудоемкость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	КРЗ	Форма промежуточного контроля (зет./зет.)
ОЗФО								
I	108/3	18	18	-	36	-	-	Экзамен 36
Итого:	108/3	18	18	-	36	-	-	Экзамен 36

Сочи 2020 г.

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

Рабочую программу составил:



А.В. Лялюков, преподаватель кафедры физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

на заседании кафедры физической культуры и спорта

Протокол № 1 от « 31 » 08 2020 г.

Заведующий кафедрой



И.Н. Овсянникова

Руководитель ОПОП



Ю.Н. Макаров

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления подготовки «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»

Протокол № 1 от « 31 » августа 2020 г.

Председатель УМСН



Ю.Э. Макаревская

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям

Отдел качества образования и
методического обеспечения



В.В. Васильченко

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 20___/20___ учебный год, протокол №___ заседания кафедры от «___» _____ 20___ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой _____

Рабочая программа переутверждена на 20___/20___ учебный год, протокол №___ заседания кафедры от «___» _____ 20___ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой _____

Рабочая программа переутверждена на 20___/20___ учебный год, протокол №___ заседания кафедры от «___» _____ 20___ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

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	15
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	19
5.5 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	19
Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	21

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.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции
Общепрофессиональные компетенции	
ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	Возрастная психология Археология История древнего мира История средних веков Отечественная история Новая и новейшая история стран Европы и Америки Новая и новейшая история стран Азии и Африки Предметный модуль "География" Геология Землеведение География почв Ландшафтоведение Картография с основами топографии Физическая география материков и океанов Экономическая и социальная география мира Физическая география России Экономическая и социальная география России

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:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Общепрофессиональные компетенции		
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 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 сенситивных 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)
	ОПК-8.3 Применяет методы, формы и средства педагогической деятельности; осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научных исследований	<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)

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_	9	2	-	-	7	
2	Тема 2. Моторные функции.	15	4	4	-	7	
3	Тема 3. Висцеральные функции.	20	6	6	-	8	
4	Тема 4. Регуляторные системы организма.	13	2	4	-	7	
5	Тема 5. Сенсорные функции.	15	4	4	-	7	
6	Экзамен	36			-		36
ИТОГО:		108	18	18	-	36	

4.1 Тематический план дисциплины

Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН
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 организма.	(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)

2	Тема 2. Моторные функции.	4	<p>Скелет человека. Значение и строение опорно-двигательного аппарата. Химический состав и строение костей, их соединения. Особенности строения скелета головы, туловища, конечностей. Мышечная система. Основные группы мышц, их функциональное значение, источники иннервации и кровоснабжения. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Типы деформации скелета, их профилактика. Осанка, виды нарушений, меры профилактики. Плоскостопие.</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>
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. Иммунная система, ее формирование. 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 выполняемой функцией. Движение крови по сосудам, кровяное давление, скорость кровотока, пульс, непрерывность кровотока. Роль тренировки в развитии и совершенствовании сердечно-сосудистой системы. Дыхание. Значение дыхания. Строение дыхательной системы, механизм дыхательных движений, жизненная емкость легких. Регуляция дыхания. Анатомия, физиология и гигиена пищеварительной системы, ее возрастные особенности. Значение органов выделения. Строение почки. Возрастные особенности строения и функционирования почек. Функции кожи. Особенности строения кожи. Репродуктивная система организма. Возрастные особенности репродуктивной системы.</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>
4	Тема 4. Регуляторные системы организма.	4	<p>Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма. Анатомия и физиология нервной системы. Значение нервной системы. Особенности нейрона, нейроглии, синапсов. Нервные центры и их свойства. Торможение в ЦНС.</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)</p>

			Рефлекс как основной акт нервной деятельности. 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 организма. Учение о стрессе.	(З-ОПК-8.3) (У-ОПК-8.3) (Н-ОПК-8.3)
5	Тема 5. Сенсорные функции.	4	Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Морфофункциональные особенности сенсорных систем. Негативное влияние сенсорной депривации на развитие центральной нервной системы, двигательной активности, психических функций организма. Зрительная сенсорная система. Слуховая сенсорная система. Профилактика нарушений слуха и зрения.	(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)
Итого:		18		

Практические занятия

№ п/п	Наименование модуля, раздела дисциплины	Объем, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН
1	Тема 2. Моторные функции.	4	Скелет человека. Значение и строение опорно-двигательного аппарата. Химический состав и строение костей, их соединения. Особенности строения скелета головы, туловища, конечностей. Мышечная система. Основные группы мышц, их функциональное значение, источники иннервации и кровоснабжения. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Типы деформации скелета, их профилактика. Осанка, виды нарушений, меры профилактики. Плоскостопие.	(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)
2	Тема 3. Висцеральные функции.	6	Обмен веществ и энергии. Внутренняя среда организма. Кровь как внутренняя среда организма, функции крови, ее объем, состав. Строение и функции клеток крови, их особенности. Иммунная система, ее формирование. Кровообращение. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы. Расположение и строение сердца человека, фазы сердечных сокращений,	(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>систолический и минутный объемы крови. Взаимосвязь строения стенки артерий, вен, капилляров с выполняемой функцией. Движение крови по сосудам, кровяное давление, скорость кровотока, пульс, непрерывность кровотока. Роль тренировки в развитии и совершенствовании сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Дыхание. Значение дыхания. Строение дыхательной системы, механизм дыхательных движений, жизненная емкость легких. Регуляция дыхания. Анатомия, физиология и гигиена пищеварительной системы, ее возрастные особенности. Значение органов выделения. Строение почки. Возрастные особенности строения и функционирования почек. Функции кожи. Особенности строения кожи. Репродуктивная система организма. Возрастные особенности репродуктивной системы.</p>	
3	Тема 4. Регуляторные системы организма.	4	<p>Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма.</p> <p>Анатомия и физиология нервной системы. Значение нервной системы. 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 организма. Учение о стрессе.</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>
4	Тема 5. Сенсорные функции.		<p>Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем.</p> <p>Морфофункциональные особенности сенсорных систем. Негативное влияние сенсорной депривации на развитие центральной нервной системы, двигательной активности, психических функций организма.</p> <p>Зрительная сенсорная система.</p> <p>Слуховая сенсорная система.</p> <p>Профилактика нарушений слуха и зрения.</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>
Итого:		18		

Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Вид СРС	Формируемые ЗУН
1	Тема 1. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены_	7	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)
2	Тема 2. Моторные функции.	7	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)
3	Тема 3. Висцеральные функции.	8	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)
4	Тема 4. Регуляторные системы организма.	7	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)
5	Тема 5. Сенсорные функции.	7	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)
Итого:		36		

Интерактивные формы занятий

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом.

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Литература

1. Анатомия и физиология центральной нервной системы : учебное пособие / Ф. В. Орлов, Л. П. Романова, Н. Н. Ланцова, В. О. Романов. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 141 с. — 978-5-4486-0230-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72795.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
2. Бельченко, Л. А. Физиология человека. Организм как целое : учебно-методический комплекс / Л. А. Бельченко, В. А. Лавриненко. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 232 с. — 978-5-379-02017-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65293.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
3. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена : учебное пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с. — 978-5-379-02027-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65272.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
4. Возрастная анатомия человека : учебное пособие / Л. М. Железнов, Г. А. Попов, О. В. Ульянов, И. М. Яхина. – Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. — 96 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21795.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
5. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник для институтов физической культуры / М. Ф. Иваницкий ; под ред. Б. А. Никитюк, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. — 14-е изд. – Москва : Спорт : Человек, 2018. — 624 с. — 978-5-9500179-2-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74290.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
6. Красноперова, Н. А. Возрастная анатомия и физиология : практикум / Н. А. Красноперова. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. — 216 с. — 978-5-4263-0459-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72485.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
7. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 8-е изд. – Москва : Спорт, 2018. — 624 с. — 978-5-9500179-3-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74306.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
8. Фомина, Е. В. Физиология. Избранные лекции : учебное пособие для бакалавриата / Е. В. Фомина, А. Д. Ноздрачев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2017. — 172 с. — 978-5-4263-0481-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72524.html> (дата обращения 19.09.2019) – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.

4.2.2. Интернет-ресурсы

1. Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных – Сочи, [2017-] – URL: <http://lib.sutg.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.
2. ScienceDirect : полнотекстовая база данных / издательство Elsevier. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей – Текст : электронный.
3. SpringerNature : полнотекстовая база данных / Springer Nature Switzerland AG, Part of Springer Nature. – URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
4. IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru» – Саратов, [2010-] – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
5. Znanium.com : электронно-библиотечная система / ЭБС Znanium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». – Москва, [2011-] – URL: <http://znanium.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ. – Москва, [2004-] – Режим доступа: <https://rusneb.ru> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
7. Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, [1997-]. – URL: <https://polpred.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
8. КонсультантПлюс : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». – Москва, [1997-]. – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеео» – Электрон. дан. – Москва, [2014-]. – URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.
10. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). – Москва, [2000-]. – URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

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

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.
- Экзаменационные билеты

Вопросы для подготовки к экзамену:

1. Предмет и задачи курса «Возрастная анатомии, физиология и гигиена», история развития.
2. Влияние наследственности и среды на рост и развитие организма.
3. Механизмы регуляции функций организма.
4. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек.
5. Нарушения рефракции глаза. Профилактика близорукости.
6. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы. Гигиена слуха.
7. Опорно-двигательный аппарат, строение костей, их соединения, химический состав. Рост и развитие костей.
8. Строение отдельных частей скелета. Профилактика деформаций скелета у детей.
9. Осанка, ее типы, роль воспитателя, учителя в выработке правильной осанки.
10. Строение и функции мышечной системы. Гиподинамия, ее воздействие на организм человека.
11. Функции крови. Состав крови, клетки крови, их строение, функции.
12. Иммунные свойства крови, виды иммунитета. Формирование иммунной системы.
13. Строение сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения, особенности кровообращения у плода.
14. Строение сердца, его возрастные особенности.
15. Цикл работы сердца. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, сократимость, автоматия.
16. Движение крови по сосудам. Скорость кровотока. Кровяное давление. Пульс. Возрастные особенности кровяного давления и времени кругооборота крови.
17. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы, ее особенности. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.
18. Значение дыхания, этапы дыхания. Строение органов дыхания.
19. Внешнее дыхание, механизм вдоха и выдоха. Особенности частоты и глубины и типа дыхания. Перенос газов кровью.
20. Регуляция дыхания.
21. Возрастные особенности обмена веществ и энергии, терморегуляции.
22. Витамины, их значение.
23. Местоположение, гормоны и функциональное значение желез внутренней секреции.
24. Гипофиз, щитовидная, вилочковая, поджелудочная, половые железы, надпочечники. Понятие о гипо- гиперфункции.
25. Строение пищеварительной трубки и пищеварительных желёз: отделы и выполняемые функции.
26. Значение органов выделения, строение почки.

27. Механизм мочеобразования, мочевыведения. Особенности строения и функционирования почек.
28. Кожа, строение и функции, возрастные особенности, уход за кожей.
29. Природа электрических явлений в возбудимых тканях (нервная, мышечная, секреторная): потенциал покоя, потенциал действия, механизм раздражения.
30. Нейрон, его строение, функции отдельных частей. Нейроглия, ее значение. Особенности в строении нейрона, соотношение нейронов и глиальных клеток.
31. Строение и функции нервных волокон.
32. Проведения возбуждения по миелиновым и безмиелиновым нервным волокнам, закономерности проведения возбуждения.
33. Синапсы, их классификация, строение, механизм проведения возбуждения в возбуждающих и тормозных синапсах.
34. Свойства синапсов. Особенности функционирования синапсов.
35. Рефлекс, его определение, классификация.
36. Рефлекторная дуга, ее компоненты. Рефлекторное кольцо.
37. Нервные центры, их свойства.
38. Торможение. Значение торможения.
39. Принципы координационной деятельности ЦНС. Учение А.А. Ухтомского о доминанте, роль доминанты в педагогической деятельности.
40. Условные и безусловные рефлексы, их отличия.
41. Инстинкты. Механизмы образования условных рефлексов.
42. Изменения скорости образования и устойчивости условных рефлексов. Торможение условных рефлексов, его виды.
43. Динамический стереотип, особенности его образования. Мотивации и поведенческие реакции организма. Функциональная система организма, ее роль в организации поведенческих актов.
44. Особенности высшей нервной деятельности человека. Первая и вторая сигнальные системы, их взаимоотношения. Роль лобных долей в осуществлении психических функций. Нейрофизиологические и морфологические основы речи.
45. Типы высшей нервной деятельности человека.
46. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.

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.

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.

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 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 при преподавании дисциплины, проведение консультаций,

промежуточная и текущая аттестация возможна с применением 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 используются электронные ресурсы.

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.

5.1 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype) , что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

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

44 03 05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

бакалавр

«История и география»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Возрастная анатомия, физиология и гигиена»

Дисциплина обязательной части

Очно- заочная форма обучения

Составитель аннотации – Лялюков А.В. преподаватель 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	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. Строение почки. Возрастные особенности репродуктивной системы. Анатомия и физиология нервной системы. Эндокринные железы, их возрастные особенности. Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем.
Формируемые компетенции (коды)	ОПК-8
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	ОПК-8.1 Демонстрирует знания особенностей педагогической деятельности, требований к субъектам педагогической деятельности, результатов научных исследований в сфере педагогической деятельности. ОПК-8.2 Использует современные специальные научные знания и результаты исследований для выбора методов в педагогической деятельности. ОПК-8.3 Применяет методы, формы и средства педагогической деятельности; осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научных исследований.

Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Возрастная психология Археология История древнего мира История средних веков Отечественная история Новая и новейшая история стран Европы и Америки Новая и новейшая история стран Азии и Африки Предметный модуль "География" Геология Землеведение География почв Ландшафтоведение Картография с основами топографии Физическая география материков и океанов Экономическая и социальная география мира Физическая география России Экономическая и социальная география России
Образовательные технологии	лекции, практические занятия, самостоятельная работа
Форма промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Экзамен

Зав. кафедрой
«Физической культуры и спорта»

 Овсянникова И.Н.