

Минобрнауки России  
Бузулукский гуманитарно-технологический институт (филиал)  
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Оренбургский государственный университет»  
Кафедра биоэкологии и техносферной безопасности

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **ДИСЦИПЛИНЫ**

*«Б1.Д.Б.11 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»*

Уровень высшего образования

**БАКАЛАВРИАТ**

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование  
(код и наименование направления подготовки)

Начальное образование

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Заочная

Год набора 2019

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

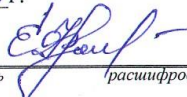
Кафедра биоэкологии и техносферной безопасности

наименование кафедры

протокол № 5 от «22» 01 2019г.

Первый заместитель директора по УР

подпись



Е. В. Фролова

расшифровка подписи

Исполнители:

Доцент кафедры БЭТБ

должность



подпись



расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

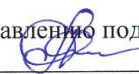
СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

код наименование

личная подпись



расшифровка подписи

Заведующий библиотекой

личная подпись



Т. А. Лопатина

расшифровка подписи

© Садыкова Н. Н., 2019

© БГТИ (филиал) ОГУ, 2019

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель (цели)** освоения дисциплины:

формирование систематизированных знаний о возрастных морфофизиологических особенностях человеческого организма в области возрастной анатомии, физиологии и гигиены.

**Задачи:**

- изучение возрастных особенностей развивающегося организма, его взаимоотношений с окружающей средой;
- формирование знаний о закономерностях, лежащих в основе сохранения и укрепления здоровья детей и подростков с целью поддержания их высокой работоспособности при различных видах учебной деятельности, а так же формирование культуры безопасного и ответственного поведения, обеспечения безопасных и комфортных условий труда на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств гигиены;
- ознакомление студентов с вопросами, необходимыми для правильного понимания целого ряда аспектов возрастной психологии и педагогики, связанных с изучением физиологии нервной системы, высшей нервной деятельности, анализаторов, в процессе взаимодействия с участниками образовательного процесса;

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.5 Физическая культура и спорт, Б1.Д.Б.15 Психология, Б1.Д.Б.16 Методика воспитательной работы, Б1.Д.Б.24 Естествознание, Б1.Д.Б.25 Методика преподавания предмета "Окружающий мир", Б1.Д.Б.26 Теория и технологии физического воспитания детей, Б1.Д.Б.30 Техники и технологии работы с семьей, Б1.Д.В.2 Педагогика начального образования. Введение в педагогическую деятельность учителя начальных классов, Б1.Д.В.5 Инклюзивная педагогика, Б1.Д.В.6 Психолого-педагогические основы дошкольного образования, Б2.П.Б.П.1 Педагогическая (летняя) практика, Б2.П.В.П.1 Педагогическая практика, Б2.П.В.П.2 Преддипломная практика*

## 3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8-В-1 Формирует культуру безопасного и ответственного поведения, обеспечивая безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств защиты	<b>Знать:</b> безопасные и комфортные условия труда на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств гигиены; <b>Уметь:</b> поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в т.ч. с помощью средств гигиены; <b>Владеть:</b> навыками по применению

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
		основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3-В-1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования	<b><u>Знать:</u></b> возрастные индивидуальные особенности обучающихся; <b><u>Уметь:</u></b> осуществлять обучение, воспитание и развитие с учётом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей; <b><u>Владеть:</u></b> навыками обучения, воспитания и развития с учётом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей обучающихся.

## 4 Структура и содержание дисциплины

### 4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	1 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>8,5</b>	<b>8,5</b>
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)	4	4
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,5	0,5
<b>Самостоятельная работа:</b> - выполнение контрольной работы (КонтрР); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий); - подготовка к практическим занятиям.	<b>99,5</b> +	<b>99,5</b>
<b>Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)</b>	<b>зачет</b>	

## Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Предмет, содержание и задачи курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»	21	1	-	-	20
2	Общие закономерности роста и развития детей и подростков	23	1	2	-	20
3	Анатомо-физиологические особенности систем органов	31	1	-	-	30
4	Гигиенические основы здорового образа жизни	33	1	2	-	30
	Итого:	108	4	4	-	100
	Всего:	108	4	4	-	100

### 4.2 Содержание разделов дисциплины

#### № 1 Предмет, содержание и задачи курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

Возрастная анатомия, физиология и гигиена как элементы системы педагогических наук. Предмет возрастной анатомии и физиологии. Значение анатомии и физиологии для психологии и педагогики, для учебно-воспитательного процесса. Возрастная анатомия и физиология - научная основа школьной гигиены.

Предмет школьной гигиены. Значение школьной гигиены для охраны и укрепления здоровья учащихся, для правильной организации учебно-воспитательной работы, трудового обучения, совершенствования физического развития и повышения работоспособности учащихся.

Основные этапы развития анатомии, физиологии и гигиены. Роль знаний по анатомии, физиологии и гигиене в формировании диалектико-материалистического мировоззрения педагога.

#### № 2 Общие закономерности роста и развития детей и подростков.

Организм как единое целое. Единство организма и среды. Роль нервной системы и желез внутренней секреции в обеспечении целостности организма. Нейрогуморальная регуляция функций организма. Гомеостаз и определяющие его факторы. Биологическая надежность и принципы ее обеспечения.

Периоды развития организма. Гетерохронность, непрерывность и гармоничность развития. Основные возрастно-половые закономерности физического развития. Физическое развитие - важный показатель состояния здоровья и социального благополучия. Состояния физического развития школьников и методы его определения. Пропорции тела и их изменения на различных этапах онтогенеза. Влияние условий жизни на рост и развитие детей и подростков.

#### № 3 Анатомо-физиологические особенности систем органов.

Особенности анатомического строения и физиологические функции систем органов: опорно-двигательной, крови, дыхательной и др. Обмен веществ и превращения энергии.

#### № 4 Гигиенические основы здорового образа жизни.

Гигиена отдельных органов и систем, организация физических упражнений, сущность и принципы закаливания. Гигиена питания детей и подростков. Гигиенические основы возникновения потенциальной опасности и меры по её предупреждению. Методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

### 4.3 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	2	Методы оценки типа телосложения (конституции тела).	2
2	4	Гигиенические методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	2

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
		Итого:	4

#### 4.4 Контрольная работа (1 семестр)

Примерная тематика контрольных работ

- 1 Педагогическая периодизация возрастов.
- 2 Основные закономерности роста и развития.
- 3 Нервная ткань, возрастные особенности, особенности внутреннего и внешнего строения.
- 4 Синапсы, медиаторы, возрастные особенности.
- 5 Рефлекс и рефлекторная дуга, безусловные рефлексы, их классификация.
- 6 Характеристика условных рефлексов, их классификация.
- 7 Динамический стереотип, его развитие с возрастом.
- 8 Безусловные торможение. Значение охранительного торможения.
- 9 Внутреннее торможение, его виды и значение в воспитательном процессе (привыкание, угасание, запаздывание).
- 10 Распространение процессов возбуждения и торможения в коре больших полушарий (иррадиация, индукция, доминанта, координация).
- 11 Возрастные особенности развития мозга у детей.
- 12 Значение различных участков коры больших полушарий (зоны сенсорные, моторные, ассоциативные).
- 13 Асимметрия мозга и проблемы леворукости.
- 14 Онтогенез первой и второй сигнальных систем.
- 15 Типы высшей нервной деятельности (классификация Павлова), возрастные особенности.
- 16 Гигиенические основы возникновения потенциальной опасности и меры по её предупреждению.

#### 5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

##### 5.1 Основная литература

- Варич, Л.А. Возрастная анатомия и физиология / Л.А. Варич, Н.Г. Блинова. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. - 168 с. - ISBN 978-5-8353-1283-2 ; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232821>;
- Анатомия человека [Текст] / А.А. Швырев. - 7-е изд., испр. и доп. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. - 188 с. - Библиогр.: с. 184 - ISBN 978-5-222-19659-5.

##### 5.2 Дополнительная литература

- Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена : учебное пособие / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман, Я.Л. Завьялова, В.М. Ширшова. - 2-е изд., стер. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. - 400 с. : ил.,табл., схем. - (Университетская серия). - ISBN 978-5-379-01629-6 ; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57604>;
- Сапин, М. Р. Анатомия и физиология детей и подростков [Текст] : учеб. пособие / М. Р. Сапин, З. Г. Брыксина.- 4-е изд., пераб. и дополненное. - Москва : Академия, 2005. - 432с. - (Высшее профессиональное образование) - ISBN 5-7695-2199-6.

### 5.3 Периодические издания

- Генетика : журнал. - Москва : Российская академия наук, 2014;
- Физкультура и спорт: журнал. - Москва : Издательство Физкультура и спорт, 2014.

### 5.4 Интернет-ресурсы

- Биология человека. База знаний по биологии человека. – Режим доступа: <http://obi.img.ras.ru/>;
- Федеральный портал по Естественно-научный образовательный портал (физика, химия, биология, математика). – Режим доступа: <http://www.en.edu.ru/>;
- «Открытое образование». – Режим доступа: <https://openedu.ru/>.

### 5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Microsoft Office;
- СПС «КонсультантПлюс»
- <https://rusneb.ru/> - Национальная электронная библиотека (НЭБ);
- <https://uisrussia.msu.ru/> - Университетская информационная система РОССИЯ;
- Федеральный портал по Естественно-научный образовательный портал (физика, химия, биология, математика) (Режим доступа: <http://www.en.edu.ru/>).
- <http://bio.niv.ru/> - Биология, экология, сельское хозяйство, геология, метеорология. Словари и энциклопедии;
- <http://rpn.gov.ru/> - Сайт Федеральной службы по надзору в сфере природопользования.
- Янлекс браузер.

## 6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа. Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: переносной мультимедиа-проектор и проекционный экран; переносной ноутбук; кафедра; комплекты ученической мебели; рабочее место преподавателя; учебная доска.

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа. Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: переносной мультимедиа-проектор и проекционный экран; переносной ноутбук; кафедра; комплекты ученической мебели; рабочее место преподавателя; учебная доска, комплекты ученической мебели.

Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: комплекты ученической мебели; мультимедийный проектор; доска; экран; компьютеры с подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

Учебные аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации. Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: комплекты ученической мебели; мультимедийный проектор; доска; экран; компьютеры с подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой подключенной к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду БГТИ (филиала) ОГУ. Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: комплекты ученической мебели; компьютеры с подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду; стационарный мультимедиа-проектор и проекционный экран; оборудование для организации локальной вычислительной сети; Веб-приложение «Универсальная система тестирования БГТИ».