

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)

*Информатика*

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

*Бакалавр*

Форма обучения

*Заочная*

Год набора 2021

Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.Б.11 Возрастная анатомия, физиология и гигиена» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра биозкологии и техносферной безопасности

наименование кафедры

протокол № 6 от "28" 04 2021г.

Декан строительно-технологического факультета

наименование факультета

  
подпись

М.А. Щепланова

расшифровка подписи

Исполнители:

  
должность

  
подпись

  
расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по НМР

  
личная подпись

М.А. Зорина

расшифровка подписи

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

Уполномоченный по качеству кафедры

  
личная подпись

М.А. Щепланова

расшифровка подписи

© Щепланова М.А., 2021  
© БГТИ(филиал)ОГУ, 2021

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

### Цели и задачи 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.14 Педагогика, Б1.Д.Б.15 Психология, Б2.П.Б.У.1 Ознакомительная практика, Б2.П.Б.П.1 Педагогическая практика, Б2.П.В.П.1 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 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	ОПК-3-В-1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности	<b>Знать:</b> возрастные индивидуальные особенности обучающихся; <b>Уметь:</b> осуществлять обучение, воспитание и развитие с учётом социальных, возрастных, психофизических и

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования	индивидуальных особенностей; <b>Владеть:</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>8,25</b>	<b>8,25</b>
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)	4	4
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа:</b> <i>- самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий);</i> <i>- подготовка к практическим занятиям.)</i>	<b>99,75</b>	<b>99,75</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
		Итого:	4

## **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>;

### **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, семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа оснащены стационарным или переносным мультимедиа-проекторами и проекционным экраном, переносным ноутбуком, кафедрой, посадочными местами для обучающихся, рабочим местом преподавателя, учебной доской.

Аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещение для самостоятельной работы оснащены комплектами ученической мебели, компьютерами с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ, электронным библиотечным системам.

#### *К рабочей программе прилагаются:*

- Фонд оценочных средств для проведения аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания по освоению дисциплины