

**Частное образовательное учреждение высшего образования  
"Ростовский институт защиты предпринимателя"**

(г. Ростов-на-Дону)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор  
Паршина А.А.

**Возрастная анатомия, физиология и гигиена  
рабочая программа дисциплины (модуля)**

Учебный план	z44.03.01_ЗФО_2022 ДО.plx 44.03.01 Педагогическое образование	
Квалификация	<b>бакалавр</b>	
Форма обучения	<b>заочная</b>	
Общая трудоемкость	<b>4 ЗЕТ</b>	
Часов по учебному плану	144	Виды контроля на курсах:
в том числе:		зачеты 3
аудиторные занятия	18	
самостоятельная работа	124	
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)	0,1	
часов на контроль	1,9	

**Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	2		3		Итого	
	уп	рп	уп	рп		
Лекции	2	2	6	6	8	8
Практические			10	10	10	10
Иная контактная работа			0,1	0,1	0,1	0,1
Итого ауд.	2	2	16	16	18	18
Контактная работа	2	2	16,1	16,1	18,1	18,1
Сам. работа	7	7	117	117	124	124
Часы на контроль			1,9	1,9	1,9	1,9
Итого	9	9	135	135	144	144

Программу составил(и):  
старший преподаватель, Агуреева И.А.

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины  
**Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

44.03.01 Педагогическое образование

утвержденного учёным советом вуза от 30.06.2022 протокол № 26.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Педагогика**

Протокол от 31.05.2022 г. № 10

Зав. Кафедрой Гавриленко Е.Р.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.1	–изучение возрастных особенностей анатомического строения организма человека;
1.2	–изучение закономерностей роста, развития и возрастных особенностей организма человека в онтогенезе;
1.3	–освоение методов и методик физиологической оценки индивидуального функционального состояния детей и подростков;
1.4	–использование здоровье берегающих технологий в профессиональной деятельности.

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
2.1.1	Педагогика	
2.1.2	Психология	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Педагогическая практика	
2.2.2	Тренинг педагогического общения	
2.2.3	Развитие корпоративной культуры учреждения	
2.2.4	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	
2.2.5	Преддипломная практика	

**3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:**

**3.1 Знать**

- основные анатомические особенности организма человека с акцентом на анатомию нервной системы и сенсорных систем;
- закономерности онтогенетического развития человека;
- возрастные особенности становления нейрофизиологических механизмов.

**3.2 Уметь**

- оценивать индивидуальные физиологические особенности детей и подростков;
- дать физиологическое обоснование основным правилам здорового образа жизни.

**3.3 Владеть**

- основными методиками оценки физической, психологической и социальной составляющей здоровья учащихся, объяснять

**ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями**

**ОПК-6.1: Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся**

понятие психолого-педагогические технологии

свободно психолого-педагогические технологии

свободно и уверенно психолого-педагогические технологии

осуществлять отбор и применять психолого-педагогические технологии

свободно осуществлять отбор и применять психолого-педагогические технологии

свободно и уверенно осуществлять отбор и применять психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные)

отбором психолого-педагогическими технологиями

свободно отбором психолого-педагогическими технологиями (в том числе инклюзивными)

свободно и уверенно отбором психолого-педагогическими технологиями (в том числе инклюзивными) с учетом различного контингента обучающихся

**ОПК-6.2: Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся**

что такое специальные технологии и методы

свободно специальные технологии и методы

свободно и уверенно специальные технологии и методы

применять специальные технологии и методы

свободно применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу

свободно и уверенно применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу
специальной техникой и методами
свободно специальной техникой и методами, позволяющей проводить коррекционно-развивающую работу
свободно и уверенно специальной техникой и методами, позволяющей проводить коррекционно-развивающую работу, формируя систему поведения
<b>ОПК-6.3: Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития</b>
образовательные маршруты
свободно индивидуальные образовательные маршруты
свободно и уверенно индивидуальные образовательные маршруты
проектировать индивидуальные маршруты
свободно проектировать индивидуальные образовательные маршруты
свободно и уверенно проектировать индивидуальные образовательные маршруты
индивидуальными образовательными маршрутами
свободно индивидуальными образовательными маршрутами в соответствии с потребностями детей
свободно и уверенно индивидуальными образовательными маршрутами в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1.</b>						
1.1	Общие закономерности роста и развития. /Тема/	2	0				
1.2	/Лек/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.3	/Ср/	2	7	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.4	Периодизация онтогенеза и её принципы. /Тема/	3	0				
1.5	/Лек/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.6	/Ср/	3	24	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.7	/Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.8	Календарный и биологический возраст. /Тема/	3	0				
1.9	/Лек/	3	1	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.10	/Ср/	3	24	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.11	/Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.12	Младенчество. Ранний возраст. /Тема/	3	0				
1.13	/Лек/	3	1	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.14	/Ср/	3	23	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		

1.15	/Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.16	Дошкольный и младший школьный возраст. /Тема/	3	0				
1.17	/Лек/	3	1	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.18	/Ср/	3	23	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.19	/Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.20	Подростковый и юношеский возраст. /Тема/	3	0				
1.21	/Лек/	3	1	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.22	/Ср/	3	23	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.23	/Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.24	/ИКР/	3	0,1	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		
1.25	/Зачёт/	3	1,9	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3	Л2.1Л3.1		

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Что такое онтогенез, и на какие периоды он подразделяется?
2. Какие основные закономерности роста и развития Вам известны?
3. Дайте определение физического развития.
4. Почему физическое развитие называют интегральным показателем здоровья?
5. Какие показатели характеризуют физическое развитие?
6. Перечислите группы здоровья детей и подростков.
7. Какие показатели характеризуют физическое развитие?
8. Что понимают под акселерацией физического развития детей и подростков?
9. Как определяется школьная зрелость?
10. Укажите особенности питания детей и подростков.
11. Как проводится медицинское обслуживание подрастающего поколения?
12. Что включает личная гигиена детей и подростков?
13. Укажите гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских дошкольных учреждений.
14. Перечислите основные соматометрические признаки и укажите антропометрические точки, используемые для соответствующих измерений.
15. Какие показатели физического развития относятся к физиометрическим и стоматоскопическим признакам?
16. Каким количеством точек и какими именно должен касаться обследуемый вертикальной стойки деревянного ростомера при измерении роста стоя?
17. Через какие точки головы обследуемого должна мысленно проходить линия, параллельная полу?
18. Через какие точки накладывается лента при измерении окружности грудной клетки?
19. Как правильно определить жизненную емкость легких, мышечную силу кистей рук и становую силу?
20. Что понимается под стандартами физического развития, для чего их разрабатывают?
22. Какое физическое развитие считается средним, выше среднего, ниже среднего, высокое, низкое?
23. Можно ли оценить физическое развитие ребенка, используя только длину тела, и если можно, каким методом?
24. В чем заключается различие между гармоничным и дисгармоничным физическим развитием?
25. В чем заключается сущность оценки физического развития разными методами (сигмальных отклонений, метод центильных шкал и др.).
26. Как изменяются показатели роста и развития ребенка в критические периоды?
27. Для чего учителю нужны знания физического развития детей и подростков?
28. Какие показатели характеризуют уровень здоровья детей и подростков?

29. Перечислите основные принципы закаливания.

### 5.2. Темы письменных работ

1. Рассмотреть вопросы влияния различных факторов на функциональное состояние центральной нервной системы человека. Познакомиться с понятием суточного ритма работоспособности организма.
2. Познакомиться с различными методами определения умственной работоспособности школьников.
3. Определить работоспособность своей группы на протяжении 45 мин. методом решения арифметических примеров. Полученные данные обработать, сделать выводы и рекомендации по результатам исследования.
4. В конце работы сделать вывод о работоспособности своей группы.
5. Меры профилактики нарушений зрения и слуха у школьников.
6. Составить режим дня испытуемого и определить количество времени, затрачиваемого на каждый вид деятельности, по таблице рассчитать количество энергии, расходуемой за сутки на эти виды работы.
7. Определить основной обмен испытуемого по таблицам за сутки и за час.
8. Рассчитать общий обмен веществ за сутки согласно режиму дня.
9. Ознакомиться с основными гигиеническими требованиями, предъявляемыми к классной комнате и школьному оборудованию.
10. Определить основные параметры своей классной комнаты и сравнить их с данными.
11. Определить силу и подвижность нервных процессов.
12. Познакомиться с методикой определения индивидуального профиля двигательной асимметрии учащихся.

### 5.3. Фонд оценочных средств

1. Пластический материал для роста детей это:
  - 1) Белки
  - 2) Жиры
  - 3) Витамины
  - 4) Углеводы
2. К какому виду иммунитета относят иммунитет, приобретенный в результате прививок?
  - 1) к искусственному пассивному
  - 2) к врожденному естественному
  - 3) к приобретенному активному (искусственному)
  - 4) к приобретенному (естественному)
3. Какие элементы крови осуществляют защитную функцию?
  - 1) лейкоциты и кровяные пластинки вместе с фибриногеном
  - 2) лейкоциты, эритроциты, кровяные пластинки
  - 3) лейкоциты
  - 4) эритроциты и кровяные пластинки
4. Слуховой аппарат ребенка воспринимает звуки высотой до
  - 1) 20000 Гц
  - 2) 35000 Гц
  - 3) 16000 Гц
  - 4) 10000 Гц
5. Почему сердце не утомляется, производя за сутки работу, равную работе подъемного крана, поднимающего груз в 1 т на высоту 5-ти этажного дома?
  - 1) потому что сердечная мышца хорошо снабжается кровью
  - 2) благодаря тому, что мышечные стенки желудочков толстые
  - 3) благодаря строгому чередованию фаз работы и отдыха каждого его отдела
  - 4) потому что вначале сокращаются предсердия, а затем желудочки
6. Чем объяснить кратковременную остановку («замирание») сердца при испуге, гневе?
  - 1) регулирующей ролью нервной системы
  - 2) гуморальной регуляцией работы сердца
  - 3) преобладанием гуморальной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции
  - 4) преобладанием нервной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции
7. Чем объяснить кратковременную остановку сердца («замирание») при быстром погружении в холодную воду?
  - 1) регулирующей ролью нервной системы
  - 2) гуморальной регуляцией работы сердца
  - 3) преобладанием гуморальной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции
  - 4) преобладанием нервной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции

### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Контрольные работы, тесты, задачи.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
--	---------------------	----------	-------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Лысова Н. Ф., Айзман Р. И., Завьялова Я. Л., Ширшова В. М.	Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие	Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010
<b>6.1.3. Методические разработки</b>			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Вакуло И. А., Давыдова С. С., Перфилова Л. И., Сычев В. С.	Возрастная анатомия, физиология, гигиена: учебно- методическое пособие	Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян- Шанского, 2017
<b>6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>			
<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>			
Учебно-методические указания по организации самостоятельной работы студентов и проведению практических (семинарских) занятий по дисциплине (модулю) Возрастная анатомия физиология и гигиена.			