

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ  
Должность: РЕКТОР  
Дата подписания: 04.02.2026 12:19:18  
Уникальный программный ключ:  
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.О	<b>Возрастная анатомия, физиология и гигиена</b>

Код направления подготовки	44.03.01
Направление подготовки	Педагогическое образование
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Русский язык как иностранный
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	очная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат психологических наук		Валеева Галина Валерьевна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических	Тюмасева Зоя Ивановна	3	20.11.2025	

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю) .....	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	16
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	17
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	23
7. Перечень образовательных технологий .....	25
8. Описание материально-технической базы .....	26

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» относится к модулю обязательной части Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является обязательной к изучению.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 час.

1.3 Изучение дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Модуль 3 "Здоровьесберегающий"», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

1.4 Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Педагогика», «Педагогическая конфликтология», «Экзамен по модулю "Модуль 3 "Здоровьесберегающий"».

1.5 Цель изучения дисциплины:

формирование у студентов представлений о специфических особенностях организма человека, закономерностях его развития, функциональных возрастных возможностях детского организма, основных психофизиологических механизмах познавательной и учебной деятельности, содействовать становлению общекультурных и профессиональных компетенций будущего педагога.

1.6 Задачи дисциплины:

1) Сформировать у студентов систему знаний о физиологических основах процессов обучения и воспитания.

2) Изучить анатомо-физиологические особенности организма детей и подростков

3) Научить использовать знания о морфофункциональных особенностях организма детей и подростков для здоровьесберегающей организации учебно-воспитательного процесса.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	
1	ОПК-8 способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний
	ОПК.8.1 Знать историю, теорию, закономерности и принципы построения научного знания для осуществления педагогической деятельности.
	ОПК.8.2 Уметь проектировать и осуществлять педагогическую деятельность с опорой на специальные научные знания.
	ОПК.8.3 Владеть технологиями осуществления педагогической деятельности на основе научных знаний.
2	УК-8 способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
	УК.8.1 Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда.
	УК.8.2 Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи.
	УК.8.3 Владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ОПК.8.1 Знать историю, теорию, закономерности и принципы построения научного знания для осуществления педагогической деятельности.	3.1 Знать основные закономерности онтогенеза; особенности сенситивных периодов развития детского организма; физиологические основы психической деятельности человека; этапы формирования ВНД детей и подростков
2	ОПК.8.2 Уметь проектировать и осуществлять педагогическую деятельность с опорой на специальные научные знания.	У.1 Уметь проектировать и осуществлять учебно-воспитательный процесс с учетом возрастных особенностей регуляторных систем организма

3	ОПК.8.3 Владеть технологиями осуществления педагогической деятельности на основе научных знаний.	В.1 Владеть основными понятиями возрастной анатомии и физиологии; методами определения и оценки уровня морфологического и функционального развития ребенка
1	УК.8.1 Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда.	3.2 Знает принципы гигиены всех функциональных систем организма и основных санитарно-гигиенических требований
2	УК.8.2 Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи.	У.2 Умеет организовывать образовательный процесс с учетом принципов гигиены всех функциональных систем организма и основных санитарно-гигиенических требований
3	УК.8.3 Владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения	В.2 Владеет способами организации здоровьесберегающей образовательной среды на основе оценки факторов риска

## 2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Итого часов
	Л	ЛЗ	ПЗ	СРС	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>72</b>
<b>Первый период контроля</b>					
<i>Возрастные особенности человека и взаимосвязь с окружающей средой</i>	<i>10</i>	<i>12</i>	<i>10</i>	<i>40</i>	<i>72</i>
Введение. Общие закономерности роста и развития организма	2			4	6
Анатомия, физиология и гигиена нервной системы человека	2			4	6
Анатомия, физиология, гигиена и экология эндокринной системы	2				2
Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата	2				2
Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой системы	2				2
Рефлекторная деятельность организма		2		4	6
Строение и функции отделов головного мозга			2	4	6
Понятие о высшей нервной деятельности. Психофизиология познавательных процессов			2	4	6
Память, внимание, работоспособность		2		4	6
Функциональные особенности зрительного и слухового анализаторов			4	4	8
Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным		2		4	6
Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы		2		4	6
Оценка функционального состояния дыхательной системы		2		4	6
Гигиеническая оценка расписания, организации урока и перемены		2			2
Гигиеническая оценка классной комнаты и ее оборудования			2		2
Итого по видам учебной работы	10	12	10	40	72
<b>Форма промежуточной аттестации</b>					
Зачет					
<b>Итого за Первый период контроля</b>					<b>72</b>

**3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**3.1 Лекции**

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Возрастные особенности человека и взаимосвязь с окружающей средой</b>	<b>10</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ОПК-8: 3.1 (ОПК.8.1), У.1 (ОПК.8.2), В.1 (ОПК.8.3) УК-8: 3.2 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)	
1.1. Введение. Общие закономерности роста и развития организма 1. Задачи и содержание кур-са «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», основные понятия. 2. Методы исследования возрастной анатомии и физиологии. 3. Организм человека и составляющие его структуры. 4. Возрастная периодизация. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2
1.2. Анатомия, физиология и гигиена нервной системы человека 1. Понятие о физиологической регуляции и регуляторных системах. 2. Общий план строения нервной системы человека (микро- и макроуровень). 3. Координационная деятельность нервной системы: рефлекс, рефлекторная дуга. 4. Структурно-функциональная организация нервной системы в разные возрастные этапы.  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2
1.3. Анатомия, физиология, гигиена и экология эндокринной системы 1. Понятие об эндокринном аппарате организма человека. 2. Морфологическое и функциональное становление эндокринного аппарата в онтогенезе. 3. Роль эндокринных желез в процессах роста и развития организма ребенка. 4. Возрастные изменения эндокринной системы  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2
1.4. Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата 1. Понятие «опорно-двигательный аппарат». 2. Структурно-функциональные и возрастные особенности скелета. 3. Структурно-функциональные и возрастные особенности мышечной системы. 4. Диагностика уровня развития опорно-двигательного аппарата: морфофункциональная конституция и осанка.  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2
1.5. Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой системы 1. Понятие о внутренней среде организма. 2. Кровь, ее состав, функции, возрастные особенности количества и состава крови. 3. Сердце и его возрастные особенности. Тренированность сердца. 4. Кровообращение, возрастные особенности. 5. Круги кровообращения  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2

**3.2 Лабораторные**

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Возрастные особенности человека и взаимосвязь с окружающей средой</b>	<b>12</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ОПК-8: 3.1 (ОПК.8.1), У.1 (ОПК.8.2), В.1 (ОПК.8.3) УК-8: 3.2 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)	

<p>1.1. Рефлекторная деятельность организма</p> <p>задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выяснить роль нервной системы в обеспечении жизнедеятельности и здоровья организма.</li> <li>2. Ознакомиться с принципами рефлекторной деятельности, выявить особенности выработки условных рефлексов.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Неврологический молоточек.</li> <li>2. Секундомер.</li> <li>3. Карандаш или ручка.</li> <li>4. Таблицы: центральная нервная система, вегетативная нервная система, схема рефлекторной дуги.</li> </ol> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Строение и функции центральной и периферической нервной системы: соматическая нервная система; вегетативная нервная система (симпатическая, парасимпатическая).</li> <li>2. Нейрон – структурно-функциональная единица нервной системы.</li> <li>3. Возбудимость, возбудимые ткани. Процессы возбуждения и торможения, их свойства.</li> <li>4. Рефлекс как основной акт нервной деятельности. Структура рефлекса.</li> <li>5. Принципы рефлекторной деятельности: причинной обусловленности, анализа и синтеза, структурности.</li> <li>6. Низшая нервная деятельность. Характеристика и классификация безусловных рефлексов.</li> <li>7. Ориентировочный рефлекс, его особенности и значение.</li> <li>8. Характеристика условных рефлексов. Динамический стереотип.</li> <li>9. Условия и механизмы выработки условных рефлексов.</li> <li>10. Условное и безусловное торможение: виды и значение.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Задание 1. Исследование рефлекторных реакций человека: мигательный и коленный рефлексы. Зарисуйте схему структуры рефлекса, сделайте обозначения. Ответьте на вопрос: чем объясняется ослабление (или даже угасание) коленного рефлекса при сосредоточении внимания?</p> <p>Задание 2. Исследование состояния вегетативной нервной системы. Ответьте на вопрос: химическое вещество атропин блокирует действие парасимпатической системы и тем самым вызывает эффект, равноценный стимуляции симпатической системы. Каким, по Вашему мнению, должно быть его действие на: а) пищеварительную систему; б) зрачок; в) частоту сердечных сокращений?</p> <p>Задание 3. Вегетативные рефлексы. Ответьте на вопрос: химическое вещество пилокарпин стимулирует окончания парасимпатических нервов. Каким, по Вашему мнению, должно быть его действие на: а) пищеварительную систему; б) зрачок; в) частоту сердечных сокращений? Какими способами и природными средствами можно снизить возбудимость симпатического отдела вегетативной нервной системы? Приведите 1–2 примера.</p> <p>Задание 4. Условные рефлексы и их торможение. Ответьте на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Как образуется и воспроизводится условный рефлекс?</li> <li>2. Какой вид внутреннего торможения направлен на уточнение, специализацию временной связи и служит более тонкому приспособлению организма к окружающей среде?</li> <li>3. Какой вид торможения предохраняет нервную систему от перевозбуждения, разрушения?</li> </ol> <p>Общий вывод по работе.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4</p>	<p>2</p>
---	----------

<p>1.2. Память, внимание, работоспособность</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определить объем кратковременной и образной памяти.</li> <li>2. Изучить физиологические основы внимания, определить величины его колебания.</li> <li>3. Определить устойчивость внимания и динамику работоспособности, выявить взаимосвязь между вниманием и работоспособностью.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лист бумаги с подготовленным текстом из 25 слов.</li> <li>2. Секундомер.</li> <li>3. Таблица с 16 разнообразными рисунками или изображением фигуры.</li> <li>4. Схема из 16 квадратов с числами.</li> <li>5. Набор таблиц с изображением цифр от 1 до 25.</li> </ol> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Память как процесс запечатления, сохранения и воспроизведения прошлого опыта. Качество памяти. Виды памяти.</li> <li>2. Общая характеристика кратковременной нейробиологической памяти, ее механизмы и биологическое значение.</li> <li>3. Общая характеристика долговременной нейробиологической памяти, ее механизмы и биологическое значение.</li> <li>4. Внимание как важнейшая психофизиологическая функция, обеспечивающая оптимизацию процессов обучения и воспитания.</li> <li>5. Виды внимания и особенности его формирования с возрастом.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Задание 1. Выявить объем кратковременной памяти. Раскройте механизм и биологическое значение кратковременной памяти.</p> <p>Задание 2. Определить объем образной памяти.</p> <p>Задание 3. Определение устойчивости внимания.</p> <p>Задание 4. Определение работоспособности.</p> <p>Общий вывод по работе</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	2
--	---

<p>1.3. Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Овладеть методами антропометрических исследований.</li> <li>2. Усвоить метод индивидуальной оценки физического развития школьников.</li> <li>3. Оценить состояние физического развития, используя методы соматометрии, физиометрии и соматоскопии.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ростомер.</li> <li>2. Медицинские весы.</li> <li>3. Сантиметровая лента.</li> <li>4. Кистевой динамометр.</li> </ol> <p>1. Спирометр.</p> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Что такое физическое развитие ребенка? Назовите основные критерии физического развития.</li> <li>2. Дайте определение понятию «антропометрические показатели». Назовите основные группы антропометрических показателей.</li> <li>3. Назовите физиологические изгибы и патологические искривления позвоночника. Формирование изгибов позвоночного столба.</li> <li>4. Охарактеризуйте основные типы телосложения человека.</li> <li>5. Типы осанки. Условия развития правильной осанки. Профилактика нарушений ее формирования.</li> <li>6. Функциональное значение сводов стопы. Роль мускулатуры и связочного аппарата в их формировании. Причины и профилактика приобретаемого плоскостопия.</li> <li>7. Влияние физической активности ребенка на становление функциональных возможностей опорно-двигательного аппарата. Последствия гиподинамии.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Задание. Определение степени гармоничности физического развития и уровня физического развития. Наметьте мероприятия по сохранению или корректировке физического развития.</p> <p>Познакомьтесь с морфофункциональными свойствами, характерными для людей разных типов телосложения.</p> <p>Определите тип своей осанки. Наметьте мероприятия по сохранению или коррекции осанки.</p> <p>Общий вывод по работе.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	2
--	---

<p>1.4. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучить адаптивные возможности сердечно-сосудистой системы при изменении физической нагрузки на сердце.</li> <li>2. Овладеть методикой измерения пульса и артериального давления.</li> <li>3. Определить расчетным методом систолический и минутный объемы крови.</li> <li>4. Изучить факторы, неблагоприятно воздействующие на состояние сердечно-сосудистой системы.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Секундомер.</li> <li>2. Тонометр, фонендоскоп.</li> </ol> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Топография и строение сердца, возраст-ные особенности.</li> <li>2. Тоны сердца. Частота пульса, зависимость пульса от возраста, пола, физической нагрузки, эмоционального состояния.</li> <li>3. Основные свойства сердечной мышцы. Возбудимость, проводимость, сократимость.</li> <li>4. Работа сердца, его резервные силы. Систолический и минутный объемы сердца, их величины у детей различного возраста.</li> <li>5. Движение крови по сосудам. Кровяное давление, факторы, его обуславливающие. Виды кровяного давления, возрастные физиологические изменения.</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Задание 1. Определение артериального давления.</p> <p>Задание 2. Определение функционального состояния сердечно-сосудистой системы расчетными методами.</p> <p>Задание 3. Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после действия физической нагрузки.</p> <p>Общий вывод по работе.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4</p>	2
<p>1.5. Оценка функционального состояния дыхательной системы</p> <p>Какие органы образуют дыхательную систему? Сделайте рисунок и обозначьте на нем эти органы. Раскройте взаимосвязь строения и функции органов дыхания.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Назовите виды дыхания. Объясните физиологическое значение полного дыхания.</li> <li>3. Какие изменения происходят с возрастом с дыхательной системой?</li> <li>4. Объясните значение понятий: дыхательный объем, минутный объем дыхания, резервный объем выдоха, резервный объем вдоха, остаточный объем, общая емкость легких.</li> <li>5. Какие системы организма и как осуществляют регуляцию дыхания? Где находится дыхательный центр?</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Задание 1. Изучение особенностей строения органов дыхательной системы. Ответьте на вопросы: 1. В чем проявляется связь строения и функции органов дыхания? 2. Объясните, какие особенности созревания костно-мышечного аппарата дыхательной системы определяют возрастные различия типов дыхания.</p> <p>Задание 2. Задержка дыхания в покое и после дозированной нагрузки</p> <p>Задание 3. Определите жизненную емкость легких своего организма. Ответьте на вопросы:</p> <p>Задание 4. Жизненная емкость легких.</p> <p>Ответьте на вопросы: 1. Что такое «жизненная емкость легких» и от чего она зависит? 2. Чем объясняется разная величина легких у людей?</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	2

<p>1.6. Гигиеническая оценка расписания, организации урока и перемены</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Изучить организацию учебной работы в школе и домашнего режима учащихся разных смен</li> <li>Определить степень загруженности учащихся и учета естественного хода работоспособности при составлении расписания и продолжительности перемен.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Расписание уроков первой и второй школьной смены.</li> <li>Ранговая шкала трудности учебных предметов.</li> <li>Таблица: примерная продолжительность режимных моментов (в часах) для учащихся общеобразовательных школ.</li> </ol> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Какими документами регламентируется работа учащихся в школе?</li> <li>Назовите основные правила организации труда детей в школе.</li> <li>Как изменяется работоспособность учащихся в течение урока, учебной недели?</li> </ol> <p>Практическая часть</p> <p>Задание 1. Проанализировать расписание учащихся одного класса.</p> <p>1. Задание 2. Проанализировать изменение работоспособности учащихся в течение урока. Ответьте на вопрос: 1. Как продлить работоспособность учащихся во время занятий? Какова наиболее эффективная продолжительность перемен? Объясните с учетом физиологических изменений в организме.</p> <p>Общий вывод по работе</p> <p>Учебно-методическая литература: 4</p>	2
--	---

### 3.3 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Возрастные особенности человека и взаимосвязь с окружающей средой</b>	<b>10</b>
<p><b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b></p> <p>ОПК-8: 3.1 (ОПК.8.1), У.1 (ОПК.8.2), В.1 (ОПК.8.3)            УК-8: 3.2 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)</p>	
<p>1.1. Строение и функции отделов головного мозга</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Изучить особенности строения и функций отделов головного мозга.</li> <li>Раскрыть роль продолговатого, среднего мозга, варолиева моста и мозжечка в осуществлении ре-флексов.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Таблица «Строение головного мозга».</li> <li>Муляжи «Строение головного мозга».</li> <li>Секундомер, десертная ложка, спирт, карандаш.</li> </ol> <p>Теоретические вопросы для обсуждения</p> <p>Структуры ствола головного моз-га. Черепно-мозговые нервы ство-ла головного мозга.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Значение рефлекторной деятельности продолговатого мозга и варолиева моста в реализации произвольной программы поведения.</li> <li>Сущность статических познотонических рефлексов, осуществляемых с участием центров продолговатого мозга.</li> <li>Сложнокоординированные двигательные рефлексы продолговатого мозга и моста: сосательный рефлекс, рефлекс жевания, глотания, дыхания; защитные ре-флексы – чихания, кашля, мигания, слезоотделения, рвотный рефлекс.</li> <li>Статические и статокинетические рефлексы среднего мозга. Условия их возникновения, био-логическое значение.</li> <li>Ориентировочные рефлексы среднего мозга, их биологическое значение.</li> <li>Функциональная организация мозжечка. Двигательные функции мозжечка.</li> <li>Особенности развития в онтогенезе головного мозга.</li> </ol> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	2

<p>1.2. Понятие о высшей нервной деятельности. Пси-хофизиология познавательных процессов</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определить индивиду-альные типологические осо-бенности ВНД.</li> <li>2. Научиться определять индивидуальные особен-сти ВНД человека по соот-ношению 1-й и 2-й сигналь-ных систем.</li> <li>3. Познакомиться с особен-ностями психофизиологиче-ских функций правого и ле-вого полушарий головного мозга.</li> <li>4. Изучить возрастные осо-бенности ВНД детей и под-ростков.</li> </ol> <p>Материалы и оборудова-ние</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Секундомеры.</li> <li>2. Карандаши.</li> <li>3. Карточки с 20 словами (существительными).</li> </ol> <p>Теоретическая вопросы для обсуждения</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обоснуйте выделение различных типов высшей нервной деятельности.</li> <li>2. Раскройте качественное своеобразие высшей нерв-ной деятельности человека.</li> <li>3. Возрастные особенности нервных процессов: сила, подвижность, соотношение возбуждения и торможения, иррадиация и концентрация.</li> <li>4. Критические периоды развития ВНД.</li> <li>5. Вторая сигнальная си-стема, ее соотношение с пер-вой сигнальной системой. Особенности слова как раз-дражителя.</li> <li>6. Отличительные особен-ности реакции человека на сигналы I или II сигнальной системы.</li> <li>7. Функциональная асим-метрия больших полушарий головного мозга.</li> </ol> <p>Практические задания для обсуждения</p> <p>Задание 1. Определение си-лы нервных процессов по психомоторным показателям (теппинг-тест).</p> <p>Задание 2. Определение ин-дивидуальных типологиче-ских особенностей ВНД на основе оценки свойств нервной системы по лич-ностному опроснику Г. Ай-зенка.</p> <p>Задание 3. Определение ин-дивидуальных особенностей ВНД по соотношению 1-й и 2-й сигнальных систем, бо-гатство временных связей (ассоциативный экспери-мент)</p> <p>Задание 4. Определение функциональной асиммет-рии мозга у детей</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	<p>2</p>
--	----------

<p>1.3. Функциональные особенности зрительного и слухового анализаторов</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучить строение и функции зрительного и слухового анализаторов.</li> <li>2. Познакомиться с аномалиями рефракции глаза.</li> <li>3. Изучить механизм восприятия звука.</li> <li>4. Дать физиологическое обоснование правилам гигиены зрения и слуха.</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Модель строения глаза.</li> <li>2. Рельефные таблицы «Строение зрительного анализатора», «Строение органа слуха».</li> </ol> <p>Теоретические вопросы для обсуждения</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рецепторная система глаза. Структура и функции отдельных слоев сетчатки. Кодирование информации в зрительном анализаторе.</li> <li>2. Механизм аккомодации и световой адаптации глаза. Острота зрения. Поле зрения. Бинокулярное зрение. Стереоскопическое зрение.</li> <li>3. Аномалии рефракции глаза. Механизм формирования школьной близорукости, ее профилактика.</li> <li>4. Структуры наружного, среднего и внутреннего уха. Функциональное значение слухового канала (евстахиевой трубы).</li> <li>5. Механизм действия звука на барабанную перепонку и дальнейшее его проведение по системе слуховых косточек к внутреннему уху.</li> <li>6. Строение улитки, механизм преобразования звуковых волн в импульсы улиткового нерва.</li> </ol> <p>Практические задания для обсуждения</p> <p>Задание 1. Изучение строения и функций зрительного и слухового анализаторов. Что общего в строении зрительного и слухового анализаторов? Можно ли утверждать, что структура всех сенсорных систем (анализаторов) представлена одинаковой совокупностью звеньев?</p> <p>Задание 2. Обнаружение слепого пятна. Укажите, каковы функции слепого и желтого пятна.</p> <p>Задание 3. Изучите причины нарушения зрения. Способы их исправления.</p> <p>Задание 4. Проведите наблюдения за рефлекторными реакциями зрачка</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	<p>4</p>
--	----------

<p>1.4. Гигиеническая оценка классной комнаты и ее оборудования          Практическое занятие «Гигиеническая оценка классной комнаты и ее оборудования» (2 часа)          Задачи занятия          1. Выявить основные показатели, характеризующие санитарно-гигиеническое состояние рабочего места школьника.          2. Дать комплексную оценку санитарно-гигиенического состояния классной комнаты.          Материалы и оборудование          Дать комплексную оценку санитарно-гигиенического состояния классной комнаты.          2. Определить основные показатели, характеризующие санитарно-гигиеническое состояние рабочего места.          Материалы и оборудование          1. Сантиметровая лента.          2. Рулетка.          Теоретические вопросы для обсуждения          Санитарно-гигиенические требования к температурному режиму, влажности воздуха и освещенности в учебных помещениях.          2. Санитарно-гигиенические и эстетические требования, предъявляемые к школьной мебели.          3. Правила посадки ученика за столом.          4. Влияние неправильной посадки на протекание физиологических процессов в организме обучаемых.          Практические задания для обсуждения          Задание 1. Определение полезной площади и кубатуры классной комнаты.          Задание 2. Изучение размеров рабочего стола и стула. Ответьте на вопросы: 1. Какое значение имеет состояние рабочей среды для поддержания работоспособности? 2. Как влияет расстановка мебели, ее эстетическое оформление, освещенность рабочего места на самочувствие и сохранение работоспособности детей?</p> <p>Учебно-методическая литература: 4</p>	2
---	---

### 3.4 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Возрастные особенности человека и взаимосвязь с окружающей средой</b>	<b>40</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ОПК-8: 3.1 (ОПК.8.1), У.1 (ОПК.8.2), В.1 (ОПК.8.3) УК-8: 3.2 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)	
1.1. Введение. Общие закономерности роста и развития организма <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Работа с рекомендованной литературой. Выполнение заданий к лекции Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	4
1.2. Анатомия, физиология и гигиена нервной системы человека <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Работа с рекомендованной литературой. Выполнение заданий к лекции Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	4
1.3. Рефлекторная деятельность организма <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Работа с рекомендованной литературой. Оформление результатов лабораторной работы Учебно-методическая литература: 1, 2, 3	4
1.4. Строение и функции отделов головного мозга <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Работа с рекомендованной литературой. Подготовка ответов на теоретические вопросы. Выполнение заданий к практической работе Учебно-методическая литература: 1, 2, 3	4

<p>1.5. Понятие о высшей нервной деятельности. Пси-хофизиология познавательных процессов</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Работа с рекомендованной литературой. Задания к разделу Подготовка ответов на теоретические вопросы. Выполнение заданий к практической работе</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	4
<p>1.6. Память, внимание, работоспособность</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Работа с рекомендованной литературой.</p> <p>Оформление результатов лабораторной работы</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	4
<p>1.7. Функциональные особенности зрительного и слухового анализаторов</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Работа с рекомендованной литературой. Подготовка ответов на теоретические вопросы. Выполнение заданий к практической работе</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	4
<p>1.8. Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Работа с рекомендованной литературой. Оформление результатов лабораторной работы</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3</p>	4
<p>1.9. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Работа с рекомендованной литературой. Оформление результатов практической работы</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4</p>	4
<p>1.10. Оценка функционального состояния дыхательной системы</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>Работа с рекомендованной литературой. Оформление результатов лабораторной работы</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4</p>	4

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
<b>Основная литература</b>		
1	Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие / Н.Ф. Лысова [и др.]. – Новосибирск: Си-бирское университетское издательство, 2010. – 398 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/20670.html">http://www.iprbookshop.ru/20670.html</a> .
2	Белоусова Н.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие [Электронный ресурс] / Н.А. Белоусова, Е.В. Григорьева. – Челябинск: Изд-во Юж.-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2016. -155с.	<a href="http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/1146">http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/1146</a>
<b>Дополнительная литература</b>		
3	Савченков Ю.И. Возрастная физиология. Физиологические особенности детей и подростков: учебное пособие/ Савченков Ю.И., Солдатова О.Г., Шилов С.Н. – М.: Владос, 2013. – 143 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/14167.html">http://www.iprbookshop.ru/14167.html</a> .
4	Школьная гигиена: учебное пособие. – Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2010. – 141 с	<a href="http://www.iprbookshop.ru/22254.html">http://www.iprbookshop.ru/22254.html</a>

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

### 5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС						
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль					Промежуточная аттестация
	Задания к лекции	Мультимедийная презентация	Опрос	Отчет по лабораторной работе	Тест	Зачет/Экзамен
<b>ОПК-8</b>						
3.1 (ОПК.8.1)	+	+	+		+	+
У.1 (ОПК.8.2)	+	+				+
В.1 (ОПК.8.3)	+	+		+		+
<b>УК-8</b>						
3.2 (УК.8.1)	+	+	+		+	+
У.2 (УК.8.2)	+	+				+
В.2 (УК.8.3)	+	+		+		+

### 5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

#### 5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Возрастные особенности человека и взаимосвязь с окружающей средой":

##### 1. Задания к лекции

Запись в тетради.

1) "Критические и сенситивные периоды онтогенеза". по пособию

Тюмасева, З.И. Человек, его здоровье и окружающая среда [Текст]: учебно-практическое пособие / З.И.

Тюмасева, Д.П. Гольнева, И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2009. – 179 с.

С. 32, задание 1; С. 34–35, задание 2.2; С. 37–38 «Контрольная работа».

2) С. 49–50, задания к рисункам; С. 51, таблица «Зоны коры больших полушарий»; С. 52, задание к рисунку.

Тюмасева, З.И. Человек, его здоровье и окружающая среда [Текст]: учебно-практическое пособие / З.И.

Тюмасева, Д.П. Гольнева, И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2009. – 179 с.

Количество баллов: 10

##### 2. Мультимедийная презентация

Презентации на одну из предложенных тем:

1. Значение режима в жизнедеятельности организма.

2. Гигиена полового воспитания детей.

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

Б. Подготовка одного из средств печатной пропаганды, используемых в санитарно-гигиеническом просвещении и населения: листовка; памятка; буклет.

Количество баллов: 10

##### 3. Опрос

Письменный опрос по определению понятий:

акселерация, антропометрические показатели, вегетативная (автономная) нервная система, гомеостаз, гормон, гуморальный механизм регуляции, катаболизм, критические периоды развития, нейрон, нерв, нервная регуляция, онтогенез, ориентировочный ре-флекс, парасимпатическая нервная система, периферическая нервная система, постнатальный период развития, пренатальный период, пубертатный период развития, ретардация, сенситивные периоды, соматическая нервная система.

Гиподинамия, гипокинезия, гипоксия, гуморальный иммунитет, иммунитет врожденный (наследственный), кифоз, клеточный иммунитет, метаболизм, обмен энергетический, общий обмен, осанка, сколиоз, близорукость, внимание, восприятие, вторая сигнальная система, высшая нервная деятельность, дальность зрения, динамический стереотип, память, образная память, объем внимания, речь, сенсорные системы, темперамент, тип высшей нервной деятельности, эмоция.

Количество баллов: 10

#### 4. Отчет по лабораторной работе

ЛАБОРАТОРНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ.....	19
Работа 1. Рефлекторная деятельность организма.....	19
Работа 2. Строение и функции отделов головного мозга .....	37
Работа 3. Понятие о высшей нервной деятельности. Психофизиология познавательных процессов.....	53
Работа 4. Память, внимание, работоспособность.....	80
Работа 5. Функциональные особенности зрительного и слухового анализаторов.....	99
Работа 6. Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным.....	116
Работа 7. Оценка функционального состояния сердечно- сосудистой системы.....	135
Работа 8. Оценка функционального состояния дыхательной системы.....	154
Работа 9. Гигиеническая оценка расписания, организации урока и перемены.....	170
Работа 10. Гигиеническая оценка классной комнаты и ее оборудования.....	184

Орехова, И.Л. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Текст]: учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Д.В. Натарева; М-во науки и высшего образования Рос. Федерации, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Челябинск: Южно-Уральский научный центр РАО, 2019. – 203 с.

Количество баллов: 60

#### 5. Тест

1. К субклеточным уровням организации организма человека не относят ... уровень

- а) биохимический;
- б) мембранный;
- в) органный;
- г) органоидный.

2. Биологический возраст определяется по уровню развития ...

- а) обменных, структурно-физиологических и регуляторных процессов;
- б) навыков общения со сверстниками и взрослыми людьми;
- в) эмоционально-волевой сферы;
- г) интеллекта.

3. В легких происходит ...

- а) согревание воздуха;
- б) увлажнение воздуха;
- в) газообмен;
- г) очищение воздуха.

4. К пищеварительным железам НЕ относят ...

- а) слюнные;
- б) надпочечники;
- в) печень;
- г) поджелудочную.

5. Ассимиляция (пластический обмен) – это процесс ...

- а) синтеза сложных органических веществ с поглощением энергии;
- б) выведение продуктов обмена из организма;
- в) переваривание пищи;
- г) расщепление сложных органических веществ с освобождением энергии.

6. Орган чувств представляет собой совокупность рецепторов и ...

- а) вспомогательных структур, необходимых для возбуждения рецепторов;
- б) нервных центров;
- в) сенсорной зоны коры больших полушарий;
- г) нервов.

7. Для произвольного внимания необходимо обязательное участие ...

- а) коры больших полушарий мозга;
- б) среднего мозга;
- в) спинного мозга;
- г) мозжечка.

8. Учение о первой и второй сигнальных системах действительности было предложено ...

- а) А.А. Ухтомским;
- б) И.М. Сеченовым;
- в) И.П. Павловым;
- г) П.К. Анохиным.

9. К соматическим рефлексам относится ...

- а) вздрагивание при резком звуке;
- б) сужение зрачков при ярком свете;
- в) усиление сердечной деятельности при испуге;
- г) расширение зрачков при испуге.

10. Сильные процессы возбуждения и торможения, легко сменяющие друг друга, относительная легкость переделки динамических стереотипов характерны для людей с ... темпераментом.

- а) холерическим;
- б) сангвинистическим;
- в) флегматическим;
- г) меланхолическим.

11. Через почки из организма удаляется (-ются):

- а) твердые минеральные вещества;
- б) углекислый газ;
- в) пары воды;
- г) продукты азотистого обмена (мочевина и др.).

12. Для скелетных мышц характерны ... сокращения:

- а) медленно развивающиеся с малыми затратами кислорода и энергии;
- б) только произвольные;
- в) произвольные и непроизвольные;
- г) только произвольные.

13. У человека насчитывается около ... скелетных мышц:

- а) 1000;
- б) 100;
- в) 600;
- г) 800.

14. Закладка первичных половых клеток в женском организме происходит только:

- а) в постнатальном онтогенезе до периода полового созревания;
- б) в пренатальный период;
- в) после родов;
- г) после полового созревания.

15. Образование вторичной мочи происходит:

- а) почечной лоханке;
- б) мочевом пузыре;
- в) мочеточнике;
- г) канальцах нефрона.

16. В межклеточном веществе костной ткани содержатся, в основном, соли:

- а) калия;
- б) кальция;
- в) магния;
- г) натрия.

17. Для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний необходимо, чтобы ребенок чаще:

- а) испытывал максимальные физические нагрузки;
- б) находился на свежем воздухе;
- в) отдыхал лежа;
- г) играл в компьютерные игры.

18. С возрастом у детей частота сердечных сокращений:

- а) и минутный объем крови увеличивается;
- б) уменьшается, минутный объем крови увеличивается;
- в) и минутный объем крови уменьшаются;
- г) увеличивается, минутный объем крови уменьшается.

19. В позвоночнике человека различают ... лордозы:

- а) грудной и поясничный;
- б) шейный и крестцовый;
- в) шейный и поясничный;

г) грудной и крестцовый.

20. Мочевыделительная система состоит из:

- а) потовых желез, почек и мочеиспускательного канала;
- б) потовых желез, почек и мочеточников;
- в) сальных желез, почек и мочевого пузыря;
- г) почек, мочеточников, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала.

:

- а) медленно развивающиеся с малыми затратами кислорода и энергии;
- б) только произвольные;
- в) произвольные и произвольные;
- г) только произвольные.

3. У человека насчитывается около ... скелетных мышц:

- а) 1000;
- б) 100;
- в) 600;
- г) 800.

4. Закладка первичных половых клеток в женском организме происходит только:

- а) в постнатальном онтогенезе до периода полового созревания;
- б) в пренатальный период;
- в) после родов;
- г) после полового созревания.

5. Образование вторичной мочи происходит:

- а) почечной лоханке;
- б) мочевом пузыре;
- в) мочеточнике;
- г) канальцах нефрона.

6. В межклеточном веществе костной ткани содержатся, в основном, соли:

- а) калия;
- б) кальция;
- в) магния;
- г) натрия.

7. Для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний необходимо, чтобы ребенок чаще:

- а) испытывал максимальные физические нагрузки;
- б) находился на свежем воздухе;
- в) отдыхал лежа;
- г) играл в компьютерные игры.

8. С возрастом у детей частота сердечных сокращений:

- а) и минутный объем крови увеличивается;
- б) уменьшается, минутный объем крови увеличивается;
- в) и минутный объем крови уменьшаются;
- г) увеличивается, минутный объем крови уменьшается.

9. В позвоночнике человека различают ... лордозы:

- а) грудной и поясничный;
- б) шейный и крестцовый;
- в) шейный и поясничный;
- г) грудной и крестцовый.

10. Мочевыделительная система состоит из:

- а) потовых желез, почек и мочеиспускательного канала;
- б) потовых желез, почек и мочеточников;
- в) сальных желез, почек и мочевого пузыря;
- г) почек, мочеточников, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала.

б) надпочечники;

в) печень;

г) поджелудочную.

5. Ассимиляция (пластический обмен) – это процесс ...

- а) синтеза сложных органических веществ с поглощением энергии;
- б) выведение продуктов обмена из организма;
- в) переваривание пищи;
- г) расщепление сложных органических веществ с освобождением энергии.

6. Орган чувств представляет собой совокупность рецепторов и ...

- а) вспомогательных структур, необходимых для возбуждения рецепторов;
- б) нервных центров;
- в) сенсорной зоны коры больших полушарий;
- г) нервов.

7. Для произвольного внимания необходимо обязательное участие ...

- а) коры больших полушарий мозга;
- б) среднего мозга;
- в) спинного мозга;



### 5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ».

#### Первый период контроля

##### 1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Определение предмета «анатомия», «физиология», «гигиена». Основные цели и задачи.
2. Онтогенез и филогенез. Определение. Этапы формирования.
3. Основные закономерности роста и развития организма человека.
4. Онтогенез нервной системы. Общая характеристика.
5. Анатомия и физиология нервной системы. Профилактика возможных нарушений.
6. Строение головного мозга. Основные структуры головного мозга, их функции.
7. Вегетативная нервная система: анатомия и физиология.
8. Рефлекс и рефлекторная дуга.
9. Условные и безусловные рефлексы.
10. Высшая нервная деятельность. Роль учения И.П. Павлова о высшей нервной деятельности.
11. Типы высшей деятельности, их роль в формировании поведения.
12. Особенности ВНД человека, слово, речь. Развитие речи ребенка.
13. Общий план строения и функции сенсорных систем.
14. Анатомия, физиология и гигиена зрительного анализатора. Возрастные особенности.
15. Нарушения органов зрения и их профилактика.
16. Анатомия, физиология и гигиена слухового анализатора. Возрастные особенности.
17. Возможные нарушения слуха и их профилактика.
18. Анатомия и физиология опорно-двигательного аппарата. Возрастные особенности.
19. Дисгармоничность физического развития. Нарушения осанки. Плоскостопие. Гигиенические факторы, воздействующие на организм в процессе его жизнедеятельности.
20. Возрастные особенности двигательных навыков и координации движений.
21. Эндокринные железы. Строение и функции. Возрастные особенности. Возможные нарушения и их профилактика.
22. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы. Профилактика возможных нарушений.
23. Большой и малый круг кровообращения.
24. Анатомия и физиология дыхания. Профилактика возможных нарушений.
25. Анатомия и физиология выделительной системы. Профилактика возможных нарушений.
26. Анатомия и физиология органов пищеварения. Профилактика возможных нарушений.
27. Гигиенические требования к деятельности образовательных учреждений.
28. Гигиена кожи ребенка, требования к одежде.
29. Режим питания. Рациональное питание.
30. Гигиеническая организация сна. Сон, сновидения.
31. Физическое воспитание, закаливание.
32. Гигиенические аспекты функциональной готовности детей к систематическому обучению в школе.
33. Гигиенические принципы организации учебного процесса.
34. Возрастные особенности психофизиологических функций. Восприятие. Внимание. Память.
35. Характеристика психической деятельности и поведения в различные возрастные периоды.
36. Оценка показателей физического развития. Темпы физического развития. Акселерация и ретардация.

### 5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	- дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы

"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дается комплексная оценка предложенной ситуации</li> <li>- демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li> <li>- последовательное, правильное выполнение всех заданий</li> <li>- возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя</li> <li>- умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li> </ul>
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> <li>- затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации</li> <li>- неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя</li> <li>- выполнение заданий при подсказке преподавателя</li> <li>- затруднения в формулировке выводов</li> </ul>
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> <li>- неправильная оценка предложенной ситуации</li> <li>- отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий</li> </ul>

## 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1. Лекции

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### 2. Лабораторные

Лабораторные занятия проводятся в специально оборудованных лабораториях с применением необходимых средств обучения (лабораторного оборудования, образцов, нормативных и технических документов и т.п.).

При выполнении лабораторных работ проводятся: подготовка оборудования и приборов к работе, изучение методики работы, воспроизведение изучаемого явления, измерение величин, определение соответствующих характеристик и показателей, обработка данных и их анализ, обобщение результатов. В ходе проведения работ используются план работы и таблицы для записей наблюдений.

При выполнении лабораторной работы студент ведет рабочие записи результатов измерений (испытаний), оформляет расчеты, анализирует полученные данные путем установления их соответствия нормам и/или сравнения с известными в литературе данными и/или данными других студентов. Окончательные результаты оформляются в форме заключения.

### 3. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

### 4. Зачет

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачету и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачета и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путём самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

### 5. Задания к лекции

Задания к лекции используются для контроля знаний обучающихся по теоретическому материалу, изложенному на лекциях.

Задания могут подразделяться на несколько групп:

1. задания на иллюстрацию теоретического материала. Они выявляют качество понимания студентами теории;
2. задания на выполнение задач и примеров по образцу, разобранному в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел рассмотренными на лекции методами решения;
3. задания, содержащие элементы творчества, которые требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлечь ранее приобретенный опыт, устанавливать внутрипредметные и межпредметные связи, приобрести дополнительные знания самостоятельно или применить исследовательские умения;
4. может применяться выдача индивидуальных или опережающих заданий на различный срок, определяемый преподавателем, с последующим представлением их для проверки в указанный срок.

### 6. Мультимедийная презентация

Мультимедийная презентация – способ представления информации на заданную тему с помощью компьютерных программ, сочетающий в себе динамику, звук и изображение.

Для создания компьютерных презентаций используются специальные программы: PowerPoint, Adobe Flash CS5, Adobe Flash Builder, видеофайл.

Презентация – это набор последовательно сменяющих друг друга страниц – слайдов, на каждом из которых можно разместить любые текст, рисунки, схемы, видео - аудио фрагменты, анимацию, 3D – графику, фотографию, используя при этом различные элементы оформления.

Мультимедийная форма презентации позволяет представить материал как систему опорных образов, наполненных исчерпывающей структурированной информацией в алгоритмическом порядке.

Этапы подготовки мультимедийной презентации:

1. Структуризация материала по теме;
2. Составление сценария реализации;
3. Разработка дизайна презентации;
4. Подготовка медиа фрагментов (тексты, иллюстрации, видео, запись аудиофрагментов);
5. Подготовка музыкального сопровождения (при необходимости);
6. Тест-проверка готовой презентации.

### 7. Опрос

Опрос представляет собой совокупность развернутых ответов студентов на вопросы, которые они заранее получают от преподавателя. Опрос может проводиться в устной и письменной форме.

Подготовка к опросу включает в себя:

- изучение конспектов лекций, раскрывающих материал, знание которого проверяется опросом;
- повторение учебного материала, полученного при подготовке к семинарским, практическим занятиям и во время их проведения;
- изучение дополнительной литературы, в которой конкретизируется содержание проверяемых знаний;
- составление в мысленной форме ответов на поставленные вопросы.

### **8. Тест**

Тест это система стандартизированных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными. Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- выяснить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

### **9. Отчет по лабораторной работе**

При составлении и оформлении отчета следует придерживаться рекомендаций, представленных в методических указаниях по выполнению лабораторных работ по дисциплине.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. Тренинги
2. «Перевернутые» технологии
3. Проблемное обучение

## **8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ**

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
  - Операционная система Windows 10
  - Microsoft Office Professional Plus
  - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
  - Справочная правовая система Консультант плюс
  - 7-zip
  - Adobe Acrobat Reader DC