

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Колин Андрей Андреевич
 Должность: ректор
 Дата подписания: 01.07.2024 18:34:39
 Уникальный программный ключ:
 f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab8cac6fb1af6547b6d40cdf1bdc60ae2

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПРИМОРСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ
 СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»

ПРИНЯТО
 На заседании Учёного совета
 ФГБОУ ВО Приморская ГСХА
 Протокол № 8
 от 26.12.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Ректор ФГБОУ ВО Приморская ГСХА
 _____ А.Э. Колин
 «26» декабря 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **ВОЗРАСТНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА ЧЕЛОВЕКА**

Уровень основной профессиональной образовательной программы бакалавриат

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) для всех направленностей (профилей) подготовки

Форма обучения очная, заочная

Статус дисциплины (модуля) обязательная часть - Б1.О.19

Курс 1 очн. / 1 заочн. **Семестр** 2

Учебный план набора 2023 года и последующих лет

Распределение рабочего времени:

Распределение по семестрам

Семестр	Учебные занятия (час.)							Контроль	Форма итоговой аттестации и (зач., зач.с оценкой, экз.)
	Общий объем	Контактная работа				Самостоятельная работа (СР)			
		Всего	Лекции	Лр	Пз	КП (КР)	Другие виды		
2 очное	108	54	18		36		54		Зачет
1 курс заочное	108	10	4		6		94	4	зачет
Итого	108/108	54/10	18/4		36/6		54/94	-/4	зачет

Общая трудоёмкость в соответствии с учебным планом в зачётных единицах 3 ЗЕТ

Лист согласований

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального Государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 125

Разработчик:

к.б.н., доцент, доцент ИЗиАТ

(должность)

(подпись)

Репш Н.В.

(Ф.И.О.)

1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель: Целью дисциплины «Возрастная физиология и гигиена человека» является изучение закономерностей развития ребенка, специфики строения и функционирования физиологических систем на разных этапах онтогенеза.

Задачи:

1. Изучить основные концепции возрастной анатомии и физиологии;
2. Изучить особенности развития физиологических функций, регуляции жизнедеятельности организма и механизмов его приспособления к внешней среде (в том числе к обучению) на разных этапах онтогенеза;
3. Овладеть навыками использования знаний об индивидуальных особенностях высшей нервной деятельности в организации процесса обучения;
4. Изучить санитарные нормы и требования, предъявляемые к организации школьного труда.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы: обязательная часть, предметный модуль биология Б1.О.19

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

Компетенции, формируемые в процессе освоения дисциплины (модуля):

Тип компетенции	Формулировка компетенции	Номер индикатора достижения цели	Формулировка индикатора достижения цели
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Индикатор 2	УК-7.2. Знает: средства и методы самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности. Умеет: применять основные методы самоконтроля в процессе занятий физической культурой и спортом.
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Индикатор 1	ОПК-6.1. Знает: законы личностного развития, возрастную периодизацию и кризисы развития ребенка; гендерные особенности развития личности. Умеет: анализировать психолого-педагогические основы игровой и учебной деятельности для индивидуализации образования.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающиеся должны:

Знать: средства и методы самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности;

- законы личностного развития, возрастную периодизацию и кризисы развития ребенка; гендерные особенности развития личности.

Уметь: анализировать психолого-педагогические основы игровой и учебной деятельности для индивидуализации образования;

- применять основные методы самоконтроля в процессе занятий физической культурой и спортом.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

Вид учебной работы	Семестр	Всего часов
	2	
Контактная работа с преподавателем (всего)	54	54
В том числе:		
Лекции (Л)	18	18
Занятия семинарского типа, в т.ч.:		
Семинары (С)		
Практические занятия (ПЗ)	36	36
Практикумы (П)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Коллоквиумы (К)		
<i>Другие виды контактной работы</i>		
Самостоятельная работа (всего)	54	54
В том числе:		
Курсовой проект (работа) (КП, КР)		
Расчетно-графические работы (РГР)		
Реферат (Р)	20	20
Подготовка к коллоквиуму		
Подготовка конспекта		
Контроль		
Вид промежуточной аттестации (зачёт, зачёт с оценкой, экзамен)	Зачет	Зачет
Общая трудоёмкость час	108	108
зач. ед.	3	3

5 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1 Содержание разделов дисциплины (модулей)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Содержание раздела
1.	Предмет и содержание курса.	<p>1. Предмет и содержание курса. Краткая история развития. Возрастные периодизации. Понятие анатомии, физиологии и гигиены, задачи дисциплины. История развития анатомии и физиологии, возникновение возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Сравнительная характеристика физиологической и педагогической периодизаций.</p> <p>2. Общие закономерности роста и развития. Понятие об акселерации и ретардации. Групповая и эпохальная акселерация. Эндогенные и экзогенные факторы роста и развития детей и подростков.</p>
2.	Анатомия, физиология и гигиена человека.	<p>1. Анатомия и физиология нервной системы. Строение нервной ткани. Классификация нейронов. Рефлекс, рефлексорная дуга. Общий план строения нервной системы. Возрастные особенности развития нервной системы.</p> <p>2. Высшая нервная деятельность. Понятие о высшей нервной деятельности. Высшие психические функции. Типы высшей нервной деятельности. Возрастные особенности высшей нервной деятельности.</p> <p>3. Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем. Строение и функционирование сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Слуховая сенсорная система. Вестибулярная сенсорная система. Возрастные особенности сенсорных систем.</p> <p>4. Анатомия и физиология желез внутренней секреции. Половое развитие. Сравнительная характеристика желез внешней и внутренней секреции. Строение и функции желез внутренней секреции. Строение и функции половой системы. Возрастные особенности развития эндокринной системы.</p> <p>5. Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к школьной мебели. Общие сведения о скелете. Классификация костей. Типы соединения костей. Строение и классификация мышц. Возбудимость и лабильность мышц. Структура саркомера и механизм сокращения мышечного волокна. Возрастные изменения опорно-двигательного аппарата. Планирование физических нагрузок. Профилактика нарушений развития опорно-двигательного аппарата у детей и подростков.</p> <p>6. Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой, дыхательной и пищеварительной систем. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений. Значение кровообращения. Общая схема кровообращения.</p>

		<p>Строение сердца и его возрастные особенности. Сердечный цикл. Возрастные особенности артериального давления. Возрастные особенности реакции сердечно-сосудистой системы на физическую и умственную нагрузку. Состав и функции крови.</p> <p>Функциональное значение органов дыхания и голосообразования. Строение органов дыхания и голосообразования. Механизм и теории звукообразования. Типы дыхания. Рефлекторная и гуморальная регуляция дыхания.</p> <p>Строение и функционирование пищеварительной системы. Возрастные особенности пищеварения.</p>
--	--	---

5.2 Разделы дисциплины (модуля) и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	Семин.	СРС	Всего часов
1.	Предмет и содержание курса.	4				16	20
2.	Анатомия, физиология и гигиена человека.	14	18			20	52
	Итого	18	18			36	72
3.	Контроль						
	Всего	18	18			36	72

5.3 Разделы дисциплины (модуля) и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами (модулями) (заполняется по усмотрению преподавателя)

6 Методы и формы организации обучения

Технологии интерактивного обучения при разных формах занятий в часах

Формы методы	Лекции (час)	Семинарские занятия (час)	Тренинг Мастер-класс (час)	СРО (час)	Всего
IT-методы					
Работа в команде					
Игра					
Дискуссия		4			4
Решение ситуационных задач					
Исследовательский метод					
Лекция-беседа	4				4
Интерактивная лекция					
Итого интерактивных занятий	4	4			8

6.1 Применение активных и интерактивных методов обучения

№	Форма занятия	Тема занятия	Наименование интерактивных методов	Количество часов с учетом СРС
1	Лекция	Высшая нервная деятельность	Лекция-беседа	2
2	Лекция	Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем	Лекция-беседа	2
3	Практическое занятие	Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой дыхательной систем. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений	Дискуссия	2
4	Практическое занятие	Возрастные особенности основного обмена	Дискуссия	2

7 Лабораторный практикум – не предусмотрен учебным планом

8 Практические занятия

№ п/п	№ раздела дисциплины из таблицы 5.1.	Наименование практических работ	Трудоёмкость (час.)
1	2	Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем	2
2	2	Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к школьной мебели	2
3	2	Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой, дыхательной систем. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений	2
4	2	Гигиенические требования к режиму образовательного процесса	2
5	2	Гигиеническая организация урока, перемены. Гигиена чтения и письма	2
6	2	Оценка физического развития школьника	2
7	2	Возрастные изменения активного внимания у школьников	2
8	2	Возрастные изменения скорости произвольных движений	2
9	2	Возрастные особенности основного обмена	2
Итого, часов			18

9 Самостоятельная работа

№ п/п	№ раздела дисциплины	Содержание самостоятельной работы (детализация)	Трудоёмкость (час.)	Контроль выполнения (опрос, тест, дом. задание, и т.д)
1	1	Предмет и содержание курса.	16	Опрос, реферат, презентация
2	2	Анатомия, физиология и гигиена человека.	20	Опрос, реферат, презентация
Итого			36	

10 Примерная тематика курсовых проектов (работ) не предусмотрена учебным планом

11. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

11.1 Основная литература:

1. Григорьева, Е.В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 182 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11443-0. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/494027> (дата обращения: 06.10.2022).

2. Возрастная анатомия, физиология, гигиена: учебное пособие / составители С. С. Давыдова [и др.]. – Липецк: Липецкий ГПУ, 2018. – 56 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/115026> (дата обращения: 10.10.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Корнева, И.Н. Учебно-методическое пособие по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена человека»: учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Лутовина, П. П. Тиссен. – Оренбург: ОГПУ, 2021. – 112 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/192004> (дата обращения: 10.10.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

11.2 Дополнительная литература:

1. Айзман, Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании: учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 282 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07354-6. – Текст: электронный // Образовательная платформа

Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/491312> (дата обращения: 06.10.2022).

2. Дробинская, А.О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов / А. О. Дробинская. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 414 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-04086-9. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/488733> (дата обращения: 06.10.2022).

3. Соколова, Н.В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Н. В. Соколова, И. Г. Гончарова. – Воронеж : ВГПУ, 2016. – 184 с. – ISBN 978-5-00044-521-1. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/105521> (дата обращения: 10.10.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

11.3 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Наименование	Назначение
MS Windows 7 MS Windows 10	Контроль использования и распределения ресурсов вычислительной системы и организация взаимодействия пользователя с компьютером.
MS Office 2010	Создание и редактирование текстовых документов; обработка табличных данных и выполнений вычислений; подготовка электронных презентаций; создание и редактирование рисунков и деловой графики.
Образовательная платформа LMS Moodle	Система управления образовательными электронными курсами и инструмент компьютерного тестирования.
Adobe Acrobat Reader Sumatra PDF	Программа для просмотра электронных документов
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Яндекс Браузер Mozilla Firefox Google Chrome	Браузер для работы в сети Internet

11.4 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Наименование	Назначение
Электронно-библиотечная система	Работа в электронно-библиотечной системе издательства «Лань» http://e.lanbook.com/
Образовательный	Работа в электронной информационно-

портал	образовательной среде ФГБОУ ВО Приморский государственный аграрно-технологический университет http://de.primacad.ru/
--------	---

12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
692519, Приморский край, г. Уссурийск, ул. Раздольная, д.8а, этаж 3, № помещения 48, 61,0 кв.м.	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Количество посадочных мест -30. Учебная мебель, доска аудиторная меловая, кафедра, переносное мультимедийное оборудование (экран, проектор, ноутбук).
692519, Приморский край, г. Уссурийск, ул. Раздольная, д.8а, этаж 2, № помещения 74, 42,6 кв.м.	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект специальной учебной мебели (30 посадочных мест). Доска меловая, кафедра. Переносное мультимедийное оборудование (экран, проектор, ноутбук).
692510, Приморский край, Уссурийск, пр. Блюхера, д. 44, этаж 1, № помещения 124, 95,3 кв.м.	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся. Количество посадочных мест - 42. Комплект специальной мебели, персональные компьютеры – 18 шт., МФУ 3 шт., мультимедийное оборудование: переносной проектор с аудиосистемой, стационарный и переносной экран на штативе. Выход в Internet, доступ в ЭБС издательства «Лань», eLIBRARY, ЭБС издательства «Юрайт».

13. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) (является отдельным документом).

14 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Возрастная физиология и гигиена человека. Методические указания для самостоятельной работы обучающихся по специальности 44.03.01 Педагогическое образование, 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль Математика и физика / сост. Н.В. Репш; ФГБОУ ВО ПриморскаяГСХА. – Электрон. текст. дан. – Уссурийск, 2022. – 18 с. – Режим доступа: <http://de.primacad.ru>

15 Особенности реализации дисциплины (модуля) для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

15.1 Наличие соответствующих условий реализации дисциплины (модуля)

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

15.2 Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для обучающихся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей на основании письменного заявления; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

15.3 Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО Приморской ГСХА

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО Приморской ГСХА по вопросам реализации данной дисциплины (модуля) доводятся до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме.

15.4 Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной

продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете, экзамене увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

Лист регистрации изменений

Номер изменения	Изменения	Основания для внесения изменений	Подпись	Расшифровка подписи	Дата внесения изменения
	<p>1. По тексту слова «федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Приморская государственная сельскохозяйственная академия»» заменить на слова «федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Приморский государственный аграрно-технологический университет»».</p> <p>2. По тексту ВО слова «ФГБОУ ВО Приморская ГСХА» заменить на слова «ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ».</p> <p>3. По тексту слово «Академия» заменить на слово Университет».</p>	<p>Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 551 от 01.06.2023г.; изменения в Устав университета, зарегистрированные МИФНС 16.06.2023г. (лист записи ЕГРЮЛ от 16.06.2023г., ГРН 2232500277139).</p>		Главный юрист Рыженко М.А.	16.06.2023 г.