

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 21.06.2022 10:58:40  
Уникальный программный ключ:  
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

**Министерство просвещения Российской Федерации**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное**  
**учреждение высшего образования**  
**«Чеченский государственный педагогический университет»**  
**Биология и методика ее преподавания**

Утверждаю:

Зав.каф.: Кушадиева Ш.А.

Протокол № 9 от 29.04.2021  
заседания кафедры



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**Б1.О.03.03 ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА**

**Код и направление подготовки**

44.03.05 Педагогическое образование

**Направленность (профили) образовательной программы**

«Биология» и «Экология»

**Уровень образования**

Бакалавр

**Форма обучения**

Очная

Год приема 2019г.

**Грозный, 2021**

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формирование у обучающихся универсальных и профессиональных компетенций об индивидуальных и возрастных особенностях строения и функционирования организма, необходимых для успешной научной организации учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях.

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

Дисциплина Б1.О.03.03 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» относится к числу обязательных дисциплин здоровьесберегающего модуля обязательной части блока 1 основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, направленность (профили подготовки): «Биология» и «Экология».

Дисциплина читается в 4-ом семестре.

При освоении дисциплины студенты опираются на знания, умения и виды деятельности, сформированные на предыдущей ступени образования. Изучение дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является необходимым условием для дальнейшего освоения дисциплин по таким базовым курсам как: «Б1.0.03.03. Безопасность жизнедеятельности». Знания, умения и навыки, полученные в результате освоения дисциплины, необходимы также для прохождения научно-исследовательской, педагогической, преддипломной практики.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих универсальных и профессиональных компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Показатели достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.  УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на	<b>Знать:</b> - особенности гетерохронности роста и развития, функциональных и физических возможностей детского организма, - возрастную периодизацию и характеристики физических изменений, происходящих в организме ребенка в процессе его индивидуального онтогенеза, - физиологические механизмы тренированности и возможности адаптации к физическим нагрузкам. <b>Уметь:</b>

<p>деятельности.</p>	<p>функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>	<p>- проводить оценку физического развития и типа конституции детей и подростков;          -осуществлять самостоятельный поиск материалов в информационной системе Интернет по темам дисциплины.  <b>Владеть:</b>          - навыками оценки приспособительного поведения и выработки условно - рефлекторных реакций учащихся, методами установления индивидуальной адаптации к умственным и физическим нагрузкам.</p>
<p><b>ПК-5.</b> Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно - воспитательном процессе и внеурочной деятельности;</p>	<p>ПК.5.1- Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся;          ПК-5.2. применяет меры профилактики детского травматизма;          ПК-5.3. применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.</p>	<p><b>Знать:</b>          - возрастные особенности роста и развития двигательных, сенсорных и висцеральных систем организма детей и подростков для организации учебного процесса и воспитания здорового, и трудоспособного подрастающего поколения,          - роль и место двигательной активности и занятий спортом в физическом и умственном развитии ребенка,          - особенности негативного влияния гиподинамии на здоровье и рост ребенка;          - теорию И.П.Павлова о высшей нервной деятельности (поведении человека и животных), которая основана на триединстве - структуры, химизма и функции, особенностей усложнения поведения с возрастом.  <b>Уметь:</b>          - проецировать приобретенные теоретические знания для организации учебно - воспитательного процесса с учетом задач здоровьесбережения школьников;          - оценивать тренированность учащихся и предрасположенность к тому или иному виду спортивной деятельности.  <b>Владеть:</b>          - навыками определения и математического анализа полученного материала в области исследования</p>

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

	Количество академических часов
<b>4.1. Объем контактной работы обучающихся с преподавателем</b>	<b>32</b>
<b>4.1.1. аудиторная работа</b>	<b>32</b>
В том числе:	
лекции	16
Практические занятия, семинары в т.ч. практическая подготовка	16
Лабораторные занятия	
<b>4.1.2. внеаудиторная работа</b>	
в том числе:	
Индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	
Курсовое проектирование	
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем	
<b>Объем самостоятельной работы обучающихся</b>	<b>40</b>
В том числе аудиторных часов, выделенных на подготовку к зачету	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)			
			Лек	Лаб (пр подг от.)	Пр/п р подг от.	СР
1	<b>Раздел 1. Общие вопросы возрастной анатомии и физиологии.</b> <b>Тема 1.1. Введение в курс. Общие закономерности роста и развития детского организма.</b> Структурно-функциональные уровни организма. Основные закономерности роста и развития. Гетерохронность и гармоничность развития. Онтогенез, пренатальный и постнатальный периоды развития. Возрастная периодизация. Понятие биологического и паспортного возраста. Критерии биологического развития. Понятие об акселерации и ретардации. Сенситивные периоды развития. Показатели физического развития. Соматоскопия. Антропометрия. Группы здоровья.	12	2		2	8
2	<b>Раздел 2. Моторные системы организма.</b> <b>Тема 2.1. Возрастные особенности и закономерности развития опорно-двигательного аппарата.</b> Опорно-двигательный аппарат. Виды костей. Состав костей. Соединение костей. Скелет туловища. Позвоночный столб. Строение черепа. Скелет верхних и нижних конечностей. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Изгибы позвоночника. Осанка. Нарушения осанки и их профилактика. Строение и функции мышц. Свойства мышц. Мышечный тонус. Возрастные особенности мышечной системы. Развитие двигательных навыков	8	2		2	4

	у детей.					
<b>3</b>	<p><b>Раздел 3. Регуляторные системы организма и их возрастные особенности.</b></p> <p><b>Тема 3.1. Гомеостаз и регуляция функций в организме.</b> Принципы, типы и механизмы регуляции функций в организме. Нервный и гуморальный механизм регуляции. Единство и особенности регуляторных систем. Понятие об эндокринных железах. Внутренняя секреция эндокринных желез. Понятие о гипофункции и гиперфункции желез. Значение желез внутренней секреции для развития организма и регуляции его функции. Гормоны, их структура, механизм действия. Связь эндокринных желез с отделами мозга. Гипоталамо-гипофизарная система. Гормоны, выделяемые щитовидной железой, вилочковой железой, гипофизом, их специфические особенности. Гормоны поджелудочной железы, ее гипо и гиперфункции. Гормоны коры, мозгового слоя надпочечников и стресс. Роль половых гормонов в процессах роста и развития организма.</p>	8	2		2	4
<b>4</b>	<p><b>Раздел 4. Анатомо-физиологические особенности нервной и сенсорной системы.</b></p> <p><b>Тема 4.1. Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Развитие нервной системы в онтогенезе.</b> Общий план строения нервной системы. Значение и функции нервной системы. Строение, развитие и функциональное значение отделов нервной системы. Центральная нервная система. Стволовая часть головного мозга. Продолговатый мозг, мост мозга, задний мозг. Степень зрелости структур продолговатого мозга для необходимости реализации жизненно важных функций (рефлексы глотания, сосания, пищеварения, сердечно-сосудистой и дыхательной систем). Средний мозг. Мозжечок, темпы его развития на первом году жизни ребенка. Структуры промежуточного мозга: таламус и гипоталамус, группы ядер, неравномерность их дифференцировки в онтогенезе. Структурно-функциональная организация коры больших полушарий головного мозга.</p>	8	2		2	4

	<p><b>Тема 4.2. Рефлекторная деятельность организма. Низшая и высшая нервная деятельность.</b> Рефлекс как основная форма нервной деятельности. Условные рефлексы. Скорость образования условных рефлексов. Формирование условно-рефлекторной деятельности детей в раннем возрасте.</p> <p>Особенности высшей нервной деятельности. Учение И.П.Павлова о двух сигнальных системах. Характеристика первой и второй сигнальных систем. Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Становление речи. Типологические особенности ребенка и типы нервной деятельности в детском возрасте. Свойства нервных процессов и их учет в учебно-воспитательном процессе. Готовность к обучению. Школьная зрелость.</p>	10	2		2	6
	<p><b>Тема 4.3. Развитие сенсорных систем организма.</b> Общая характеристика сенсорных систем. Общие свойства: чувствительность к адекватным раздражителям, пороги ощущения, адаптация, взаимодействие. Общие принципы развития и функционального созревания сенсорных систем. Зрительная сенсорная система: строение и функции глаза. Понятие о рефракции и аккомодации. Бинокулярное зрение. Нарушения зрения. Слуховой анализатор. Строение слухового аппарата. Вкусовой, кожный, обонятельный анализаторы.</p>	10	2		2	6
5	<p><b>Раздел 5. Висцеральные системы организма.</b></p> <p><b>Тема 5.1. Развитие висцеральных систем на разных возрастных этапах.</b></p> <p>Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы. Онтогенетические особенности кровообращения у человека. Возрастные особенности дыхательной системы: строение носовой полости, гортани, голосовых связок, трахеи, бронхов. Механизм дыхательных движений. Типы дыхания. Глубина и частота дыхания. Жизненная емкость легких. Газообмен в легких. Гигиенические требования к воздушной среде в учебных заведениях.</p>	8	2		2	4
	<p><b>Тема 5.2. Пищеварительная система, возрастные особенности развития. Обмен веществ и энергии.</b></p> <p>Строение пищеварительной системы: ротовая полость, глотка, пищевод, желудок, тонкий и толстый кишечник. Функции крупных пищеварительных желез, слюнных желез. Значение пищеварения. Гигиена питания. Обмен веществ и энергии. Нарушения обмена веществ.</p>	8	2		2	4

<b>Итого:</b>	72	16	16	40
---------------	----	----	----	----

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Общее представление об организме человека. Закономерности онтогенеза.	Чтение и конспектирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
2	Влияние внешней среды и наследственности на рост и развития организма.	Чтение и реферирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
3	Высшая нервная деятельность. Интегративная деятельность мозга.	Чтение и реферирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
4	Мочеполовая система. Понятие о половом созревании. Профилактика заболеваний МПС.	Чтение и реферирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
5	Система крови. Иммунная система, её значение. Профилактика вирусных заболеваний.	Чтение и конспектирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
6	Циркадианные ритмы. Биологические ритмы организма человека. Режим дня. Утомление и его профилактика	Чтение и конспектирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
7	«Школьные болезни» и их профилактика. Школьная зрелость, готовность ребенка к обучению в школе.	Чтение и конспектирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций
8	Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса и школьного оборудования.	Чтение и конспектирование основной и дополнительной литературы по курсу, подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций

## 7. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Средства текущего контроля успеваемости, характеризующие этапы формирования компетенций	Перечень компетенций
1	Общие закономерности роста и развития детского организма.	Контроль самостоятельно выполненной аудиторной и внеаудиторной работы. Контроль-тестирование.	УК-7; ПК-5:
2	Возрастные особенности и закономерности развития опорно-двигательного	Контроль самостоятельно выполненной аудиторной и внеаудиторной работы. Контроль-	

	аппарата.	тестирование.	
3	Регуляторные системы организма и их возрастные особенности.	Контроль самостоятельно выполненной аудиторной и внеаудиторной работы. Контроль выполнения решения ситуационных задач.	
4	Анатомо-физиологические особенности нервной и сенсорной системы.	Контроль самостоятельно выполненной аудиторной и внеаудиторной работы. Контроль выполнения решения ситуационных задач.	
5	Висцеральные системы организма.	Контроль самостоятельно выполненной аудиторной и внеаудиторной работы. Контроль-тестирование.	

## **7.2. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

### **Примерный перечень вопросов для подготовки к зачету:**

#### **1-й вариант (наиболее сложный и исчерпывающий):**

1. Предмет и задачи возрастной анатомии и физиологии. История развития науки.
2. Уровни организации организма человека: клетки, ткани, органы, функциональные системы. Клетка как структурно-функциональная единица живой материи.
3. Общие закономерности роста и развития ребенка. Онтогенез.
4. Возрастная периодизация (характеристика морфо - функциональных изменений организма в различные периоды онтогенеза).
5. Гетерохронность развития различных систем организма. Критические и чувствительные периоды онтогенеза.
9. Антропометрические показатели. Определение физического развития ребенка по антропометрическим показателям. Построение профиля физического развития ребенка.
10. Опишите понятия – акселерация и ретардация развития. Объясните основные предполагаемые причины акселерации и ретардации.
11. Типы телосложения (конституциональные особенности человека). Методы определения типов телосложения человека.
12. Понятия: биологический и календарный возраст развивающегося организма ребенка. Опишите методику определения соответствия биологического возраста календарной дате его рождения.
13. Критерии школьной зрелости. Диагностика готовности ребенка к обучению в школе (Филиппинский тест и тест Керна-Ирасека).



14. Общий план строения нервной системы. Созревание нервной ткани в процессе онтогенеза (нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы, миграция нейронов, миелинизация волокон, синаптогенез).
15. Строение и функции синапсов. Механизм синаптической передачи нервных импульсов.
16. Межполушарная функциональная асимметрия мозга. Оценка и построение профиля сенсорно - моторных асимметрий у детей и подростков.
17. Рефлекс, рефлекторная дуга и рефлекторное кольцо.
18. Возрастные особенности строения спинного мозга. Проводящие пути спинного мозга, спинномозговые нервы.
19. Опишите методику определения уровня умственной работоспособности детей в динамике учебного дня.
20. Проводящие пути спинного мозга и их функции. Функции и рефлексы спинного мозга. Формирование рефлексов в онтогенезе.
21. Строение и возрастные особенности функционирования продолговатого мозга и моста.
22. Средний мозг: возрастные особенности строения и функций. Характеристика центров двигательной активности.
23. Мозжечок: возрастные особенности строения и функций, нарушения функций мозжечка.
24. Характеристика центров промежуточного мозга: таламус, гипоталамус, эпифиз и биоритмы растущего организма.
25. Большие полушария мозга и их кора. Возрастные особенности функций коры больших полушарий.
26. Охарактеризуйте возрастные особенности скелета черепа. Значение родничков и швов черепа, сроки их срастания.
27. Роль витаминов и микроэлементов для профилактики рахита.
28. Строение и возрастные особенности скелета туловища. Возникновение изгибов позвоночника. Охарактеризуйте методы оценки осанки, причины ее нарушений и профилактические мероприятия ее коррекции.
29. Возрастные особенности скелета конечностей. Как формируется свод стопы? Опишите методику осмотра стопы (оценка плантограммы). Профилактика возникновения плоскостопий у детей.
30. Основные особенности строения и функций сердечно - сосудистой системы у детей и подростков. Цикл сердечных сокращений. Автоматия.
31. Строение, функции и возрастные особенности дыхательной системы. Значение дыхания. Жизненная емкость легких.

32. Строение, функции и возрастные особенности пищеварительной системы. Опишите методику составления пищевого рациона детей и взрослых по таблицам.
33. Формирование и развитие сенсорных систем у ребенка. Дайте Павловское определение понятию - анализатор. Значение анализаторов. Какие органы чувств вы знаете?
34. Строение и развитие зрительного анализатора. Строение глаза человека.
35. Что доказывает опыт Мариотта? Оценка остроты зрения учащихся.
36. Что такое рефракция глаза? Какие нарушения рефракции глаза вам известны? Педагогическая коррекция и профилактика нарушений рефракции глаз у детей.
37. Строение и возрастные особенности слуховой системы у детей и взрослых. Острота слуха. Возможности ее поддержания в норме.
38. Общая характеристика желез внутренней секреции. Значение гормонов для процессов роста и развития. Влияние гормонов на органы-мишени.
39. Гормоны гипофиза их влияние на рост и развитие. Гипо- и гиперфункция.
40. Гормоны щитовидной железы, гипо- и гиперфункция этих гормонов.
41. Роль поджелудочной железы и надпочечников в обеспечении гомеостаза организма, особенности функций ее гормонов, заболевания, связанные с нарушением поджелудочной железы.
42. Роль И.П.Павлова в разработке теории о ВНД. Особенности безусловных и условных рефлексов как основы поведения человека, первые условные рефлексы ребенка. Механизм замыкания временных связей в коре больших полушарий при образовании условных рефлексов.
43. Память и ее психофизиологические механизмы. Виды памяти. Опишите методику исследования кратковременной и долгосрочной зрительной памяти человека.
44. Психофизиология речи. Каковы функции речи? Развитие речи в онтогенезе. Гетерохронность развития речи у ребенка, речь и мышление.

**2-й вариант (средней степени сложности, раскрывающий основное содержание тем и вопросов):**

**1. Общие закономерности роста и развития детского организма.**

Общее представление об организме человека. Влияние внешней среды и наследственности на рост и развития организма.

Структурно-функциональные уровни организма.

Основные закономерности роста и развития. Основные константы роста и физического развития детского организма.

Гетерохронность и гармоничность развития.

Онтогенез, пренатальный и постнатальный периоды развития.

Возрастная периодизация.

Понятие биологического и паспортного возраста.

Критерии биологического развития.

Понятие об акселерации и ретардации.

Сенситивные периоды развития.

Показатели физического развития. Соматоскопия. Антропометрия.

Группы здоровья.

**2. Возрастные особенности и закономерности развития опорно-двигательного аппарата.** Опорно-двигательный аппарат. Виды костей. Состав костей. Соединение костей. Скелет туловища. Позвоночный столб. Строение черепа. Скелет верхних и нижних конечностей. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Изгибы позвоночника. Осанка. Нарушения осанки и их профилактика. Строение и функции мышц. Свойства мышц. Мышечный тонус. Возрастные особенности мышечной системы. Развитие двигательных навыков у детей.

**3. Гомеостаз и регуляция функций в организме.** Принципы, типы и механизмы регуляции функций в организме. Нервный и гуморальный механизм регуляции. Иммунная система, её значение. Единство и особенности регуляторных систем.

**4.** Понятие об эндокринных железах. Внутренняя секреция эндокринных желез. Понятие о гипофункции и гиперфункции желез. Значение желез внутренней секреции для развития организма и регуляции его функции.

**5.** Гормоны, их структура, механизм действия. Связь эндокринных желез с отделами мозга. Гипоталамо-гипофизарная система.

**6.** Гормоны, выделяемые щитовидной железой, вилочковой железой, гипофизом, их специфические особенности.

**7.** Гормоны поджелудочной железы, ее гипо и гиперфункции.

**8.** Гормоны коры, мозгового слоя надпочечников и стресс.

**9.** Роль половых гормонов в процессах роста и развития организма. Понятие о половом созревании.

**10.Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Развитие нервной системы в онтогенезе.** Общий план строения нервной системы. Значение и функции нервной системы. **11.**Строение, развитие и функциональное значение отделов нервной системы.

**12.**Центральная нервная система. Стволовая часть головного мозга. Продолговатый мозг, мост мозга, задний мозг. Степень зрелости структур продолговатого мозга для необходимости реализации жизненно важных

функций (рефлексы глотания, сосания, пищеварения, сердечно-сосудистой и дыхательной систем).

13.Средний мозг. Мозжечок, темпы его развития на первом году жизни ребенка.

14. Структуры промежуточного мозга: таламус и гипоталамус, группы ядер, неравномерность их дифференцировки в онтогенезе.

15.Структурно-функциональная организация коры больших полушарий головного мозга.

**16. Рефлекторная деятельность организма. Низшая и высшая нервная деятельность.** Рефлекс как основная форма нервной деятельности

17.Условные рефлексы. Скорость образования условных рефлексов. Формирование условно-рефлекторной деятельности детей в раннем возрасте.

18.Особенности высшей нервной деятельности. Учение И.П.Павлова о двух сигнальных системах. Характеристика первой и второй сигнальных систем.

19.Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Становление речи.

20.Типологические особенности ребенка и типы нервной деятельности в детском возрасте.

21.Свойства нервных процессов и их учет в учебно-воспитательном процессе. Оценка основных свойств нервной системы.

**22.Развитие сенсорных систем организма.** Общая характеристика сенсорных систем. Общие свойства: чувствительность к адекватным раздражителям, пороги ощущения, адаптация, взаимодействие. Общие принципы развития и функционального созревания сенсорных систем.

23. Анализаторы. Гигиена органов зрения и слуха. Методики исследования психодинамических функций.

24. Вкусовой, кожный, обонятельный анализаторы.

**25. Биологические ритмы. Режим дня школьника и студента. Научно-гигиеническая организация труда школьника и учителя.**

26. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.

Готовность к обучению. Школьная зрелость.

**27. Развитие висцеральных систем на разных возрастных этапах. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы.** Онтогенетические особенности кровообращения у человека.

28.Возрастные особенности дыхательной системы: строение носовой полости, гортани, голосовых связок, трахеи, бронхов. Механизм дыхательных движений. Типы дыхания. Глубина и частота дыхания. Жизненная емкость легких. Газообмен в легких. Гигиенические требования к воздушной среде в учебных заведениях. Профилактика респираторных инфекций.

**29. Пищеварительная система, возрастные особенности развития. Обмен веществ и энергии.** Строение пищеварительной системы: ротовая полость, глотка, пищевод, желудок, тонкий и толстый кишечник. Функции крупных пищеварительных желез, слюнных желез. Значение пищеварения. Гигиена питания.

30. Обмен веществ и энергии. Нарушения обмена веществ.

31. Возрастные особенности процессов выделения. Гигиена мочеполовых органов.

32. Строение и функции кожи. Особенности кожи у детей. Закаливание. Профилактика болезней внешних покровов.

**33. Роль гигиенического воспитания в обучении и физическом совершенствовании. Гигиеническое воспитание в школе.**

**3-й вариант (упрощенный, минималистичный):**

1. Закономерности роста и развития детского организма (закономерности онтогенеза).

2. Возрастная периодизация. Показатели физического развития:

3. Регуляторные системы:

4. Возрастные особенности строения нервной системы. Строение головного и спинного мозга.

5.. Строение нейрона. Синапс и их классификация.

6.. Вегетативная нервная система, особенности строения. Значение вегетативной нервной системы.

7. Высшая нервная деятельность. Классификация типов ВНД. Особенности ВНД.

8. Учение И.П. Павлова о двух сигнальных системах.

9. Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Становление речи.

10. Готовность к обучению. Школьная зрелость.

11. Организация и общие свойства сенсорных систем. Общие свойства и закономерности деятельности анализаторов.

12. Особенности строения зрительного анализатора. Стереоскопическое зрение. Нарушения зрения у детей и их профилактика.

13. Возрастные особенности строения слухового аппарата.

14. Вкусовой, обонятельный и кожный анализаторы.

15. Возрастные особенности и функции опорно-двигательного аппарата. Скелет человека. Виды и состав костей. Соединение костей.

16. Возрастные особенности строения и функции мышц.

17. Нарушение опорно-двигательного аппарата и их профилактика.

18. Возрастные особенности строения, развития и функционирования сердечно-сосудистой системы.

19. Возрастные особенности дыхательной системы. Гигиенические требования к воздушной среде в учебных заведениях.

20. Возрастные особенности пищеварительной системы. Значение пищеварения. Гигиена питания.

21. Обмен веществ и энергии. Нарушения обмена веществ.

23. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса

24. Биоритмологическая организация функций организма. Десинхронозы.

25. Рациональная организация режима дня школьников. Работоспособность детей и подростков. Понятие об утомлении.

### **Критерии (шкалы) оценивания ответов.**

Согласно Положению о балльно-рейтинговой системе в Университете установлена следующая шкала перевода рейтинговых баллов в 5 – балльную систему оценивания:

55–70 баллов – «удовлетворительно»;

71–85 баллов – «хорошо»;

86–100 баллов – «отлично».

В течение семестра проводятся две промежуточные аттестации на 8-й и 16-й неделе, а также итоговая аттестация в экзаменационную сессию:

-за 1 –ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;

-за 2–ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;

-за итоговую аттестацию (зачет/экзамен)- 30 баллов

-премиальные баллы-10 баллов.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в документе «Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации» по дисциплине.

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

### 8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год		Количество часов, обеспеченных	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке	Режим доступа ЭБС/электронный носитель	Обеспеченность обучающихся	
			указано					
1	2		Ауд./Самост.	3	4	5	6	7
Основная литература	1. Савченков Ю.И., Солдатова О.Г., Шилов С.Н. Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков): учебное пособие для студ. педвузов – М.: Владос, 2014.		32/40	30	20		67 %	
	2. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Текст: электронный //		32/40			ЭБС Юрайт <a href="https://urait.ru/bcode/474237">https://urait.ru/bcode/474237</a>		
	3. Возрастная анатомия, физиология, гигиена: учебное пособие / составители С. С. Давыдова [и др.]. — Липецк: Липецкий ГПУ, 2018. — 56 с. — Текст: электронный //		32/40			ЭБС Лань <a href="https://e.lanbook.com/book/115026">https://e.lanbook.com/book/115026</a>		

	4. Возрастная анатомия, физиология, гигиена: учебно-методическое пособие / составители И. А. Вакуло [и др.]. — Липецк: Липецкий ГПУ, 2017. — 109 с. — Текст: электронный //		32/40			ЭБС Лань <a href="https://e.lanbook.com/book/111943">https://e.lanbook.com/book/111943</a>	
	5. 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 //		32/40			ЭБС Лань <a href="https://e.lanbook.com/book/105521">https://e.lanbook.com/book/105521</a>	
Дополнительная литература	1. Безруких М.М. и др. Возрастная физиология: (физ. развития ребенка): учебное пособие. –М.: Академия, 2002.-416 с.		32/40	30	20		67 %
	2. Красноперова Н.А. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие. – М.: Владос, 2012. – 214 с.		32/40	30		ЭБС <a href="http://www.iprbookshop.ru/14166">http://www.iprbookshop.ru/14166</a>	100%



## 8.2. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks ( [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru))
2. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» <https://urait.ru/>)
3. Электронно-библиотечная система «Лань» (<https://e.lanbook.com/>)
4. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (<https://icdlib.nspu.ru/>)
5. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU (<https://www.elibrary.ru/>)
6. СПС «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru/>)

## 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

Ауд.-5-11

1. Аудитория, оборудованная учебной мебелью (столы ученические, стулья ученические) на 30 посадочных мест, шкаф для учебников, интерактивная доска -1, компьютер с выходом в интернет - 1, телевизор, DVD диски, наглядное пособие, микроскопы, микропрепараты, скелет – 1, набор позвонков – 1, модели органов, барельефные модели различных органов и систем органов, тонометр – 1, секундомер – 1, таблицы.

**Автор рабочей программы дисциплины (модуля):**

К.б.н., доцент

Лечиева М.И.

СОГЛАСОВАНО:

Директор библиотеки

Арсагириева Т.А.

