

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждения высшего образования «Чурапчинский государственный институт
физической культуры и спорта»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор
_____ Готовцев И.И.
_____ 2023 г.

Возрастная анатомия, физиология и гигиена рабочая программа дисциплины

Закреплена за	естественных дисциплин	
Учебный план	УОР 1 курс 23-24г.plx 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	
Квалификация	Педагог по физической культуре и спорту	
Форма обучения	очная	
Общая трудоемкость	72 часов	
Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах: экзамен 3
в том числе:		
аудиторные занятия	52	
самостоятельная работа	7	
часов на контроль	12	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3(2.1)		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Вид занятий				
Лекции	20	20	20	20
Практические	32	32	32	32
Итого ауд.	53	53	53	53
Сам. работа	7	7	7	7
Часы на контроль	12	12	12	12
Итого			72	57

Разработчик(и):

Преподаватель Абрамова ВР _____

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

разработана в соответствии с ФГОС СПО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (уровень подготовки кадров высшей квалификации). (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

составлена на основании учебного плана:

по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО Чурапчинский ГИФКиС
05.06.2023 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании Педагогического совета

Протокол от 24.05.2022 № 7

Срок действия программы: 2022-2025 уч.г.

Проректор по УР Коркин Е.В. _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины состоит в том, чтобы дать студентам необходимые знания о специфике организма человека, закономерностях его биологического и социального развития, функциональных возможностях детского организма в разном возрасте, основных психофизиологических механизмах ориентировочной, познавательной и учебной деятельности как фундамента для изучения психологии и педагогики, а также дисциплин медико-биологического блока, содействовать становлению общекультурных и профессиональных компетенций посредством формирования систематизированных знаний с последующим их применением в педагогической деятельности и использованием для сохранения и укрепления здоровья учащихся, воспитания гуманного отношения к детям. Основные теоретические положения дисциплины излагаются на лекциях, освоение методик измерения функциональных показателей и их оценки осуществляется на лабораторных и семинарских занятиях, качество знаний оценивается по результатам выполнения контрольных тестов и заданий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	ОПЦ
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Биология
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:
2.2.1	Педагогика
2.2.2	Гигиена труда и производственная санитария
2.2.3	Здоровьесберегающие технологии в среде молодежи

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ОК 01: Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02: Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 08: Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

3.1	Знать:
3.1.1	характеристику общих, специфических (при разных типах нарушений) закономерностях и индивидуальных особенностях психического и психофизиологического развития, особенностях регуляции поведения детей школьного возраста
3.2	Уметь:
3.2.1	использовать общие, специфические сведения (при разных типах нарушений) о
3.2.2	закономерностях и индивидуальных особенностях психического и психофизиологического развития детей, особенностях регуляции поведения и деятельности школьника на различных возрастных ступенях для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
-------------	---	----------------	-------	-------------	------------	------------

	Раздел 1. Тема 3. Высшая нервная деятельность, нейрофизиологические основы поведения и обучения. Основы современной общей теории поведения. Классификация форм поведения организма. Высшая нервная деятельность (ВНД) и её роль в формировании поведения. Сравнительная характеристика условных и безусловных рефлексов. Правила и механизм образования условных рефлексов.					
1. 1	Тема 9. Высшая нервная деятельность, нейрофизиологические основы поведения и обучения. Основы современной общей теории поведения. Классификация форм поведения организма. Высшая нервная деятельность (ВНД) и её роль в формировании поведения. Сравнительная характеристика условных и безусловных рефлексов. Правила и механизм образования условных рефлексов. /Лек/	3	2			
1. 2	/Пр/	3	2			
	Раздел 2. Тема 3. Нервная регуляция функций организма и её возрастные особенности					
2. 1	Тема 3. Нервная регуляция функций организма и её возрастные особенности/Лек/	3	2			
2. 2	/Пр/	3	2			
	Раздел 3. тема 3. Сенсорные системы					
3. 1	Тема 8. Сенсорные системы/Лек/	3	2			
3. 2	/Пр/	3	2			
	Раздел 4. Тема 5. Кровь. Сердечно-сосудистая система					
4. 1	Тема 5. Кровь. Сердечно-сосудистая система/Лек/	3	2			
4. 2	/Пр/	3	4			

	Раздел 5. Тема 6. Дыхательная система Строение органов дыхания, возрастные особенности. Внешнее дыхание, механизм вдоха и выдоха. Жизненная емкость легких. Газообмен в легких и тканях. Регуляция дыхания. Гигиена дыхания. Микроклимат класса. Естественная и искусственная вентиляция.					
5. 1	Тема 6: Дыхательная система/Лек/	3	2			
5. 2	/Пр/	3	4			
	Раздел 6. Тема 7. Пищеварительная система Значение пищеварения. Строение и функции органов пищеварения, возрастные особенности. Значение печени и поджелудочной железы в пищеварении. Всасывание и моторная функция кишечника.					
6. 1	Тема 7. Пищеварительная система Значение пищеварения. Строение и функции органов пищеварения, возрастные особенности. Значение печени и поджелудочной железы в пищеварении. Всасывание и моторная функция кишечника. /Лек/	3	2			
6. 2	/Пр/	3	3			
	Раздел 7. Тема 8. Мочевыделительная и половая системы. Кожа Строение и функции почек, возрастные особенности. Строение нефрона. Механизм образования и выведения мочи. Регуляция деятельности почек. Ночное недержание мочи (энурез), его причины и профилактика. Строение и функции кожи, её особенности у детей разного возраста. Роль кожи в поддержании постоянной температуры тела. Уход за кожей, волосами и ногтями. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.					

7.1	Тема 8. Мочевыделительная и половая системы. Кожа Строение и функции почек, возрастные особенности. Строение нефрона. Механизм образования и выведения мочи. Регуляция деятельности почек. Ночное недержание мочи (энурез), его причины и профилактика. Строение и функции кожи, её особенности у детей разного возраста. Роль кожи в поддержании постоянной температуры тела. Уход за кожей, волосами и ногтями. Гигиенические требования к детской одежде и обуви. /Лек/	3	2			
7.2	/Пр/	3	3			
	Раздел 8. Тема 2. Гуморальная регуляция функций организма. Строение, функции и возрастные особенности желёз внутренней секреции					
8.1	Строение, функции и возрастные особенности желёз внутренней секреции/Лек/	3	2		Л1.1,Л1.2,Л2.1	
8.2	/Пр/	3	2			
	Раздел 9. тема 1.Тема 1.Закономерности роста и развития детского организма					
9.1	Тема 1.Закономерности роста и развития детского/Лек/	3	2			
9.2	/Пр/	3	1			
	Раздел 10. Тема 4. Возрастные особенности обмена веществ, энергии и терморегуляции. Питание детей и подростков					
10.1	Тема 4. Возрастные особенности обмена веществ, энергии и терморегуляции. Питание детей и подростков/Лек/	3	2			
10.2	/СР/	3	1			
10.3	/Пр/	3	1			

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Рекомендуемая литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во экз
5.1.1. Основная литература				
Л1.2	Иваницкий М.Ф., Никитюк Б.А.	Анатомия человека	М.: Человек, 2011	1

Л1.1	Иваницкий М. Ф., Никитюк Б. А., Гладышева А. А., Судзиловский Ф. В.	Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии)	Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018	ЭБС
------	---	---	---	-----

5.1.2. Дополнительная литература

Л2.1	Иваницкий М.Ф.	Анатомия человека	М: Олимпия, 2003	60
------	----------------	-------------------	------------------	----

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

1				
---	--	--	--	--

5.3. Перечень программного обеспечения

Microsoft Office 2010

5.4. Перечень информационных справочных систем

Поиск электронных книг официальный сайт Российской государственной библиотеки электронная библиотека ЧГИФКИС Электронно-библиотечная система

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебным планом на изучение дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» предусмотрено проведение учебных занятий в форме лекций, а также семинарских и лабораторно - практических занятий. Формой контроля знаний по итогам освоения предмета является зачет. Одним из центральных звеньев в учебно-познавательной деятельности студентов является самостоятельная работа с учебным материалом. При самостоятельной проработке учебного материала необходимым элементом работы является конспектирование. Записи содействуют лучшему и прочному освоению знаний, по мере необходимости им можно пользоваться к зачету. Можно использовать следующие формы записей: цитирование, план, тезисы, аннотация, конспект. Прежде чем приступить к самостоятельной работе по изучению того или иного учебного материала, необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом и списком рекомендуемой литературы, затем необходимо прочитать записи лекций, ознакомиться с материалами учебного пособия и прочитать учебный материал. При составлении конспектов необходимо исходить из последовательности изложения учебного материала, раскрывая содержание темы по вопросам, данным в тематическом плане. Содержание тематических планов совпадает с порядком изложения учебного материала в учебнике, пособии, обучающем тексте.

Конспекты рекомендуется вести в отдельной тетради. В начале конспектов лучше сделать оглавление, что впоследствии дает возможность быстро отыскать в тетради нужную тему. Кроме того, следует указывать источники, по которым составляется конспект, авторы, год написания. Для того, чтобы в процессе освоения учебных материалов больше участвовала зрительная память, подчеркивайте цветными маркерами выводы, формулы или наиболее важные мысли.

Чтобы подготовиться к семинарскому занятию по определенной теме, студенту необходимо прочитать рекомендуемые главы и параграфы учебников из списка основной литературы и ответить на вопросы для самоконтроля.

В качестве формы самостоятельной работы студентам также предлагается просмотр видеофильмов с последующим представлением письменных ответов на вопросы для самоконтроля.

Требования к выполнению доклада. При подготовке к каждому семинарскому (практическому) занятию студенты могут подготовить доклад по выбору из рекомендованных к семинарскому занятию тем. Продолжительность доклада на семинарском занятии – до 10 мин. В докладе должна быть четко раскрыта суть научной проблемы, представляемой докладчиком. Язык и способ изложения доклад должны быть доступными для понимания студентами учебной группы. Доклад излагается устно, недопустимо дословное зачитывание текста. Можно подготовить презентацию по выбранной теме.