

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"  
(ФГБОУ ВО "НГПУ")

## **МОДУЛЬ 5. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

### **Возрастная анатомия, физиология и гигиена** аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии и методики ее преподавания**  
Направление подготовки **44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили Дошкольное образование и Начальное образование**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану **72**  
в том числе:  
аудиторные занятия **40**  
самостоятельная работа **32**  
зачет

Виды контроля в семестрах:  
зачет 2

#### **Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семес тр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	20 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	20	20	20	20
Лабораторные	20	20	20	20
Итого ауд.	40	40	40	40
Контактная	40	40	40	40
Сам. работа	32	32	32	32
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель освоения дисциплины – дать обучающимся необходимые знания о функциях организма человека в развитии для правильной организации учебного и воспитательного процесса с учащимися и повышения его эффективности и качества.
1.2	Задачи освоения дисциплины раскрываются в изучении следующих вопросов:
1.3	закономерности развития и проявления физиологических функций органов и систем организмов в возрастном аспекте;
1.4	морфо-функциональные особенности развития детского организма;
1.5	основные гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса в школе и других детских учреждениях;
1.6	формирование необходимых знаний, навыков и умений, необходимых для индивидуального подхода к ребенку в процессе воспитания и обучения;
1.7	гигиенические средства и методы сохранения и укрепления здоровья детей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.Б.05
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Для освоения дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» обучающиеся используют знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения предмета «Биология» на предыдущем уровне образования.
2.1.2	Физическая культура и спорт
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Возрастная психология и педагогическая психология
2.2.2	Психолого-педагогический практикум
2.2.3	Производственная культурно-просветительская практика
2.2.4	Производственная педагогическая практика
2.2.5	Педагогика раннего возраста
2.2.6	Социальная психология
2.2.7	Теория и методика воспитания школьников с основами социальной педагогики
2.2.8	Теория и технологии развития речи у детей
2.2.9	История педагогики и образования
2.2.10	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
2.2.11	Теория и технологии математического развития детей
2.2.12	Теория и технологии экологического развития детей
2.2.13	Компетентность учителя начальных классов в аспекте формирования УУД
2.2.14	Формирование УУД у младших школьников
2.2.15	Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с особенностями развития
2.2.16	Культурно-просветительская практика
2.2.17	Основы логопедической работы в ДОО
2.2.18	Теория и технологии развития детской изобразительной деятельности (с практикумом)
2.2.20	Технология разработки основной образовательной программы для ДОО
2.2.21	Девiantное поведение школьников (с диагностическим практикумом)
2.2.22	Обучение и воспитание детей с особыми образовательными потребностями
2.2.23	Основы профориентологии (с диагностическим практикумом)
2.2.24	Психология семьи и семейного воспитания
2.2.25	Теория и технологии музыкального развития детей
2.2.26	Развивающая предметная среда в ДОО
2.2.27	Производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
2.2.28	Производственная преддипломная практика
2.2.29	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты

<b>3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
<b>ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность</b>	
<b>Знать:</b>	
	способы оценки и контроля уровня физического развития и физической подготовленности, обеспечивающей полноценную деятельность
	правила и принципы подбора физической нагрузки, обеспечивающей полноценную деятельность
	основные факторы, влияющие на уровень физической подготовки, обеспечивающие полноценную деятельность
<b>Уметь:</b>	
	выявлять уровень физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
	подбирать уровень физической нагрузки, обеспечивающей полноценную деятельность
	оценивать эффективность занятий физической культурой для определения своего уровня и уровня физической подготовки обучающихся, обеспечивающей полноценную деятельность
<b>Владеть:</b>	
	навыками оценки системы оздоровительных упражнений, направленных на поддержку уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
	различными способами оценки и подбора уровня физической нагрузки, обеспечивающей полноценную деятельность
	методами проведения самостоятельных занятий по физической культуре; методами комплексного контроля состояния организма при нагрузках
<b>ОПК-2: способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</b>	
<b>Знать:</b>	
	основы возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
	закономерности возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
	методологию возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
<b>Уметь:</b>	
	описывать возрастные, психофизические и индивидуальные особенности, в том числе особые образовательные потребности обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
	оценивать закономерности возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
	выделять различные основания для оценивания возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
<b>Владеть:</b>	
	навыками анализа с возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
	навыками выделения критериев для оценки закономерностей возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития
	навыками применения различных оснований для оценивания возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся для осуществления обучения, воспитания и развития

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	об анатомо-физиологических особенностях детей и подростков в разные периоды их развития;
3.1.2	о критических периодах развития; об особенностях высшей нервной деятельности (ВНД) детского организма.
3.1.3	о классификации типов ВНД и особенностях педагогического подхода к детям с различными типами ВНД;
3.1.4	об особенностях эмоций у детей;
3.1.5	о доминанте и динамическом стереотипе;
3.1.6	о первой и второй сигнальных системах;

3.1.7	о роли учителя в воспитании здорового школьника;
3.1.8	о гигиенических требованиях к расписанию уроков в школе, к организации и проведению уроков, к организации и проведению перемен;
3.1.9	о создании рациональных условий для учебных занятий;
3.1.10	о методах оптимизации учебных занятий;
3.1.11	о физиологической сущности утомления и переутомления учащихся на уроке и факторах, их вызывающих;
3.1.12	о гигиенических требованиях к оборудованию учебных помещений;
3.1.13	о физиологических основах режима дня;
3.1.14	о причинах и профилактике нарушений осанки;
3.1.15	о нарушениях зрения и профилактике близорукости;
3.1.16	о гигиенических требованиях к работе с компьютером, ТСО и наглядными пособиями;
3.1.17	о значении и принципах закаливания;
3.1.18	об основных принципах сбалансированного и рационального питания.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	вырабатывать и закреплять у школьников условные рефлексы, необходимые им в процессе учебных занятий;
3.2.2	способствовать выработке динамического стереотипа у школьников в процессе их обучения и воспитания;
3.2.3	учитывать особенности взаимодействия первой и второй сигнальных систем у школьников разных возрастных групп во время урока;
3.2.4	способствовать развитию речи, памяти, зрения и слуха;
3.2.5	учитывать особенности типов ВНД детей в процессе их обучения;
3.2.6	создавать оптимальные внешние условия для учебных занятий;
3.2.7	составлять расписание уроков в школе с учетом гигиенических требований;
3.2.8	правильно организовывать и проводить уроки с учетом мер, направленных на предупреждение раннего и чрезмерного утомления учащихся и сохранения их здоровья;
3.2.9	осуществлять индивидуальный подход к детям, страдающим хроническими заболеваниями и имеющим отклонения в физическом развитии;
3.2.10	проводить беседы с учащимися на темы гигиенического содержания;
3.2.11	прививать детям любовь к занятиям спортом и физкультурой;
3.2.12	способствовать привитию учащимся навыков культуры поведения.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	методами определения функциональной готовности детей к обучению в школе;
3.3.2	методами изучения умственной работоспособности школьника;
3.3.3	навыками анализа медицинской документации в школе – индивидуальных картах школьника и др.;
3.3.4	методами изучения и оценке режима дня школьника;
3.3.5	методами определения физического развития школьника.