МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"

(ФГБОУ ВО "НГПУ")

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР
Гайфутдинов А.М.
29 04. 2020 г.

МОДУЛЬ 5. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии и методики ее преподавания**
Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование, профиль Русский язык**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 8
самостоятельная работа 60
зачет 4

Виды контроля на курсах:
зачет 1

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
Вид занятий	УП	РП		
Лекции	2	2	2	2
Лабораторные	6	6	6	6
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):
к.б.н., доцент Хасанова А.Р.

Рабочая программа дисциплины
Возрастная анатомия, физиология и гигиена

разработана в соответствии с ФГОС:
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 04.12.2015г. №1426)

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
Биологии и методики ее преподавания

Протокол от 29.04.2020 г. № 9
Срок действия программы: 2020-2021 уч.г.
Зав. кафедрой Зарипова Р.С.

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
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
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.
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Психолого-педагогический практикум
2.2.2	Педагогические технологии
2.2.3	Социальная психология
2.2.4	Теория и методика воспитания школьников с основами социальной педагогики
2.2.5	Возрастная психология и педагогическая психология
2.2.6	Производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
2.2.7	Производственная преддипломная практика
2.2.8	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	
Знать:	
	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
Уметь:	
	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
Владеть:	
	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
ОПК-2: способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	
Знать:	
	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
Уметь:	
	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
Владеть:	
	навыками анализа 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

3.1	**Знать:**
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.
3.2	**Уметь:**
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.
3.3	**Владеть:**
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.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Интер акт.	Примечание
	Раздел 1. Общие вопросы ВАФиГ						
1.1	Общие вопросы возрастной анатомии,физиологии и гигиены /Лек/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
1.2	Методы определения биологического развития на разных этапах онтогенеза /Лаб/	1	2	ОПК-2 ОК-8	Л1.1Л2.2	0	
1.3	Онтогенез. Схема возрастной периодизации постнатального онтогенеза /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
1.4	История развития анатомии, физиологии и гигиены /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
1.5	Наследственность и среда, их влияние на развитие детского организма /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
	Раздел 2. Регуляторные системы организма						
2.1	Регуляторные системы организма	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
2.2	Изучение функционального значения центральной нервной системы /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
2.3	Строение и функции эндокринной системы. Гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности организма /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
	Раздел 3. Моторные функции						
3.1	Моторные функции /Ср/	1	4	ОПК-2 ОК-8	Л1.1Л2.2	0	
3.2	Скелет человека /Ср/	1	2	ОПК-2 ОК-8	Л1.1Л2.2	0	
3.3	Основные группы мышц /Ср/	1	2	ОПК-2 ОК-8	Л1.1Л2.2	0	
	Раздел 4. Сенсорные функции						
4.1	Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
4.2	Методы определения естественной и искусственной освещенности школьных помещений /Лаб/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.1 Л2.2	0	
4.3	Строение и функции зрительной и слуховой сенсорной системы. Профилактика нарушений зрения и слуха /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
4.4	Обонятельная, вкусовая, двигательная и соматосенсорная системы /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
	Раздел 5. Висцеральные функции						
5.1	Строение и функции сердечно-сосудистой системы /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
5.2	Строение и функции дыхательной системы /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	

5.3	Методы исследования функционального состояния сердечно- сосудистой системы /Лаб/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
5.4	Внутренняя среда организма. Кровь. Обмен веществ и энергии /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
5.5	Структурно-функциональная характеристика пищеварительной системы /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
5.6	Строение, функции и возрастные особенности выделительной системы /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
5.7	Репродуктивная система организма /Ср/	1	2	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
	Раздел 6. Психофизиология						
6.1	Психофизиологические аспекты поведения ребенка /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
6.2	Основы физиологии высшей нервной деятельности /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
6.3	Психофизиологические функции и их развитие в онтогенезе /Ср/	1	4	ОПК-2	Л1.1Л2.2	0	
6.4	/Зачёт/	1	4	ОПК-2 ОК-8	Л1.1Л2.2	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Промежуточная аттестация

Вопросы для подготовки к зачету:

1. Предмет и задачи возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Роль в педагогической деятельности.
2. Рост и развитие. Общие закономерности роста и развития. Возрастная периодизация.
3. Нейрогуморальная регуляция функций в организме. Гомеостаз и определяющие его факторы.
4. Понятие «гуморальная регуляция». Особенности деятельности желез внутренней секреции. Понятие о гормонах.
5. Железы внутренней секреции (поджелудочная, половые, эпифиз). Гормоны, их назначение. Гипо- и гиперфункция.
6. Железы внутренней секреции (гипофиз и околощитовидные). Гормоны, их назначение. Гипо- и гиперфункция.
7. Взаимодействие желез внутренней секреции. Гипоталамо-гипофизарная система. Ее роль в регуляции деятельности желез внутренней секреции.
8. Значение нервной системы. Морфофункциональная характеристика нервной системы. Понятие о нервном центре.
9. Морфофункциональная организация спинного мозга. Возрастные особенности развития.
10. Онтогенез и морфофункциональные особенности различных отделов нервной системы.
11. Морфофункциональная организация коры больших полушарий.
12. Понятия о высшей нервной деятельности. Характеристика условных и безусловных рефлексов. Механизм и условия образования условных рефлексов.
13. Торможение условных рефлексов. Особенности условного торможения у детей.
14. Свойства нервных процессов и типы ВНД у детей. Педагогические подходы к детям с разными типами.
15. Возрастные особенности строения и функционирования зрительного анализатора.
16. Возрастные особенности строения и функционирования слухового анализатора.
17. Возрастные особенности строения и функционирования вестибулярного анализатора.
18. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы.
19. Кровь, ее функции. Плазма крови. Возрастные особенности.
20. Форменные элементы крови. Возрастные особенности.
21. Возрастные особенности дыхательной системы детей. Профилактика заболеваний органов дыхания.
22. Морфофункциональная характеристика органов пищеварительной системы у детей.
23. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Возрастные особенности органов выделения.
24. Возрастные особенности терморегуляции организма человека.
25. Физиологическая готовность детей к обучению в школе.
26. Гигиенические основы построения режима дня детей.
27. Гигиенические принципы режима и организации питания организованных детских коллективов.
28. Гигиенические требования к учебной мебели, оборудованию и их расположению в помещениях.
29. Гигиенические требования к микроклимату и освещенности образовательных учреждений.
30. Гигиенические требования к условиям и режиму обучения.

5.2. Темы письменных работ

Текущий контроль успеваемости

Кейс-задачи:

Кейс 1 подзадача 1

Демонстрируя во время лекции малоберцовую кость, обработанную специальным способом (кислотой), лектор показал ее гибкость, сделав из кости узел. Функцию передвижения человека в пространстве выполняет опорно-двигательный аппарат. Это система костей и мышц, а также их соединений, которые образуют единый в функциональном отношении

двигательный аппарат. В зависимости от функциональной значимости в нем различают пассивную и активную части. К пассивной относятся кости и их соединения, к активной – мышцы. Лектор хотел продемонстрировать, что гибкость костей зависит от наличия в них …
1. органических веществ
2. неорганических веществ
3. желтого костного мозга
4. красного костного мозга
Кейс 1 подзадача 2
Демонстрируя во время лекции малоберцовую кость, обработанную специальным способом (кислотой), лектор показал ее гибкость, сделав из кости узел. Функцию передвижения человека в пространстве выполняет опорно-двигательный аппарат. Это система костей и мышц, а также их соединений, которые образуют единый в функциональном отношении двигательный аппарат. В зависимости от функциональной значимости в нем различают пассивную и активную части. К пассивной относятся кости и их соединения, к активной – мышцы.
Установите соответствие между формами костей и их примерами:
1) трубчатая кость
2) губчатая кость
3) плоская кость
а) бедренная кость
б) грудина
в) затылочная кость
г) кости основания черепа
Кейс 1 подзадача 3
Демонстрируя во время лекции малоберцовую кость, обработанную специальным способом (кислотой), лектор показал ее гибкость, сделав из кости узел. Функцию передвижения человека в пространстве выполняет опорно-двигательный аппарат. Это система костей и мышц, а также их соединений, которые образуют единый в функциональном отношении двигательный аппарат. В зависимости от функциональной значимости в нем различают пассивную и активную части. К пассивной относятся кости и их соединения, к активной – мышцы. Рассказывая про позвоночный столб, лектор перечислил его отделы.
Установите последовательность отделов позвоночного столба, начиная с шейного:
1. грудной
2. поясничный
3. крестцовый
4. копчиковый

5.3. Фонд оценочных средств

Содержание фонда оценочных средств представлено в приложении РПД "Возрастная анатомия, физиология и гигиена"

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Лысова, Н. Ф.	Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 c. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/65272.html	Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Федоровская, Н. И.	Школьная гигиена: учебное пособие / составители Н. И. Федоровская. — 2-е изд. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 141 c. — ISBN 978-5-4497-0153-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. —URL: http://www.iprbookshop.ru/86462.html	Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019
Л2.2	Григорьева, Е. В.	Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — URL : URL: https://urait.ru/bcode/445292	Москва : Издательство Юрайт, 2019

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Анатомический атлас URL:http://www.vh.org/adult/provider/anatomy/HumanAnatomy/CrossSectionAtlas .html

Э2	Педагогическая библиотека URL: http://www:pedlib.ru/
Э3	Электронный каталог библиотеки НГПУ. - URL: http://bibl.ngpi.net:81/cgi-bin/zgate.exe?init+test.xml,simple.xsl+rus
Э4	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. - URL: https://elibrary.ru
Э5	КиберЛенинка: научная электронная библиотека.- URL: https://cyberleninka.ru
6.3. Перечень информационных технологий	
6.3.1 Перечень лицензионного программного обеспечения	
6.3.1.1	Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Band T: 250-499 Node 1 year Educational Renewal License: Договор № 2020.2987 от 21.02.2020
6.3.1.2	Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise: Договор № 2020.13967 от 27.07. 2020
6.3.1.3	Office 365 ProPlus Open for Students ShrdSvr ALNG Subscriptions VL OLVS NL 1Month AcademicEdition Stdnt STUUseBnft: Договор № 2020.13967 от 27.07.2020
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Электронно-библиотечная система (ЭБС) IPRbooks. - Режим доступа: www.iprbookshop.ru
6.3.2.2	Электронная библиотечная система «Юрайт» - Режим доступа: https://biblio-online.ru/
6.3.2.3	Информационная правовая система Гарант. - Режим доступа: http://www.garant.ru/
7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1	1-201 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, ул. Низаметдинова, д. 28). Оснащенность: специализированная мебель, компьютер, экран, проектор, доска, учебно-наглядные пособия.
7.2	1-205 Помещение для самостоятельной работы (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, ул. Низаметдинова, д. 28). Оснащенность: специализированная мебель, компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду, учебно-наглядные пособия.
7.3	1-223 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации (423806, Республика Татарстан (Татарстан), г. Набережные Челны, ул. Низаметдинова, д. 28). Оснащенность: специализированная мебель, компьютер, интерактивная доска, проектор, доска, учебно-наглядные пособия.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Приступая к изучению учебной дисциплины, необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины , учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке университета, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций и работы с первоисточниками.

В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации.

В ходе подготовки к лабораторным занятиям изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на лабораторном занятии. Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления.

В ходе лабораторного занятия внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы. Принимать активное участие в обсуждении учебных вопросов: выступать с докладами, рефератами, обзорами научных статей, отдельных публикаций периодической печати, касающихся содержания темы лабораторного. В ходе своего выступления использовать технические средства обучения.

С целью более глубокого усвоения изучаемого материала задавать вопросы преподавателю. После подведения итогов лабораторного занятия, устранить недостатки, отмеченные преподавателем.

Самостоятельная работа обучающихся – это процесс активного, целенаправленного приобретения обучающимися новых знаний, умений без непосредственного участия преподавателя, характеризующийся предметной направленностью, эффективным контролем и оценкой результатов деятельности обучающегося.

Самостоятельная работа обучающихся включает следующие виды работ:

а) для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы),
- составление плана текста,
- графическое изображение структуры текста,

- конспектирование текста, выписки из текста,
- работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами,
- учебно-исследовательская работа,
- использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.

б) для закрепления и систематизации знаний:
- работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио и видеозаписей),
- составление плана, составление таблиц для систематизации учебною материала,
- ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.),
- подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на семинаре (конференции), подготовка реферата, составление библиографии, тематических кроссвордов, тестирование и др.

в) для формирования умений:
- решение задач и упражнений по образцу,
- решение вариативных задач,
- решение ситуационных (профессиональных) задач

Рекомендации по подготовке к зачету

Завершающим этапом изучения дисциплины является зачет

При подготовке к зачету (в конце семестра) повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных обучающимся по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учетом вопросов, разработанных преподавателем. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме.

Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед зачетом за счет обращения не к литературе, а к своим записям.

Рекомендации по обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн) в курсе будут использованы социально-активные и рефлексивные методы обучения с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом необходимости предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Освоение дисциплины лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение приспособлено (аудитории) к нуждам лиц с ОВЗ.

Форма проведения промежуточной аттестации для лиц с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей; предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

-в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);

-в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);

-методом чтения задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Обучающихся с ОВЗ увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких обучающихся предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

-письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);

-устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с ОВЗ процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

При возникновении особых обстоятельств, освоение дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.