

**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 **44.03.01 Педагогическое образование , профиль Физическая культура**

Форма обучения **заочная**
Программу составил(и): **к.б.н., доцент, Хасанова А.Р.**

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
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
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	Возрастная психология и педагогическая психология
2.2.2	Лечебная физическая культура и массаж
2.2.3	Физиология ВНД и сенсорных систем
2.2.4	Врачебно-педагогический контроль в системе физической культуры и спорта
2.2.5	Теория обучения
2.2.6	Биохимия
2.2.7	Теория и методика плавания
2.2.8	Теория и методика спортивных единоборств
2.2.9	Физиологические основы физического воспитания
2.2.10	Основы адаптивного физического воспитания
2.2.11	Теория и методика воспитания школьников с основами социальной педагогики
2.2.12	Производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
2.2.13	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
Уметь:	
	выявлять уровень физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
Владеть:	
	навыками оценки системы оздоровительных упражнений, направленных на поддержку уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
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
Уметь:	
	описывать возрастные, психофизические и индивидуальные особенности, в том числе особые образовательные потребности 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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
<p>об анатомо-физиологических особенностях детей и подростков в разные периоды их развития; о критических периодах развития; об особенностях высшей нервной деятельности (ВНД) детского организма. о классификации типов ВНД и особенностях педагогического подхода к детям с различными типами ВНД; об особенностях эмоций у детей; о доминанте и динамическом стереотипе; о первой и второй сигнальных системах; о роли учителя в воспитании здорового школьника; о гигиенических требованиях к расписанию уроков в школе, к организации и проведению уроков, к организации и проведению перемен; о создании рациональных условий для учебных занятий; о методах оптимизации учебных занятий; о физиологической сущности утомления и переутомления учащихся на уроке и факторах, их вызывающих; о гигиенических требованиях к оборудованию учебных помещений; о физиологических основах режима дня; о причинах и профилактике нарушений осанки; о нарушениях зрения и профилактике близорукости; о гигиенических требованиях к работе с компьютером, ТСО и наглядными пособиями; о значении и принципах закаливания; об основных принципах сбалансированного и рационального питания.</p>	
3.2	Уметь:
<p>вырабатывать и закреплять у школьников условные рефлексы, необходимые им в процессе учебных занятий; способствовать выработке динамического стереотипа у школьников в процессе их обучения и воспитания; учитывать особенности взаимодействия первой и второй сигнальных систем у школьников разных возрастных групп во время урока; способствовать развитию речи, памяти, зрения и слуха; учитывать особенности типов ВНД детей в процессе их обучения; создавать оптимальные внешние условия для учебных занятий; составлять расписание уроков в школе с учетом гигиенических требований; правильно организовывать и проводить уроки с учетом мер, направленных на предупреждение раннего и чрезмерного утомления учащихся и сохранения их здоровья; осуществлять индивидуальный подход к детям, страдающим хроническими заболеваниями и имеющим отклонения в физическом развитии; проводить беседы с учащимися на темы гигиенического содержания; прививать детям любовь к занятиям спортом и физкультурой; способствовать привитию учащимся навыков культуры поведения.</p>	
3.3	Владеть:
<p>методами определения функциональной готовности детей к обучению в школе; методами изучения умственной работоспособности школьника; навыками анализа медицинской документации в школе – индивидуальных картах школьника и др.; методами изучения и оценке режима дня школьника; методами определения физического развития школьника.</p>	