

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра биологии, географии и методик обучения

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Грызлова Л. В., канд. биол. наук, старший преподаватель

Шубина О. С., д-р биол. наук, профессор

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 9
от 20.04.2016 года

Зав. кафедрой  Шубина О. С.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - сформировать необходимые знания о функциональных возможностях детского организма для рациональной организации учебно-воспитательного процесса, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков

Задачи дисциплины:

- сформировать знания об основных закономерностях роста и развития организма детей и подростков;
- сформировать знания об индивидуально-типологических особенностях высшей нервной деятельности ребенка как основы индивидуального подхода в обучении и воспитании;
- сформировать умения определять и оценивать показатели, характеризующие функциональное состояние органов и систем.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.Б.10 «Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии» относится к базовой части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: Для освоения дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, полученные и сформированные при изучении курса «Биология» в средней школе:

– теоретические основы изучения биологических понятий.

Освоение дисциплины Б1.Б.10 «Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.Б.4 Безопасность жизнедеятельности.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

ОПК-6. готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	знать: - основные закономерности роста и развития организма детей и подростков; - влияние наследственности и среды на процессы роста и развития; - общий план строения и закономерности функционирования организма человека; - изменения строения и функций органов и систем в онтогенезе; - критические и сенситивные периоды развития ребенка; - особенности высшей нервной деятельности у детей и подростков; уметь: - свободно ориентироваться в анатомо-физиологической терминологии и пользоваться ею; - использовать полученные теоретические и практические навыки для организации научно-методической, социально-педагогической и преподавательской деятельности; - определять и давать физиологическую оценку основных показателей, характеризующих функциональное состояние органов и систем; - использовать полученные навыки и умения для определения физического развития, состояния здоровья и готовности ребенка к обучению в школе; владеть; - методикой антропометрических исследований по оценке физического развития и типа телосложения; - методами определения внешних показателей деятельности физиологических систем (сердечно-сосудистой, дыхательной); - методами комплексной диагностики уровня функционального развития ребенка и готовности к обучению (школьной зрелости).
---	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Лекции	18	18
Практические	18	18
Самостоятельная работа (всего)	36	36
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах:

Закономерности роста и развития детского организма. Развитие регуляторных систем организма. Нервная система. Развитие регуляторных систем организма. Эндокринная система. Учение о высшей нервной деятельности. Комплексная диагностика готовности к обучению.

Модуль 2. Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем:

Анатомия и физиология сенсорных систем. Анатомия и физиология опорно-двигательного аппарата, закономерности его развития в онтогенезе. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы и системы крови. Анатомия и физиология дыхательной системы. Возрастные особенности органов дыхания. Анатомия и физиология пищеварительной и выделительной систем. Понятие об обмене веществ и энергии.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Модуль 1. Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах (8 ч.)

Тема 1. Закономерности роста и развития детского организма (2 ч.)

Возрастная периодизация. Календарный и биологический возраст. Рост, развитие и их изменения в отдельные возрастные периоды. Акселерация роста и развития. Наследственность и среда, их влияние на развитие детского организма.

Тема 2. Развитие регуляторных систем организма. Нервная система (2 ч.)

Особенности нервной и гуморальной регуляции функций и их взаимосвязь. Морфологическая и функциональная организация нервной системы ребенка. Биоэлектрические явления в центральной нервной системе. Процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе. Особенности строения, функционирования и развития спинного мозга. Особенности строения, функционирования и развития головного мозга. Функции вегетативного отдела нервной системы.

Тема 3. Развитие регуляторных систем организма. Эндокринная система (2 ч.)

Понятие об эндокринных и экзокринных железах. Классификация желез внутренней секреции. Гормоны, их классификация, свойства и механизм действия. Взаимосвязь нервной и гуморальной регуляции функций. Гипоталамо-гипофизарная система. Гипофиз, строение, возрастные изменения. Гормоны гипофиза, их влияние на рост и развитие ребенка. Рост и развитие щитовидной железы. Гипо- и гиперфункция щитовидной железы в раннем и зрелом возрасте. Околощитовидные железы, их строение, функции и возрастные особенности. Надпочечники, их строение и развитие. Гормоны коркового и мозгового слоя надпочечников. Поджелудочная железа, ее эндокринная функция. Особенности ее структуры и функции в разные возрастные периоды. Вилочковая железа, ее влияние на рост организма. Мужские и женские половые железы, их внутрисекреторные функции. Влияние половых желез на рост и развитие организма. Эпифиз, его гормоны.

Тема 4. Учение о высшей нервной деятельности. Комплексная диагностика готовности к обучению (2 ч.)

Содержание учения о высшей нервной деятельности, роль в его создании И. М. Сеченова и И. П. Павлова. Условные рефлексы, условия и механизм их образования, классификация. Отличия условных и безусловных рефлексов и черты их сходства. Торможение условных рефлексов и его виды. Теория И. П. Павлова о типах высшей нервной деятельности. Основные типы ВНД – физиологическая основа темпераментов человека. Пластичность типов ВНД. Индивидуальные типологические особенности детей и подростков. Специально человеческие типы ВНД, их физиологическое обоснование и формирование в процессе индивидуального развития. Зависимость формирования типологических особенностей от социальных факторов, процессов воспитания и обучения.

Модуль 2. Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем (10 ч.)

Тема 5. Анатомия и физиология сенсорных систем (2 ч.)

Понятие о сенсорных системах (анализаторах), их классификация и значение. Строение зрительной сенсорной системы. Понятие об аккомодации и рефракции, их изменения с возрастом. Особенности строения слухового анализатора у ребенка. Механизм восприятия звука.

Тема 6. Анатомия и физиология опорно-двигательного аппарата, закономерности его развития в онтогенезе (2 ч.)

Значение опорно-двигательного аппарата человека. Строение, химический состав, физические свойства и рост костей. Типы соединения костей, их характеристика и возрастные особенности. Скелет, его строение, функции и возрастные особенности. Скелетные мышцы, их строение, свойства, классификация и развитие. Основные группы скелетных мышц, их функциональное значение. Формирование двигательных качеств и навыков у детей разного возраста. Понятие об осанке. Виды нарушений осанки у детей и их профилактика.

Тема 7. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы и системы крови (2 ч.)

Значение сердечно-сосудистой системы в организме. Расположение и строение сердца в различные периоды онтогенеза. Проводящая система сердца. Сердечный цикл. Сосудистые отделы системы кровообращения. Схема кругов кровообращения. Лимфообращение. Морфологическое развитие сердечно-сосудистой системы в антенатальный и постнатальный периоды. Изменение функциональных показателей сердечно-сосудистой системы с возрастом ребенка. Состав и функции крови.

Тема 8. Анатомия и физиология дыхательной системы. Возрастные особенности органов дыхания (2 ч.)

Дыхание, его значение и этапы. Строение органов дыхания. Воздухоносные пути. Строение легких, их функциональное значение. Основные этапы дыхания. Механизм вдоха и выдоха. Обмен газов в легких. Транспорт газов кровью. Обмен газов в тканях. Дыхательные объемы и емкости. Изменение показателей внешнего дыхания с возрастом ребенка. Отличия типов дыхания, частоты и глубины дыхания в зависимости от пола.

Тема 9. Анатомия и физиология пищеварительной и выделительной систем. Понятие об обмене веществ и энергии. (2 ч.)

Понятие о пищеварении. Значение и общий план строения органов пищеварения. Пищеварение в отделах ЖКТ, и его возрастные особенности. Физиологическое значение процессов выделения. Органы выделения. Строение почки. Понятие об обмене веществ, метаболизме, катаболизме, анаболизме. Обмен белков. Обмен липидов. Обмен углеводов. Роль витаминов, воды, минеральных солей в процессе роста и развития ребенка. Основной обмен и суточный расход энергии у детей и подростков.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

Модуль 1. Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах (8 ч.)

Тема1. Понятие об организме, его организации, периодах развития и регуляции функций (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие об организме, его общебиологических свойствах и уровнях организации.
2. Общие принципы регуляции функций в организме. Понятие о саморегуляции, положительной и отрицательной обратной связи. Роль нервных и гуморальных механизмов в регуляции функций.
3. Понятие об онтогенезе и его этапах. Периодизация постнатального онтогенеза. Критические периоды онтогенеза.
4. Понятие роста и развития. Основные закономерности роста и развития ребенка, их характеристика.
5. Акселерация и ретардация развития, биологический и паспортный возраст.

Тема 2. Общий план строения и физиология нервной системы (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Общий план строения нервной системы. Основные этапы ее развития.
2. Нейрон как основная морфофункциональная единица нервной системы, его строение и свойства. Классификация нейронов. Понятие о нейроглии.
3. Нервные волокна, их виды, строение и свойства. Особенности проведения возбуждения по миелиновым и безмиелиновым нервным волокнам. Возрастные изменения функциональных свойств нервных волокон в связи с их миелинизацией.
4. Строение и функциональное значение спинного мозга.
5. Стволовая часть мозга, рост и развитие ее отделов: продолговатого мозга, Варолиева моста, мозжечка, среднего и промежуточного мозга. Функции отделов ствола головного мозга.
6. Конечный мозг, его строение: подкорковые (базальные) ганглии, большие полушария. Локализация функций в коре больших полушарий. Функциональная асимметрия головного мозга.

Тема 3. Понятие рефлекса, их классификация. Рефлекторный принцип деятельности нервной системы (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие рефлекса.
2. Классификация рефлексов. Отличие условных от безусловных рефлексов.
3. Строение рефлекторной дуги.
4. Исследование рефлекторных реакций человека.
5. Условия выработки условных рефлексов.

Тема 4. Регуляторные системы организма. Железы внутренней секреции (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности строения эндокринных желез, Гормоны.
2. Основные свойства гормонов. Классификация гормонов.
3. Влияние гормонов на техническую подготовку спортсменов.

Модуль 2. Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем (10 ч.)

Тема 5. Строение, функции и возрастные особенности опорно-двигательного аппарата (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие об опорно-двигательном аппарате, его функциях и строении. Значение опорно-двигательного аппарата для нормальной жизнедеятельности человека.
2. Кости, их химический состав, физические свойства, строение. Типы соединения костей, их характеристика. Рост и развитие костей, зависимость развития кости от внутренних и внешних факторов.
4. Возрастные особенности строения скелета черепа, туловища и конечностей. Изгибы позвоночника, их формирование и функциональное значение. Типы деформации скелета, их профилактика.
5. Строение скелетных мышц, их классификация, основные группы мышц, их функциональное значение.
6. Динамическая и статическая работа скелетных мышц. Утомление при разных видах мышечной работы, его механизмы и возрастные особенности.
7. Возрастные особенности быстроты и точности двигательных актов. Развитие выносливости мышц с возрастом. Управление произвольной двигательной активностью у детей разного возраста.
8. Двигательный режим учащихся. Неблагоприятные сдвиги, возникающие в деятельности различных органов и систем организма детей при недостаточной двигательной активности. Меры борьбы с гиподинамией.
9. Понятие об осанке. Формирование и физиологическая роль правильной осанки. Гигиенические требования к портфелям и ранцам. Гигиенические требования подбору и расстановке школьной мебели.

Тема 6. Анатомия и физиология системы органов дыхания ребенка (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Общий план строения и функции системы дыхания. Основные этапы снабжения организма кислородом.
2. Возрастные особенности строения верхних дыхательных путей. Возрастные особенности аппарата голосообразования, половые различия в строении гортани.
3. Расположение и строение легких. Респираторный отдел легких. Ацинус, его структура. Изменения внешнего дыхания с возрастом. Изменения типа, ритма и частоты дыхания. Возрастные особенности изменения дыхания при физической нагрузке.
4. Механизмы вдоха и выдоха при спокойном и глубоком дыхании. Причины изменения объема легких при вдохе и выдохе.
5. Легочные объемы и емкости. Функциональные показатели внешнего дыхания, их изменения с возрастом.
6. Состав вдыхаемого, выдыхаемого и альвеолярного воздуха. «Мертвое» пространство и его физиологическое значение.
7. Обмен газов в легких. Транспорт газов кровью. Газообмен между кровью и тканями.
8. Гигиена дыхания. Значение дыхания через нос. Воспитание правильного дыхания у детей и подростков.

Тема 7. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы и системы крови (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Система кровообращения. Функции сердечно-сосудистой системы. Круги кровообращения.
2. Строение сердца. Клапаны сердца и их значение. Принцип работы клапанного аппарата сердца.
3. Сердечный цикл, его фазы, возрастные особенности у детей.
4. Механические и звуковые проявления сердечной деятельности. Происхождение тонов сердца и их связь с фазами сердечного цикла.
5. Проводящая система сердца, ее строение. Электрокардиограмма.
6. Классификация и роль различных кровеносных сосудов. Строение сосудистой стенки артерий, вен, капилляров. Основные принципы гемодинамики.
7. Кровяное давление, факторы, его обуславливающие. Методы определения кровяного давления. Возрастные изменения величины кровяного давления, скорости движения крови и времени кругооборота.
8. Показатели сердечной деятельности: частота сердечных сокращений, систолический объем, минутный объем крови, их изменение с возрастом.
9. Регуляция деятельности сердца. Рефлекторная и гуморальная регуляция тонуса сосудов.

Тема 8. Строение, функции и возрастные особенности пищеварительной и выделительной систем и системы крови. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о пищеварении, его этапы. Виды пищеварения. Понятие о физической и химической переработке пищи, всасывании. Роль ферментов в пищеварении.
2. Понятие о питательных веществах. Состав основных групп продуктов питания, их энергетическая ценность.
3. Физиологическое обоснование норм и режима питания детей и подростков.
4. Концепция полноценного, рационального, сбалансированного питания. Гигиенические требования, предъявляемые к питанию детей и подростков.
5. Строение органов пищеварения с возрастными особенностями.
6. Переваривание пищи в ротовой полости.
7. Переваривание пищи в желудке.
8. Переваривание и всасывание питательных веществ в тонком кишечнике.
9. Пищеварительные процессы в толстом кишечнике.

10. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении.

Тема 9. Возрастные особенности обмена веществ и энергии (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие об обмене веществ и энергии. Основные этапы обмена веществ в организме. Биологическое значение обмена веществ и энергии в организме.
2. Обмен белков. Особенности процессов ассимиляции и диссимиляции белков в зависимости от возраста и состояния организма. Азотистое равновесие. Нормы потребления белков у детей разного возраста.
3. Возрастные особенности метаболизма жиров. Нормы потребления пищевых жиров животного и растительного происхождения у детей разного возраста.
4. Особенности углеводного обмена в разные возрастные периоды. Регуляция обмена углеводов. Нормы потребления углеводов.
5. Понятие об основном обмене. Его особенности у детей разного возраста. Методы определения основного обмена.
6. Общий (валовый) обмен энергии и его составляющие. Специфическое динамическое действие пищи. Рабочая прибавка и энергозатраты лиц разного возраста, различных профессий.
7. Значение воды и минеральных веществ в метаболизме. Витамины, их физиологическое значение и классификация. Водно- и жирорастворимые витамины, их характеристика. Значение витаминов для роста и развития детей.
8. Концепция полноценного, рационального, сбалансированного питания. Физиологическое обоснование норм и режима питания детей и подростков.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр (36 ч.)

Модуль 1. Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах (18 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Познакомиться с методиками оценки показателей, характеризующих уровень физического развития детей.
2. Подготовить отчет по результатам определения и оценки уровня физического развития.
3. Составить режим дня для школьника с учетом возрастного периода.

Модуль 2. Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем (18 ч.) Вид СРС:

Выполнение индивидуальных заданий

1. Познакомиться с методиками определения индивидуально-типологических особенностей высшей нервной деятельности детей.
2. Подготовить отчет по результатам определения индивидуально-типологических особенностей высшей нервной деятельности.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины

ОПК-6	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 1: Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах.
ОПК-6	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 2: Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОПК-6 формируется в процессе изучения дисциплин:

Адаптивное физическое воспитание в дошкольных образовательных организациях, Безопасность городской среды обитания, Безопасность жизнедеятельности, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии, Летняя педагогическая практика, Лечебная физическая культура и массаж, Медико-биологические основы выживания в экстремальных ситуациях, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп, Мини-футбол в школе, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Обеспечение безопасности образовательной организации, Олимпийское образование детей и молодежи, Организация занятий по спортивной борьбе с детьми школьного возраста, Организация занятий по фитнес-аэробике, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, Основы ВНД и психического здоровья детей, Основы научных исследований в области безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Особенности подготовки спортивного волонтера, Охрана труда на производстве и в учебном процессе, Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Пожарная безопасность, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре и плаванию в оздоровительных центрах, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Современные технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях, Теоретико-методические особенности применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, Теория и практика судейства соревнований по волейболу, Физическая культура в системе "Семья-школа", Физическое воспитание в сельских школах, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Экологические аспекты физической культуры и спорта, Эргономические основы безопасности жизнедеятельности.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	не зачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: основные закономерности роста и развития организма детей и подростков; общий план строения и закономерности функционирования организма человека; критические и сенситивные периоды развития ребенка; основные морфофункциональные особенности высшей нервной деятельности у детей и подростков; меры профилактики нарушений зрения и слуха у детей; меры предупреждения нарушений осанки. Демонстрирует умение свободно ориентироваться в анатомо-физиологической терминологии и пользуется ею; использовать функциональные пробы для определения и оценки основных показателей, характеризующих функциональное состояние систем органов.
Не зачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах

ОПК-6 готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

1. Назовите основные закономерности роста и развития ребенка
2. Дайте характеристику возрастной периодизации. Назовите критические периоды развития ребенка.
3. Объясните, в чем состоят индивидуальные типологические особенности ВНД детей?

4. Назовите условия организации учебного процесса для предупреждения переутомления учащихся

5. Назовите требования к режиму дня школьников

Модуль 2: Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем

ОПК-6 готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

1. Назовите меры профилактики нарушений зрения у детей

2. Назовите меры профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей

3. Назовите принципы рационального питания детей

4. Назовите основные функциональные пробы для оценки функционирования дыхательной системы

5. Назовите основные функциональные пробы для оценки функционирования сердечно-сосудистой системы

8.4. Вопросы промежуточной адресации

Первый семестр (Зачет, ОПК-6)

1. Дайте определение понятиям «рост» и «развитие». Назовите основные закономерности роста и развития организма. Пр продемонстрируйте методику определения роста стоя и сидя с использованием ростомера.

2. Раскройте роль мышечной активности в физическом и психическом развитии детей. Пр продемонстрируйте методику определения силы мышц сгибателей кисти с помощью динамометра.

3. Дайте характеристику возрастной периодизации. Назовите критические периоды развития ребенка.

4. Охарактеризуйте методы определения и оценки физического развития ребенка. Пр продемонстрируйте методику определения жизненной ёмкости легких с помощью спирометра.

5. Объясните закономерности изменения пропорций тела ребенка с возрастом. Произведите расчет индекса пропорциональности телосложения по индексу Пирке по заданным значениям роста.

6. Назовите общий план строения нервной системы. Опишите основные этапы развития головного мозга.

7. Зарисуйте схему строения нейрона. Назовите виды нейронов и выполняемые ими функции.

8. Сравните строение и функции разных видов нервных волокон. Изобразите схематично механизм проведения возбуждения по миелиновому и безмиелиновому волокну.

9. Расскажите о строении и функциональном значении спинного мозга. Покажите на рисунке серое и белое вещество спинного мозга, расскажите, чем оно образовано.

10. Опишите функции среднего и промежуточного мозга.

11. Расскажите о функциях продолговатого мозга, варолиева моста и мозжечка.

12. Назовите условия, при которых формируются условные рефлексы. В чем заключается основной механизм выработки условного рефлекса?

13. Зарисуйте схему рефлекторной дуги и назовите функции каждого отдела

14. Охарактеризуйте виды внутреннего торможения. Объясните, чем отличается внешнее торможение от внутреннего? Приведите примеры проявления внешнего индукционного торможения

15. Охарактеризуйте методы изучения психических особенностей ребенка и выявления типов высшей нервной деятельности

16. Назовите принципиальные отличия высшей и низшей нервной деятельности. Проведите сравнительный анализ условных и безусловных рефлексов

17. Охарактеризуйте основные типы ВНД (по И. П. Павлову). Какие показатели нервных процессов И. П. Павлов положил в основу деления ВНД на типы?

18. Объясните, в чем состоят индивидуальные типологические особенности ВНД детей и подростков? Дети с каким типом ВНД наиболее подвержены педагогическому воздействию?
19. Назовите факторы, влияющие на формирование второй сигнальной системы у ребенка. Перечислите и охарактеризуйте основные этапы развития речи ребенка
20. Перечислите основные функции опорно-двигательного аппарата.
21. Покажите на муляже отделы скелета и охарактеризуйте их строение.
22. Назовите этапы формирования осанки, причины нарушения этого процесса. Предложите мероприятия по профилактике нарушений осанки и сколиоза.
23. Покажите на муляже основные группы скелетных мышц. Расскажите, как происходит формирование двигательных качеств и навыков у детей разного возраста?
24. Назовите сенсорные системы организма человека. Перечислите основные отделы анализатора. Какие функции они выполняют?
25. Схематично изобразите структуру зрительного анализатора. Предложите эффективные меры профилактики нарушения зрения у детей.
26. Поясните, что такое «аккомодация» и как она изменяется с возрастом. Зарисуйте схему аккомодационного аппарата.
27. Поясните, что такое «рефракция» и как она изменяется с возрастом. Зарисуйте схему строения глазного яблока при близорукости и дальнозоркости и предложите меры для коррекции этих нарушений.
28. Раскройте роль слухового анализатора в формировании речи. Назовите основные причины, приводящие к нарушениям слуха.
29. Схематично изобразите структуру слухового анализатора. Охарактеризуйте механизм восприятия звуковых колебаний и формирования слуховых ощущений.
30. Проанализируйте, чем железы внутренней секреции отличаются от желез внешней секреции? Назовите классификации гормонов.
31. Раскройте роль вилочковой железы в становлении иммунной системы ребенка.
32. Поясните, какие железы внутренней секреции регулируют процесс полового созревания.
33. Уточните, какие железы внутренней секреции влияют на процессы роста, физического и психического развития ребенка.
34. Перечислите гормоны гипофиза и назовите их функции.
35. Опишите значение процесса дыхания для жизнедеятельности человека. Изобразите схематично последовательность прохождения воздуха через воздухоносные пути.
36. Назовите структурно-функциональную единицу легких. Опишите процессы, лежащие в основе газообмена в легких и в тканях.
37. Опишите механизм вдоха и выхода. Охарактеризуйте возрастные и половые отличия типов дыхания.
38. Назовите основные дыхательные объемы и емкости. Продемонстрируйте методику определения этих показателей с помощью спирометра.
39. Перечислите основные функции сердечно-сосудистой системы. Изобразите схематически круги кровообращения. Сравните структуру стенки артерий и вен.
40. Дайте морфологическую характеристику сердца детей и подростков. Опишите сердечный цикл, его фазы. Охарактеризуйте возрастные особенности ЭКГ детей и подростков.
41. Опишите механизм движения крови по сосудам. Дайте понятие о кровяном давлении, его возрастной динамике. Продемонстрируйте методику определения кровяного давления аускультативным методом Н. С. Короткова.
42. Охарактеризуйте количество и состав крови. Назовите причины возникновения и меры профилактики анемии у детей.
43. Рассчитайте значение систолического объема и минутного объема крови, продолжительности сердечного цикла по заданным значениям частоты сердечных сокращений, кровяного давления.

44. Покажите на муляже отделы желудочно-кишечного тракта. Назовите основные функции пищеварительной системы. Охарактеризуйте процессы обмена веществ в разные возрастные периоды.

45. Дайте физиологическое обоснование нормам и режиму питания детей и подростков. Назовите нормы потребления белков, жиров и углеводов у детей разного возраста.

46. Раскройте сущность понятия «школьная адаптация». Дайте характеристику адаптационных возможностей детей и подростков в критические периоды развития.

47. Опишите методы комплексной диагностики уровня функционального развития ребенка и готовности его к школе.

48. Объясните, какие происходят структурные изменения в костной системе с возрастом, под влиянием физических нагрузок.

49. Объясните, какая происходит структурная перестройка в мышечной системе с возрастом, под влиянием физических нагрузок

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета).

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами лабораторных и курсовых работ, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме– умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;

– творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют ус-
ному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

Контекстная учебная задача, проблемная ситуация, ситуационная задача, кейсовое за-
дание

При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических
задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творче-
ски планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически
правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использо-
вать в постановке и решении учебных задач;
- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учеб-
ных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, актив-
ное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Вайнер, Э.Н. Валеология [Электронный ресурс]: учебник / Э.Н. Вайнер. - 9-е изд. -
М.: Флинта, 2011. - 448 с. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

2. Варич, Л. А. Возрастная анатомия и физиология [Электронный ресурс] / Л. А. Варич,
Н. Г. Блинова. - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. - 168 с.. – Режим
доступа: <http://biblioclub.ru>

3. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: практикум по лаб. занятиям / сост. Н. А.
Мельникова, М. В. Лапшина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2013. - 95 с.

Лапшина, М. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный ресурс] :
учеб.пособие / М. В. Лапшина, Н. А. Мельникова ; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2013. -
электрон. опт. диск. - Режим доступа: <http://home.mordgpi.ru>

5. Ложкина, Н. И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие : в 2-х
ч. [Электронный ресурс] / Н. И. Ложкина, Т. М. Любошенко ; Министерство спорта Россий-
ской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. -
Омск: Издательство СибГУФК, 2013. - Ч. 2. - 272 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

6. Любошенко, Т.М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие : в 2-
х ч. [Электронный ресурс]/ Т.М. Любошенко, Н.И. Ложкина ; Министерство спорта, туризма и
молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет фи-
зической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2012. - Ч. 1. - 200 с. – Режим до-
ступа: <http://biblioclub.ru>

7. Мельникова, Н. А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учеб.пособие / Н. А.
Мельникова, М. В. Лапшина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2013. - 205 с.

8. Сапин, М. Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями дет-
ского организма): учебник для студ. образоват. учреждений сред.проф. образования / М. Р. Са-
пин, В. И. Сивоглазов. - 10-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 383 с.

9. Щанкин, А. А. Краткий курс лекций по возрастной анатомии и физиологии: учебное
пособие [Электронный ресурс] / А. А. Щанкин. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 58 с. –
Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

10. Щанкин, А.А. Возрастная анатомия и физиология: тесты [Электронный ресурс] / А.

А. Щанкин. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 85 с. – Режим доступа:
<http://biblioclub.ru>

Дополнительная литература

1. Лапшина, М. В. Анатомия и физиология нервной и сенсорной систем [Текст]: учеб. пособие / М. В. Лапшина, О. С. Шубина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2016. - 128 с.
2. Анатомия и физиология внутренних органов [Текст]: учеб. пособие / О. С. Шубина, Н. А. Дуденкова, В. С. Бардин; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2016. - 112 с.
3. Шубина, О. С. Анатомия и физиология [Текст]: учеб. пособие / О. С. Шубина, Н. А. Мельникова, М. В. Лапшина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2014. - 117 с.
4. Лапшина, М. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный ресурс]: учеб. пособие / М. В. Лапшина, Н. А. Мельникова; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2013. - электрон. опт. диск.
5. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: практикум по лаб. занятиям / сост. Н. А. Мельникова, М. В. Лапшина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2013. - 95 с.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://6years.net/index.php?newsid=5139> - Электронный анатомический атлас
2. <http://fiziol.org/> - Журнал «Физиология человека»

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию. Рекомендации по работе с литературой:
- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1С: Университет.

12.1 Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. SunRav BookOffice.WEB
4. 1С: Университет ПРОФ
5. ПО «Mirapolis Corporate University»
6. СДО MOODLE
7. BigBlueButton

12.2 Перечень информационных справочных систем

(обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система "ГАРАНТ"
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс»

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотека МГПИ (МероПро)
2. ЭБС «Университетская библиотека Онлайн»
3. ЭБС издательство «Лань»
4. ЭБС «Юрайт»
5. Научная педагогическая электронная библиотека
6. Научная электронная библиотека eLibrary.ru

Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

При изучении дисциплины используется интерактивный комплекс Flipbox для проведения презентаций и видеоконференций, система iSpring в процессе проверки знаний по электронным тест-тренажерам.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1С: Университет.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Оснащение аудиторий

1. Весы медицинские напольные РП-150МГ - 1 шт.
2. Модель глаза - 1 шт.
3. Модель почки в разрезе - 1 шт.
4. Модель структуры ДНК - 1 шт.
5. Рельефные таблицы - 15 шт.
6. Аппарат терапевтический «Матрикс-ВЛОК» - 1 шт.
7. Камера климатическая MLR-352Н - 1 шт.
8. Нитратомер/ рН-метр портативный - 1 шт.
9. Комплект микропрепаратов «Анатомия» - 1 шт.
10. Калориметр фотоэлектрический - 2 шт.
11. Термоанемометр - 1 шт.
12. Центрифуга лабораторная - 1 шт.
13. Эритрогеметр - 1 шт.
14. рН-метр с магнитной мешалкой - 1 шт.
15. Автоматический счетчик и анализатор - 1 шт.

16. Весы аналитические MSE225S - 1 шт.
17. Автоматический биохимический анализатор - 1 шт.
18. АРМ (компьютер в составе) - 1 шт.
19. Люксметр - 2 шт.
20. Дозиметр ДКГ - 4 шт.
21. Электрокардиограф ЭКЗТ - 2 шт.
22. Источник бесперебойного питания - 1 шт.
23. Аудиометр - 1 шт.
24. АРМ-24 в составе - 1 шт.
25. Интерактивная доска Elite - 1 шт.
26. Дистиллятор - 1 шт.
27. Скелет человека - 1 шт.
28. АРМ преподавателя (в составе: системный блок, монитор, МФУ Kyocera клавиатур
мышь, сетевой фильтр) - 1 шт.

**Мордовский государственный педагогический университет
имени М.Е. Евсевьева Карточка дисциплины БРС**

Дисциплина: **Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии**

Учебные годы изучения дисциплины: **2016 - 2017;**

Общее количество часов дисциплины: 72

Преподаватель (-и): Старший преподаватель Грызлова Лариса Владимировна;

Выпускающая кафедра: Кафедра Биологии, географии и методик обучения

Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки);

Группа (-ы): КДБ-116;

Курсы обуч.: 1;

Форма обучения: Очная

Объем курса: **Число модулей дисциплины - 2**

Вид нагрузки, контроля	Количество часов
Первый семестр	
Зачет	
Лекции	18,00
Практические	18,00
Самостоятельная работа	36,00

Модули дисциплины

Период контроля				
Номер модуля	Наименование модуля	Вес. коэф. модуля	Дата начала	Дата итоговой аттестации
	Вид нагрузки, контроля	Объем в академ. часах		
Первый семестр				
Модуль 1	Закономерности онтогенеза. Функции регуляторных систем на разных возрастных этапах	0,5	01.09.2016	24.11.2016
	Лекции	8		
	Практические	8		
	Самостоятельная работа	18		
Модуль 2	Строение и функции сенсорных, моторных и висцеральных систем	0,5	25.11.2016	30.12.2016
	Зачет			
	Лекции	10		
	Практические	10		
	Самостоятельная работа	18		

Факторы качества дисциплины

Период контроля						
Номер модуля	Наименование фактора качества	Вес. коэф. фактора	Кол. занятий (контр. мер.)	Макс. балл занятия	Макс. балл фактора	Примечание
Первый семестр						
Модуль 1	Посещение занятий	0,1	8	1	8	

Факторы качества дисциплины						
Период контроля						
Номер модуля	Наименование фактора качества	Вес. коэф. фактора	Кол. занятий (контр. мер.)	Макс. балл занятия	Макс. балл фактора	Примечание
	Отработка занятий		8	1	8	Вес. коэф. Отработки и Посещения зан-й равны.
	Контрольная аттестация	0,5	1	5	5	
	Выполнение индивидуального задания	0,2	2	5	10	
	Текущая аттестация	0,2	2	5	10	
Модуль 2	Посещение занятий	0,1	10	1	10	Вес. коэф. Отработки и Посещения зан-й равны.
	Отработка занятий		10	1	10	
	Контрольная аттестация	0,5	1	5	5	
	Выполнение индивидуального задания	0,2	2	5	10	
	Текущая аттестация	0,2	2	5	10	