**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)**

**федерального государственного бюджетного**

**образовательного учреждения высшего образования**

**«Оренбургский государственный университет»**

**(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ**

# Кафедра Безопасности жизнедеятельности и физической культуры

Рабочая программа

ДИСЦИПЛИНЫ

*«Б1.Д.Б.10 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»*

# Уровень высшего образования БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

*44.03.01 Педагогическое образование*

(код и наименование направления подготовки)

*Дошкольное образование*

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

# Квалификация

*Бакалавр*

# Форма обучения

*Заочная*

# г. Орск 2023

2090495

Рабочая программа дисциплины*«Б1.Д.Б.10 Возрастная анатомия, физиология и гигиена»*

рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры(ОГТИ)

*наименование кафедры*

протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_от "\_\_\_" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

Заведующий кафедрой

Кафедра безопасности жизнедеятельности и

физической культуры(ОГТИ) О.В. Даниленко

*наименование кафедры подпись расшифровка подписи*

*Исполнители:*

Доцент О.В. Даниленко

*должность подпись расшифровка подписи*

*должность подпись расшифровка подписи*

|  |
| --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Председатель методической комиссии по направлению подготовки  44.03.01 Педагогическое образование,  профиль «Дошкольное образование» Т.В. Диль-Илларионова  *наименование личная подпись расшифровка подписи*  Заведующий библиотекой М.В. Камышанова  *личная подпись расшифровка подписи*  Начальник ОИТ М.В. Сапрыкин  *личная подпись расшифровка подписи* |

|  |
| --- |
| © Даниленко О.В., 2023 |
| © Орский гуманитарно-  технологический институт  (филиал) ОГУ, 2023 |

## Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель (цели)** освоения дисциплины: данная дисциплина предназначена для формирования у студентов понятия о возрастных особенностях строения и функций детского организма, о особенностях ВНД (память, мышление, внимание) в разные возрастные периоды.

## Задачи:

В результате освоения дисциплины студент должен овладеть знаниями о возрастных особен- ностях строения и функций анатомических систем организма ребенка; должен иметь представления о механизмах регуляции функций, роста и развития ребёнка; уметь применять полученные знания о возрастных особенностях высшей нервной деятельности, в особенности мышления, внимания, па- мяти, речи, в построении образовательного процесса.

## Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Б1.Д.В.9 Основы педиатрии и гигиены, Б1.Д.В.11 Здоровьесберегающие технологии в образовании, Б1.Д.В.13 Доврачебная помощь при неотложных состояниях*

## Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код и наименование формируемых компетенций | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций |
| ОПК-3 Способен | ОПК-3-В-1 Проектирует | **Знать:** Возрастные, |
| организовывать | диагностируемые цели (требования к | психофизиологические и |
| совместную и | результатам) совместной и | индивидуальные особенности |
| индивидуальную | индивидуальной учебной и | учащихся |
| учебную и | воспитательной деятельности | **Уметь:** Осуществлять |
| воспитательную | обучающихся, в том числе с особыми | обучение, воспитание и |
| деятельность | образовательными потребностями, в | развитие с учетом социальных, |
| обучающихся, в том | соответствии с требованиями | возрастных, психофизических |
| числе с особыми | федеральных государственных | и индивидуальных |
| образовательными | образовательных стандартов | особенностей, в том числе |
| потребностями, в | ОПК-3-В-3 Формирует позитивный | особых образовательных |
| соответствии с | психологический климат в группе и | потребностей обучающихся. |
| требованиями | условия для доброжелательных | **Владеть:** Приемами и |
| федеральных | отношений между обучающимися с | методами обучения |
| государственных | учетом их принадлежности к разным |  |
| образовательных | этнокультурным, религиозным |  |
| стандартов | общностям и социальным слоям, а также |  |
|  | различных (в том числе ограниченных) |  |
|  | возможностей здоровья |  |

## Структура и содержание дисциплины

* 1. **Структура дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид работы | Трудоемкость,  академических часов | | |
| 1 семестр | всего | |
| **Общая трудоёмкость** | **108** | **108** | |
| **Контактная работа:** | **8,25** | **8,25** | |
| Лекции (Л) | 6 | 6 | |
| Практические занятия (ПЗ) | 2 | 2 | |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) | 0,25 | 0,25 | |
| **Самостоятельная работа:**   * *самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий;* * *подготовка к практическим занятиям;* * *подготовка к рубежному контролю и т.п.)* | **99,75** | **99,75** |  |
|  | |
| **Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный**  **зачет)** | **зачет** |  | |

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
| всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| Л | ПЗ | ЛР |
| 1 | Предмет и содержание курса. Общие закономерности роста и развития организма. | 12 |  |  |  | 12 |
| 2 | Возрастная периодизация. | 13 | 1 |  |  | 12 |
| 3 | Календарный и биологический возраст. | 12 |  |  |  | 12 |
| 4 | Наследственность и среда, их влияние на развитие детского организма. | 13 | 1 |  |  | 12 |
| 5 | Развитие регуляторных систем (гуморальной и нервной). | 13 | 1 |  |  | 12 |
| 6 | Изменение функции сенсорных, моторных, висцеральных систем на разных возрастных этапах. | 13 | 1 |  |  | 12 |
| 7 | Возрастные особенности обмена энергии и терморегуляции. | 17 | 1 | 2 |  | 14 |
| 8 | Закономерности онтогенетического развития опорно-двигательного аппарата. | 15 | 1 |  |  | 14 |
|  | Итого: | 108 | 6 | 2 |  | 100 |

## Содержание разделов дисциплины

1. **Предмет и содержание курса.** Общие закономерности роста и развития организма. Предмет и задачи возрастной анатомии и физиологии. Организм как целое. Закономерности онтогенетического развития. Понятие возрастной нормы. Соотношение процессов роста и развития организма человека. Смысл дифферецировочных процессов. Сроки развития и созревания детского организма. Количе- ственные и качественные изменения в деятельности физиологических систем. Энергетические затраты в процессе роста и развития. Понятие о «скачке роста». Темпы полового развития и биологически обу- словленная продолжительность жизни.

Рост и развитие костного скелета (череп, позвоночник, грудная клетка, скелет верхних конеч- ностей, скелет нижних конечностей). Физическое развитие (размеры и общий план строения тела; Связь физиологических функций с размерами и формами тела; Размеры тела и физические факторы; Влияние размеров тела на метаболизм вегетативные функции; Масса тела, скорость обменных про- цессов и «физиологическое время»; Оценка показателей физического развития; Возрастные изменения общего плана строения тела; Морфологические критерии биологического возраста; Компоненты

массы тела; Телосложение и конституция; Типология физического развития; Физическое развитие и двигательные возможности ребёнка; Часто встречающиеся отклонения в физическом развитии).

1. **Возрастная периодизация.** Младенчество (от 0 до 1 года). Рост и физическое развитие (Ско- рость роста. Скелетно-мышечная система. Мышечная активность. Зубы). Метаболизм и вегетативные функции (Основной обмен. Терморегуляция. Гормональный статус. Питание и пищеварение. Выдели- тельная функция. Кровообращение. Дыхательная система. Иммунитет. Развитие движений). Созрева- ние мозга и поведение (Период новорожденности. Первое полугодие жизни. Второе полугодие жизни.).

Ранний возраст (от 1 года до 3 лет). Рост и физическое развитие (Скорость роста. Скелетно- мышечная система. Мышечная активность. Зубы.). Метаболизм и вегетативные функции (Энергоза- траты. Основной обмен. Терморегуляция. Питание и пищеварение. Выделительная функция. Кровооб- ращение и дыхание. Иммунитет.) Развитие двигательных действий. Мозг и поведение (Структурно- функциональная организация мозга. Формирование познавательной деятельности. Внимание и эмо- циональная активность. Развитие речи.)

Дошкольный возраст (от 3 до 6 – 7 лет). Рост и физическое развитие (Скорость роста. Смена зубов. Скелетно-мышечная система. Конституция. Работоспособность и устойчивость к нагрузкам). Метаболизм и вегетативные функции (Обменные процессы. Дыхание. Кровоток. Терморегуляция. Им- мунитет. Двигательная деятельность.). Структурно-функциональная организация мозга и формирова- ние познавательной деятельности (Структурно-функциональная организация мозга. Формирование системы восприятия информации. Формирование внимания. Произвольная регуляция деятельности).

Младший школьный возраст (с 7 до 11 – 12 лет). Рост и физическое развитие (Скорость роста. Скелетно-мышечная система. Работоспособность). Метаболизм и вегетативные функции (Обменные процессы. Вегетативные системы. Согласованность функционирования систем энергообеспечения. Формирование произвольных движений). Мозг и поведение (Функциональное созревание мозга и си- стемная организация когнитивной деятельности. Электроэнцефалограмма как показатель функцио- нальной зрелости коры больших полушарий. Формирование процесса восприятия. Мозговая органи- зация внимания. Произвольное запоминание. Речь и мышление).

Подростковый и юношеский возраст. Нейрогуморальные механизмы полового созревания. Ха- рактеристика ростовых процессов, метаболизма и вегетативных функций на ранних стадиях полового созревания. II стадия полового созревания (Ростовые процессы. Скелетные мышцы. Кровообращение). III стадия полового созревания (Скачёк роста. Жироотложение. Кардиореспираторная система. Мышцы. Работоспособность. Периферическое кровообращение и терморегуляция). IV стадия поло- вого созревания (Ростовые процессы. Система дыхания. Система кровообращения. Скелетные мышцы. Работоспособность. Энергетика.). V стадия полового развития. (Физическое развитие. Вегетативные функции. Работоспособность. Организация движений. Структурно-функциональная организация мозга. Когнитивные процессы).

1. **Календарный и биологический возраст.** Календарный и биологический возраст, их соот- ношение, критерии определения биологического возраста на разных этапах онтогенеза.
2. **Наследственность и среда, их влияние на развитие детского организма**. Влияние наслед- ственность на здоровье и развитие детского организма. Факторы внешней среды, воздействующие на организм в процессе его жизнедеятельности, роста развития. Физические факторы (Температура; Гра- витация; Влажность; Инсоляция и другие формы электромагнитных излучений; Парциальное давле- ние атмосферных газов; Геомагнитные поля). Химические факторы (Состав атмосферного воздуха; Состав воды; Состав и качество пищи; Наличие токсических веществ). Биологические факторы (Внут- ривидовое и межвидовое взаимодействие; Паразитная и сапрофитная микрофлора; Паразитические животные организмы; Переносчики инфекционных заболеваний; Природные очаги инфекций и инва- зий; Детские болезни – форма адаптации организма). Социальные факторы. Сенситивные периоды развития ребёнка.
3. **Развитие регуляторных систем (гуморальной и нервной).** Структурно функцио- нальные изменения нервной системы детей и подростков. Процесс миелинизации. Возрастные ана- томо-морфологические особенности желез внутренней секреции. Функция желез внутренней секреции в становлении и развитии организма детей и подростков. Особенности пубертатного периода.
4. **Изменение функции сенсорных, моторных, висцеральных систем на разных возраст- ных этапах.** Изменения функций висцеральных систем организма на разных возрастных этапах (сер- дечно-сосудистая система, система крови, система пищеварения, моче – выделительная система, си- стема органов дыхания). Изменения функций сенсорных систем организма на разных возрастных эта- пах (зрительной, слуховой, вестибулярного аппарата, вкусового, зрительного и обонятельного

анализаторов, кожный анализатор, проприо- и интерорецепция). Изменения функций моторных си- стем организма на разных возрастных этапах.

1. **Возрастные особенности обмена энергии и терморегуляции**. Возрастные особенности обменных процессов (катаболизм, анаболизм). Особенности теплопродукции и терморегуляции в про- цессе роста и развития ребёнка
2. **Закономерности онтогенетического развития опорно-двигательного аппарата.** Воз- растные особенности развития осевого скелета и скелета конечностей. Изменение строения, структуры и состава костей детей. Возрастные особенности развития скелетных мышц.

## Практические занятия (семинары)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № занятия | № раздела | Тема | Кол-во часов |
| 1 | 7 | Возрастные особенности обмена энергии и терморегуляции. | 2 |
|  |  | Итого: |  |

1. **Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

## Основная литература

1. Ложкина, Н.И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный ресурс] : учебное пособие

: в 2-х ч. / Н.И. Ложкина, Т.М. Любошенко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013.

- Ч. 2. - 272 с. – Режим доступа : <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274682>

1. 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://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232821>
2. Власова, И. А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебно-методическое пособие / И. А. Власова, Г. Я. Мартынова ; Челябинская государственная академия культуры и искусств. – Челябинск : Челябинская государственная академия культуры и искусств, 2014. – 136 с. : ил. – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492730 .

## Дополнительная литература

1. Петренко, В.М. Развитие человека: вопросы развития в анатомии человека [Электронный ресурс] / В.М. Петренко. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 165 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5- 4475-4023-4 – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344683>
2. Фомина, Е.В. Физическая антропология: дыхание, кровообращение, иммунитет [Электронный ре- сурс] : учебное пособие по физиологии для бакалавриата / Е.В. Фомина, А.Д. Ноздрачев ; Министер- ство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный уни- верситет. - 2-е изд. - Москва : МПГУ, 2017. - 188 с. : ил., схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5- 4263-0480-2 – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472085>

## Периодические издания

* 1. Основы безопасности жизнедеятельности (Россия). Печатная версия архив 2008-2010г.
  2. Официальные документы в образовании (Россия) (16+) архив 20008-2016г.
  3. Охрана труда и пожарная безопасность в образовательных учреждениях (Россия). Печатная версия архив 2018- 2021г.

## Интернет-ресурсы

* + 1. **Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

1. Oxford University Press - <http://archive.neicon.ru/>Доступсвободный
2. Научная библиотека - <http://niv.ru/>Доступ свободный
3. eLIBRARY.RU **-** [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru/) Доступ свободный. Необходима индивидуальная регистра- ция в локальной сети вуза.

ный

1. Базы данных ИНИОН РАН - <http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/>Доступ свобод-
2. КиберЛенинка - https://cyberleninka.ru/ Доступ свободный

## Тематическиепрофессиональные базы данных и информационные справочные системы:

* 1. Фундаментальная электронная библиотека – <http://feb-web.ru/>
  2. Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности - <http://www.maneb.ru/>
  3. Medline **-** https://[www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/)

## Электронные библиотечные системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» – <http://www.biblioclub.ru/>После регистрации до- ступ возможен из любой точки сети Интернет.
2. ЭБС «Руконт» <http://rucont.ru/>После регистрации доступ возможен из любой точки сети Ин- тернет.

## Дополнительные Интернет-ресурсы

1. <http://meduniver.com/Medical/Physiology/>- Физиология.
2. <http://www.e-anatomy.ru/>- Анатомия.
3. <http://elibrary.ru/issues.asp?id=8254>Электронный журнал «Физиология человека».
4. [**http://human-physiology.ru/**](http://human-physiology.ru/) - Физиология человека.

**5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тип программного обеспечения | Наименование | Схема лицензирования, режим доступа |
| Операционная система | РЕД ОС «Стандартная» для Рабочих станций | Образовательная лицензия от 11.07.2022 г. на 3 года для 240 рабочих мест в рамках соглашения о сотрудничестве с ООО «Ред Софт» № 305/06-22У от 28.06.2022 г. |
| Офисный пакет | LibreOffice | Свободное ПО, <https://libreoffice.org/download/license/> |
| Комплекс программ для создания тестов, организации онлайн  тестирования и предоставления  доступа к учебным материалам | SunRav WEB Class | Лицензионный сертификат от 12.02.2014 г., сетевой доступ через веб-браузер к корпоративному порталу http://sunrav.og-ti.ru/ |
| Интернет-браузер | Chromium | Свободное ПО, <https://www.chromium.org/Home/> |
| Яндекс Браузер | Бесплатное ПО, <https://yandex.ru/legal/browser_agreement/> |

1. **Материально-техническое обеспечение дисциплины**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование помещения | Материальное-техническое обеспечение |
| Учебные аудитории 2-401:   * для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, * для групповых и индивидуальных консультаций; * для текущего контроля и | Учебная мебель, классная доска, мультимедийное оборудование (проектор, экран, ноутбук с выходом в сеть «Интернет») |

|  |  |
| --- | --- |
| промежуточной аттестации |  |
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)- аудитория 1-314 | Учебная мебель, компьютеры с выходом в сеть  «Интернет»и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, программное  обеспечение |

Для проведения занятий лекционного типа используются следующие наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядные пособия:

- презентации к курсу лекций.