Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 11.08.2025 15:53:45
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра биологии, экологии и методики обучения

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____ Н.Н. Кислова

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ МОДУЛЬ
Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии, экологии и методики обучения**

Учебный план ФФКС-б25Пз(4г6м)
Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): «Физическая культура»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 8
самостоятельная работа 64

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	**1(1.1)**		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	2	2	2	2
Практические	6	6	6	6
В том числе инт.	2	2	2	2
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	64	64	64	64
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

Аветисян Владимир Рудольфович, Семенов Александр Алексеевич

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 121

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): «Физическая культура»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 21.03.2025 г. протокол №9

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Биологии, экологии и методики обучения

Протокол от 27.05.2025 №10
Зав. кафедрой А.А. Семенов

Начальник УОП


_____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: формирование представлений о возрастной анатомии, физиологии и культуре здоровья.
Задачи изучения дисциплины:
1) изучить основы возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья.
2) освоить способы использования знаний по возрастной анатомии, физиологии и культуре здоровья в педагогической деятельности.
Область профессиональной деятельности: 01 Образование и наука

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.О.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

Физическая культура

Психология

Педагогика

2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Основы медицинских знаний

Безопасность жизнедеятельности

Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

Знает: общие закономерности роста и развития, способы оценки здоровья детей и подростков; регуляторные системы организма и их возрастные особенности; особенности обмена веществ, терморегуляции, висцеральных систем, сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, высшей нервной деятельности на разных возрастных этапах; психофизиологические аспекты поведения ребенка; становление коммуникативного поведения; критерии определения уровня функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе; нормы здорового образы жизни;
Умеет: оценивать здоровье детей и подростков; определять уровень функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе.

ПК-1 Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету

ПК-1.2 Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности

Умеет: использовать знания по возрастной анатомии, физиологии и культуре здоровья в педагогической деятельности.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Теоретические и практические вопросы возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья			
1.1	Предмет и содержание дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». Общие закономерности роста и развития. Оценка здоровья детей и подростков /Лек/	1	2	0
1.2	Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая системы на разных возрастных этапах /Ср/	1	20	0
1.3	Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая системы на разных возрастных этапах /Пр/	1	2	0
1.4	Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, мочеполовой аппарат и ВНД на разных возрастных этапах возрастных этапах /Ср/	1	22	0
1.5	Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, мочеполовой аппарат и ВНД на разных возрастных этапах возрастных этапах /Пр/	1	2	2
1.6	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья /Ср/	1	22	0
1.7	Контрольное тестирование по курсу «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» /Пр/	1	2	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

1 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

Раздел 1. Теоретические и практические вопросы возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья

Лекция № 1 (2 часа)

Предмет и содержание дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». Общие закономерности роста и развития. Оценка здоровья детей и подростков

Вопросы и задания
1. Основные понятия возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья, ее значение для педагога.
2. Зарождение возрастной анатомии, физиологии и школьной гигиены.
3. Организм как целое.

4. Особенности роста и развития в онтогенезе. Возрастная периодизация.
5. Критические периоды развития.
6. Здоровье детей и подростков, критерии его оценки.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая системы на разных возрастных этапах

Вопросы и задания

1. Химический состав, строение, рост и возрастные особенности костей.
2. Строение, функции и возрастные особенности скелета.
3. Строение и работа мышц. Возрастные особенности мышечной системы.
4. Влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.
5. Пищеварительная система, ее строение, функционирование и возрастные особенности.
6. Дыхательная система, ее строение, функционирование и возрастные особенности.
7. Состав крови, его возрастные особенности.
8. Сердечно-сосудистая система, ее строение, функционирование и возрастные особенности.
9. Гигиена пищеварительной, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, мочеполовой аппарат и ВНД на разных возрастных этапах возрастных этапах

Вопросы и задания

1. Нервная система, ее строение, функционирование и возрастные особенности.
2. Эндокринный аппарат, его строение, функционирование и возрастные особенности.
3. Обмен веществ и энергии, терморегуляция, их возрастные особенности.
4. Анализаторы, их строение, функционирование и возрастные особенности.
5. Мочеполовой аппарат, его строение, функционирование и возрастные особенности.
6. Гигиена нервной системы, органов зрения и слуха и мочелолового аппарата.
7. Нормы здорового образа жизни.
8. Понятие о высшей нервной деятельности.
9. Возрастные особенности ВНД.
10. Психофизиологические аспекты поведения ребенка.
11. Становление коммуникативного поведения.
12. Критерии определения уровня функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе.

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Контрольное тестирование по курсу «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»

Вопросы и задания

1. Предмет и содержание дисциплины «Возрастная анатомия и физиология».
2. Общие закономерности роста и развития. Оценка здоровья детей и подростков.
3. Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная и дыхательная системы на разных возрастных этапах.
4. Кровь, сердечно-сосудистая система и мочеполовой аппарат на разных возрастных этапах.
5. Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, ВНД, обмен веществ и энергии, терморегуляция на разных возрастных этапах.
6. Нормы здорового образа жизни.

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая системы на разных возрастных этапах	Подготовка к практическому занятию с использованием лекционного материала и учебной литературы	Не предусмотрено
2	Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, мочеполовой аппарат и ВНД на разных возрастных этапах возрастных этапах	Подготовка к практическому занятию с использованием лекционного материала и учебной литературы	Не предусмотрено
3	Контрольное тестирование по курсу «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»	Подготовка к контрольному тестированию	Не предусмотрено

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Опорно-двигательный аппарат на разных возрастных этапах. Пищеварительная и дыхательная системы на разных возрастных этапах. Кровь, сердечно-сосудистая система и мочеполовой аппарат на разных возрастных этапах.	Подготовка сообщения по избранной обучающимся теме	Сообщение

2	Нервная система и анализаторы на разных возрастных этапах. Эндокринный аппарат, обмен веществ и энергии, терморегуляция на разных возрастных этапах. Высшая нервная деятельность на разных возрастных этапах	Подготовка сообщения по избранной обучающимся теме	Сообщение

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, интерактивные технологии

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Дата обращения к электронным учебным изданиям, электронным образовательным ресурсам, современным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Апчел, В. Я.	Основы возрастной анатомии и физиологии: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=691654	Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2021

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Щанкин, А. А.	Краткий курс лекций по возрастной анатомии и физиологии: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577657	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019
Л2.2	Щанкин, А. А.	Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577666	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. Оснащенность: меловая доска-1шт., комплект учебной мебели, переносной или стационарный компьютер-1шт., переносной или стационарный проектор-1шт., переносной или стационарный экран-1шт.
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы. Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, письменный стол-4 шт., парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю. Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах. Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»

Курс 1 Семестр 1

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Теоретические и практические вопросы возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья»			
Текущий контроль по разделу:		48	70
1	Аудиторная работа	40	50
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	8	8
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	0	12
Контрольное мероприятие по разделу		8	15
Промежуточный контроль		56	85
Промежуточная аттестация		0	15
Итого:		**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Теоретические и практические вопросы возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья»			
1	Аудиторная работа	Работа на лекции (1 лекция х 5 баллов = 5 баллов). Критерии оценки: работал на лекции – 5 баллов; не был на лекции, но сделал конспект – 3 балла; не был на лекции и нет конспекта – 0 баллов. Работа на практических занятиях (3 занятия х 15 баллов = 45 баллов). Критерии оценки: активно работал на занятии, все задания выполнены верно и своевременно – 15 баллов; активно работал на занятии, все задания выполнены верно, но есть незначительные замечания – 12 баллов; активно работал на занятии, задания в основном выполнены верно, но есть серьезные замечания – 10 баллов; работал на занятии не очень активно, выполнены не все задания – 8 баллов; был пассивен, выполнены не все задания – 5 баллов; на занятии не работал или отсутствовал – 0 баллов.	Темы для изучения: 1. Предмет и содержание дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». Общие закономерности роста и развития. Оценка здоровья детей и подростков 2. Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая системы на разных возрастных этапах 3. Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, мочеполовой аппарат и ВНД на разных возрастных этапах возрастных этапах. Образовательные результаты: Знает: общие закономерности роста и развития, способы оценки здоровья детей и подростков; регуляторные системы организма и их возрастные особенности; особенности обмена веществ, терморегуляции, висцеральных систем, сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, высшей нервной деятельности на разных возрастных этапах; психофизиологические аспекты поведения ребенка; становление коммуникативного поведения; критерии определения уровня функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе; нормы здорового образы жизни; Умеет: оценивать здоровье детей и подростков; определять уровень функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Подготовка к двум практическим занятиям, проработка лекционного материала, изучение литературы и ресурсов сети Интернет (2 занятия х 4 балла = 8 баллов). Критерии оценки: готов к занятию – 4 балла; готов к занятию частично – 2 балла; не готов к занятию – 0 баллов.	Темы для изучения: 1. Опорно-двигательный аппарат, пищеварительная, дыхательная, сердечно-сосудистая системы на разных возрастных этапах 2. Нервная система, эндокринный аппарат, анализаторы, мочеполовой аппарат и ВНД на разных возрастных этапах возрастных этапах 3. Контрольное тестирование по курсу «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» Образовательные результаты:

			Знает: общие закономерности роста и развития, способы оценки здоровья детей и подростков; регуляторные системы организма и их возрастные особенности; особенности обмена веществ, терморегуляции, висцеральных систем, сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, высшей нервной деятельности на разных возрастных этапах; психофизиологические аспекты поведения ребенка; становление коммуникативного поведения; критерии определения уровня функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе; нормы здорового образы жизни;
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Подготовка сообщения по избранной теме. Критерии оценки: подготовил сообщение, доложил его, отобрал главное для записей в рабочих тетрадях, подготовил вопросы, опросил однокурсников 12 баллов; подготовил сообщение, доложил его 8 баллов; подготовил сообщение, но не доложил его – 5 баллов; сообщение не подготовил – 0 баллов.	Темы для изучения: Опорно-двигательный аппарат на разных возрастных этапах. Пищеварительная и дыхательная системы на разных возрастных этапах. Кровь, сердечно-сосудистая система и мочеполовой аппарат на разных возрастных этапах. Нервная система и анализаторы на разных возрастных этапах. Эндокринный аппарат, обмен веществ и энергии, терморегуляция на разных возрастных этапах. Высшая нервная деятельность на разных возрастных этапах. Образовательные результаты: Знает: общие закономерности роста и развития, способы оценки здоровья детей и подростков; регуляторные системы организма и их возрастные особенности; особенности обмена веществ, терморегуляции, висцеральных систем, сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, высшей нервной деятельности на разных возрастных этапах; психофизиологические аспекты поведения ребенка; становление коммуникативного поведения; критерии определения уровня функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе; нормы здорового образы жизни;
Контрольное мероприятие по разделу		Контрольное тестирование по курсу «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». Задания открытого и закрытого типов. Критерии оценки: за каждое закрытое задание с выбором одного верно ответа – 0,5 балла; за каждое задание с множественным выбором, а также на соответствия и на последовательность – 1 балл; за каждое открытое задание с кратким ответом – 1 балла; за открытое задание с развернутым ответом – 3 балла (полный ответ – 3 балла, есть незначительные замечания – 2 балла, имеются грубые ошибки – 1 балл, ответ неверный или отсутствует – 0 баллов).	Темы для изучения: Предмет и содержание дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». Общие закономерности роста и развития. Здоровье детей и подростков, его оценка. Опорно-двигательный аппарат на разных возрастных этапах. Пищеварительная и дыхательная системы на разных возрастных этапах. Кровь, сердечно-сосудистая система и мочеполовой аппарат на разных возрастных этапах. Нервная система и анализаторы на разных возрастных этапах. Эндокринный аппарат, обмен веществ и энергии, терморегуляция на разных возрастных этапах. Высшая нервная деятельность на разных возрастных этапах. Образовательные результаты: Знает: общие закономерности роста и развития, способы оценки здоровья детей и подростков; регуляторные системы организма и их возрастные особенности; особенности обмена веществ, терморегуляции, висцеральных систем, сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, высшей нервной деятельности на разных возрастных этапах; психофизиологические аспекты поведения ребенка; становление коммуникативного поведения; критерии определения уровня функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе; нормы здорового образы жизни; Умеет: оценивать здоровье детей и подростков; определять уровень функционального развития и готовности ребенка к обучению в школе. Умеет: использовать знания по возрастной анатомии, физиологии и культуре здоровья в педагогической деятельности.
Промежуточный контроль (количество баллов)		Максимальное количество баллов – 85, минимальное – 56.	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	