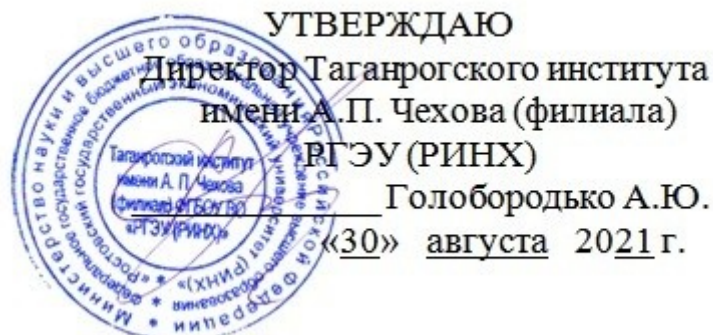


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»



Рабочая программа дисциплины
Физиология и гигиена профессиональной деятельности

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) 44.03.05.35 Биология и Безопасность жизнедеятельности

Для набора 2019,2020 года

Квалификация
Бакалавр

КАФЕДРА естествознания и безопасности жизнедеятельности

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 6 (3.2) | | Итого | |
|---|---------|----|-------|----|
| | Неделя | | | |
| Вид занятий | УП | РП | УП | РП |
| Лекции | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Практические | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Итого ауд. | 32 | 32 | 32 | 32 |
| Контактная работа | 32 | 32 | 32 | 32 |
| Сам. работа | 40 | 40 | 40 | 40 |
| Итого | 72 | 72 | 72 | 72 |

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 30.08.2021 протокол № 1.

Программу составил(и): _____

Зав. кафедрой: Подберезный В. В.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|-----|--|
| 1.1 | Формирование представлений о возрастных особенностях функционирования |
| 1.2 | физиологических систем; Формирование представлений о физиологической основе режима дня, |
| 1.3 | гигиенических требованиях у организации учебного процесса; Формирование навыков применения мер профилактики нарушений работы |
| 1.4 | физиологических систем |

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| |
|--|
| ПКО-4.1: Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся |
| ПКО-4.2: Применяет меры профилактики детского травматизма |
| ПКО-4.3: Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе |
| УК-3.1: Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения |
| УК-3.2: Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия |
| УК-3.3: Демонстрирует навыки работы с институтами и организациями в процессе осуществления социального взаимодействия |

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

| |
|--|
| Знать: |
| основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека; – основные закономерности роста и развития организма человека; – строение и функции систем органов здорового человека; – физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; – возрастные анатомо-физиологические особенности; – влияние процессов физиологического созревания на его физическую и психическую работоспособность, поведение; – гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; – основы профилактики инфекционных заболеваний; – гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы |
| Уметь: |
| Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития; Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья; оценивать факторы внешней среды с точки зрения их влияния на функционирование и развитие организма человека |
| Владеть: |
| проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний; учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса |

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература |
|-------------|---|----------------|-------|---|--|
| | Раздел 1. Предмет и содержание курса. Общие закономерности роста и развития | | | | |
| 1.1 | Понятие об анатомии, физиологии и гигиене. Значение курса в подготовке педагога /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |

| | | | | | |
|--|--|---|---|---|--|
| 1.2 | «Ученые и их вклад в развитие анатомии, физиологии и гигиены» /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 1.3 | Изменение пропорций тела с возрастом. 2. Схема строения нервной системы. 3. Симпатическая и парасимпатическая нервная система. 4. Головной мозг человека. 5. Эндокринная система. /Ср/ | 6 | 6 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| Раздел 2. Гуморальная и нервная организация функций организма | | | | | |
| 2.1 | Анатомия и физиология желез внутренней секреции /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 2.2 | Эндокринные железы и их значение Свойства и значение гормонов /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 2.3 | Эндокринная система. Обонятельный и вкусовой анализаторы. Двигательный анализатор. Слуховой анализатор. Зрительный анализатор. Кожа и кожный анализатор. /Ср/ | 6 | 6 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| Раздел 3. Высшая нервная деятельность | | | | | |
| 3.1 | Общее представление о ВНД Рефлексы: понятие, классификация, торможение /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|--|
| 3.2 | Нейрофизиологические основы поведения человека Особенности и условия выработки условных рефлексов /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 3.3 | Схема образования условного рефлекса и внешнего торможения. Типы высшей нервной деятельности. /Ср/ | 6 | 6 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| Раздел 4. Гигиена учебно-воспитательного процесса в школе Основы физиологии и гигиены умственного труда и творческих занятий | | | | | |
| 4.1 | Работоспособность и её динамика Факторы развития утомления. Профилактика утомления /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 4.2 | Гигиеническая оценка школьного расписания /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 4.3 | Гигиеническая оценка школьных учебников /Ср/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 4.4 | Режим дня и его гигиеническое значение /Ср/ | 6 | 4 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| Раздел 5. Анатомо-физиологические особенности систем и органов | | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|---|---|---|--|
| 5.1 | Морфофункциональные особенности и гигиена опорно-двигательного аппарата /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.2 | Общий план строения и значение опорно-двигательного аппарата Строение скелета Развитие скелета и мышц в онтогенезе /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.3 | Кровь. Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой системы /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.4 | Строение сердца. Кровообращение. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.5 | Анатомия, физиология и гигиена органов дыхания /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.6 | Строение и функции органов дыхания Развитие дыхательной системы в онтогенезе /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.7 | Анатомия и физиология органов пищеварения. Обмен веществ и энергии /Лек/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |

| | | | | | |
|------|--|---|----|---|--|
| 5.8 | Общий план строения и функции пищеварительной системы Пищеварительные железы и их значение /Пр/ | 6 | 2 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.9 | Скелет человека. Скелет человека и кровеносная система. Строение костей и типы их соединения. Мышцы человека. Следите за осанкой. Типы осанок. Отпечатки стопы. Форма ног при рахите. Кровеносная система. Строение сердца человека. Схема кровообращения. Гортань и органы дыхания. Схема пищеварения. Режим питания школьника. Выделительная система. Схема проведения закаливающих процедур. Гигиена одежды и обуви /Ср/ | 6 | 16 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |
| 5.10 | /Зачёт/ | 6 | 0 | ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Л3.2 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Л3.7 Л3.8 |

4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|--|--|---|----------|
| Л1.1 | Федоренко | Психологическое здоровье в условиях школы: Психопрофилактика эмоционального напряжения: Материалы для специалиста образоват. учреждения | СПб.: КАРО, 2003 | 0 |
| Л1.2 | Лободин В. Т., Лавренова Г. В., Лободина С. В. | Как сохранить здоровье педагога | М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005 | 0 |
| Л1.3 | Митина Л. М., Митин Г. В., Анисимова О. А. | Профессиональная деятельность и здоровье педагога: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений | М.: Академия, 2005 | 0 |
| Л1.4 | Быков | Здоровье и самоконтроль функционального состояния студентов в педагогическом вузе: учеб.-метод. пособие для студентов пед. вузов по курсу "Физическая культура" | Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та, 2009 | 0 |

5.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|--|---|---|----------|
| Л2.1 | под. ред. Л. А. Турик ; [редкол.: Л. А. Гутерман [и др.] | Здоровье в образовании: сб. материалов Обл. науч.-практ. конф., Ростов н/Д, 27-28 апр. 2011 г. | Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та, 2011 | 0 |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|--|---|---|----------|
| Л2.2 | Глоzman, Жанна Марковна | Общение и здоровье личности: Учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению и спец. психологии | М.: Академия, 2002 | 10 |
| Л2.3 | Лободин, В. Т., Лавренова, Г. В. | Как сохранить здоровье педагога | М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005 | 4 |
| Л2.4 | Митина, Л. М., Митин, Г. В. | Профессиональная деятельность и здоровье педагога: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений | М.: Академия, 2005 | 17 |
| Л2.5 | Быков, Николай Данилович | Здоровье и самоконтроль функционального состояния студентов в педагогическом вузе: учеб.-метод. пособие для студентов пед. вузов по курсу "Физическая культура" | Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та, 2009 | 40 |
| Л2.6 | Подберёзный, Владимир Васильевич, Дорофеева, Г. А. | Человек и его здоровье: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений: по курсу "Основы здорового образа жизни" | Таганрог: Изд-во Таганрог. ин-та им. А. П. Чехова, 2015 | 6 |

5.3. Методические разработки

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-----|---------------------------------|--|--|---|
| Л.1 | | Принципы здоровьесберегающего образования и их реализация в условиях педагогического процесса школы: методические указания для студентов и учителей: учебно-методическое пособие | Москва: ФЛИНТА, 2016 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83456 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л.2 | Покровский В. И. | Жизнь без опасностей: здоровье, профилактика, долголетие: журнал | Москва: Велт, 2009 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=98792 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л.3 | Айдаркин Е. К., Иваницкая Л. Н. | Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии: учебное пособие | Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2008 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240909 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л.4 | Почкаева Е. И., Попова Т. В. | Безопасность окружающей среды и здоровье населения: учебное пособие | Ростов-на-Дону: Феникс, 2013 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271507 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л.5 | Бомин, В. А., Сухина, К. В. | Здоровьесберегающие технологии в сохранении и формировании здоровья студентов: учебно-методическое пособие | Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма, Иркутская государственная сельскохозяйственная академия, 2011 | http://www.iprbookshop.ru/15684.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л.6 | Гараева, Е. А. | Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании: учебное пособие | Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2013 | http://www.iprbookshop.ru/30107.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-----|--|---|---|---|
| Л.7 | Цибульников, В. Е. | Профессиональное здоровье работников образования: учебно-методический комплекс дисциплины | Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016 | http://www.iprbookshop.ru/72509.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л.8 | Цибульников, В. Е., Леванова, Е. А., Леванова, Е. А. | Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов | Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017 | http://www.iprbookshop.ru/75815.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

5.4. Перечень программного обеспечения

5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.