

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета  
физической культуры и спорта  
доцент П.В. Левин

  
«30» августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»**

Уровень основной образовательной программы – бакалавриат

Направление подготовки - 44.03.01. Педагогическое образование

Профиль подготовки – Физическая культура

Форма обучения – очная

Сроки освоения ОПОП – нормативный (4 года)

Квалификация - бакалавр

Факультет – Физической культуры и спорта

Кафедра – Медико-биологических и психологических основ физического  
воспитания

Рязань, 2019

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения дисциплины «Основы гигиены детей и подростков» являются: формирование у студентов компетенций в области знаний о влиянии факторов внешней среды на здоровье и функциональное состояние растущего организма при организации учебного процесса и физического воспитания, выработка исследовательских и практических навыков и умений, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и подростков на основе современных гигиенических принципов и норм.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

2.1. Дисциплина «Основы гигиены детей и подростков» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 – Б1.В.ДВ.17

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- Анатомия
- Общая и возрастная физиология;
- Основы возрастной морфологии.

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- Медико-биологический контроль:
- Основы здорового образа жизни;
- Теория и организация АФК
- Методические аспекты АФК;
- Производственная практика – Педагогическая практика

## 2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общекультурных (ОК) (общепрофессиональных- ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Индекс компетенции	Содержание компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине		
			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть
1	<b>ОК-6</b>	- способность к самоорганизации и самообразованию	-предмет и задачи школьной гигиены; -физиолого-гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков; -гигиену среды развития детей и подростков.	-использовать гигиенические знания с целью организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательных учреждениях в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами; -использовать средства и методы формирования здорового образа жизни в процессе роста и развития; -формировать физическую активность детей и подростков, здоровый стиль жизни на основе гигиенических знаний;	-навыками применения различных гигиенических факторов для формирования среды развития, обучения и воспитания детей и подростков; -навыками формирования основ здорового образа жизни; -навыками формирования высокой двигательной активности у детей и подростков.
2	<b>ОПК-1</b>	- готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	-состояние здоровья детского населения на современном этапе; -факторы, влияющие на состояние здоровья детей; -основные тенденции в	-применять гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях с целью оздоровления и физического совершенствования детей и подростков;	-методами гигиенической оценки условий эксплуатации учреждений для детей и подростков; -способностью осуществлять практические мероприятия, направленные на сохранение

			<p>физическом развитии детей и подростков в России на современном этапе.</p>	<p>-планировать и проводить санитарно-гигиенические мероприятия по профилактике различных заболеваний.</p> <p>-применять на практике меры, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения</p>	<p>и укрепление здоровья подрастающего поколения: - навыками организации комплексного оздоровления детей, в частности, средствами и методами физической культуры.</p>
3	<b>ПКВ-2</b>	<p>способность организации занятий физическими упражнениями с учетом санитарно-гигиенических требований и норм</p>	<p>-основы формирования здорового образа жизни детей и подростков; -основные гигиенические средства и методы профилактики заболеваний; -способы и методы обеспечения санитарно-гигиенического благополучия детей и подростков;</p>	<p>-проводить санитарно-гигиеническую оценку условий обучения детей в общеобразовательных организациях; -правильно организовывать учебный процесс в общеобразовательных организациях; -осуществлять гигиеническое обучение и воспитание.</p>	<p>-навыками гигиенического воспитания и обучения в школе; -методами оценки физического развития детей и подростков; -навыками гигиенической оценки условий воспитания и обучения детей и подростков.</p>

## 2.5 Карта компетенций дисциплины.

КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ					
НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ Основы школьной гигиены					
Цель дисциплины		формирование у студентов компетенций в области знаний о влиянии факторов внешней среды на здоровье и функциональное состояние растущего организма при организации учебного процесса и физического воспитания, выработка исследовательских и практических навыков и умений, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и подростков на основе современных гигиенических принципов и норм.			
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Общекультурные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
ОК-6	способностью к самоорганизации и самообразованию	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-предмет и задачи школьной гигиены;</li> <li>-физиолого-гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков;</li> <li>-гигиену среды развития детей и подростков.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>--использовать гигиенические знания с целью организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательных учреждениях в соответствии с санитарно-</li> </ul>	<p>Лекции Лабораторные занятия, СРС</p>	<p>Индивидуальное собеседование. Устный контроль выполненных заданий для самостоятельной работы. Защита письменного отчета выполненной лабораторной работы. Защита реферата. Письменная контрольная работа. Зачет.</p>	<p><b>ПОРОГОВЫЙ:</b> владеет теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для обеспечения различных видов деятельности детей и подростков. <b>ПОВЫШЕННЫЙ:</b> Знает основные закономерности роста и развития детей и их гигиеническое значение. Способен к анализу и оценке факторов, влияющих на организм обучающихся. Владеет навыками применения санитарно-гигиенических требований в своей практической деятельности.</p>

		<p>гигиеническими нормами;  -использовать средства и методы формирования здорового образа жизни в процессе роста и развития;  -формировать физическую активность детей и подростков, здоровый стиль жизни на основе гигиенических знаний;  Владеть:  -навыками применения различных гигиенических факторов для формирования среды развития, обучения и воспитания детей и подростков;  -навыками формирования основ здорового образа жизни;  -навыками формирования высокой двигательной активности у детей и подростков.</p>			
Профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
ОПК-1	- готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к	Знать: -состояние здоровья детского населения на современном этапе;	Лекции Лабораторные занятия, СРС	Индивидуальное собеседование. Устный контроль выполненных	ПОРОГОВЫЙ: владеет навыками

	<p>осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);</p>	<p>-факторы, влияющие на состояние здоровья детей;  -основные тенденции в физическом развитии детей и подростков в России на современном этапе.  Уметь:  -применять гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях с целью оздоровления и физического совершенствования детей и подростков;  -планировать и проводить санитарно-гигиенические мероприятия по профилактике различных заболеваний.  -применять на практике меры, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения.  Владеть:  -методами гигиенической оценки условий эксплуатации учреждений для детей и подростков;  -способностью</p>		<p>заданий для самостоятельной работы.  Защита письменного отчета выполненной лабораторной работы.  Защита реферата.  Письменная контрольная работа.  Зачет.</p>	<p>гигиенического воспитания и обучения в школе Умеет разрабатывать, планировать и организовывать оздоровительную работу среди обучающихся с учетом современных гигиенических принципов и норм.  ПОВЫШЕННЫЙ:  эффективно владеет навыками гигиенической оценки условий окружающей среды, способен учитывать влияние факторов среды на развитие ребенка..</p>
--	---	---	--	--	--

		<p>осуществлять практические мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации комплексного оздоровления детей, в частности, средствами и методами физической культуры.</li> </ul>			
Профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
ПКВ-2	<p>способность организации занятий физическими упражнениями с учетом санитарно-гигиенических требований и норм</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-основы формирования здорового образа жизни детей и подростков;</li> <li>-основные гигиенические средства и методы профилактики заболеваний;</li> <li>-способы и методы обеспечения санитарно-гигиенического благополучия детей и подростков;</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проводить санитарно-гигиеническую оценку условий обучения детей в общеобразовательных организациях;</li> <li>-правильно организовывать учебный процесс в</li> </ul>	<p>Лекции Лабораторные занятия, СРС</p>	<p>Индивидуальное собеседование. Устный контроль выполненных заданий для самостоятельной работы. Защита письменного отчета выполненной лабораторной работы. Защита реферата. Письменная контрольная</p>	<p>ПОРОГОВЫЙ: _Знает основные понятия и термины, характеризующие состояние здоровья обучающихся, владеет основными методами и средствами по формированию у обучающихся навыков здорового образа жизни. Повышенный: Владеет навыками применения санитарно-гигиенических норм и правил при организации</p>



		<p>общеобразовательных организациях;  -осуществлять гигиеническое обучение и воспитание.  Владеть:  -навыками гигиенического воспитания и обучения в школе;  -методами оценки физического развития детей и подростков;  -навыками гигиенической оценки условий воспитания и обучения детей и подростков.</p>		<p>работа.  Зачет.</p>	<p>учебно-воспитательного процесса и физического воспитания в общеобразовательных учреждениях, проводить гигиеническое обучение и воспитание среди школьников и родителей по рациональному питанию, закаливанию, режиму дня и физической активности.</p>
--	--	--	--	----------------------------	--

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		№ 5	№6	№ 7	№ 8
		часов	часов	часов	часов
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) всего:	34	34			
В том числе:					
Лекции (Л)	16	16			
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)	18	18			
Самостоятельная работа студента (всего)	38	38			
В том числе					
<i>СРС в семестре</i>	38	38			
Курсовой проект (работа)	-				
			-		
Другие виды СРС:					
Подготовка к индивидуальному устному собеседованию по теоретическим разделам	8	8			
Подготовка к выполнению на занятии лабораторной работы	6	6			
Подготовка к защите выполненной на занятии лабораторной работы	8	8			
Подготовка к защите рефератов и презентаций	8	8			
Подготовка к письменной контрольной работе	8	8			
<i>СРС в период сессии</i>					
Вид промежуточной аттестации	3	3			
	экзамен (Э)				
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	72	72		
	зач. ед.	2	2		

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
5	1	Физическое развитие и состояние здоровья детей и подростков	<p>Предмет и задачи гигиены детей и подростков. История развития гигиены детей и подростков. Возрастная периодизация. Возрастные особенности и возможности детей и подростков. Физическое развитие детей и подростков на современном этапе. Методы оценки. Основные тенденции физического развития детей и подростков на современном этапе.</p> <p>Формирование здоровья детской и подростковой популяции. Группы здоровья. Факторы, формирующие здоровье детей. Гигиеническое обучение и воспитание. Личная гигиена детей и подростков. Основные принципы лечебно-профилактической помощи детям.</p> <p>Организация гигиенического воспитания и формирования здорового образа жизни детей и подростков.</p>
	2	Гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков	<p>Теоретические основы гигиенического нормирования деятельности детей и подростков. Адаптация детей к началу обучения в школе. Гигиенические принципы организации различных видов деятельности детей и подростков. Гигиенические основы режима дня школьников. Гигиенические принципы организации физического воспитания школьников. Гигиенические принципы размещения и планировки учреждений для детей и подростков. Гигиенические принципы эксплуатации общеобразовательных учреждений. Гигиенические основы обеспечения среды развития и обучения школьников. Гигиенические требования к оборудованию помещений для детей и подростков. Гигиенические требования к летним оздоровительным лагерям для детей школьного возраста. Гигиена питания детей и подростков. Гигиенические принципы режима и организации питания в детских коллективах.</p>

## 2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов ( в часах)				Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ЛР	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	
5	1	Физическое развитие и состояние здоровья детей и подростков	10	8	20	38	<i>1 - 9 неделя</i> Индивидуальное собеседование. Устный контроль выполненных заданий для самостоятельной работы. Защита письменного отчета выполненной лабораторной работы. Защита реферата. Письменная контрольная работа.
5	2	Гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков	6	10	18	34	<i>10 - 17 неделя</i> Индивидуальное собеседование. Устный контроль выполненных заданий для самостоятельной работы. Защита письменного отчета выполненной лабораторной работы. Защита реферата. Письменная контрольная работа.
		Разделы дисциплины 1-2	16	18	38	72	<b>зачет</b>
		<b>ИТОГО за семестр</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>38</b>	<b>72</b>	<b>Зачет</b>

### 2.3. Лабораторный практикум

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование лабораторных работ	Всего часов
5	2	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	1.	Основы формирования здоровья детей и подростков.	Определение уровня физического развития детей и подростков. Оценка физического развития методом сигмальных отклонений с графическим профилем физического развития.	2
	2	Основы формирования здоровья детей и подростков.	Оценка физического развития по шкалам регрессии. Комплексная оценка физического развития.	2
	3	Гигиенические основы обеспечения образовательной деятельности, среды развития и обучения школьников.	Гигиенические основы построения режима дня школьников. Методика хронометража и анкетного опроса.	2
	4	Гигиенические основы обеспечения образовательной деятельности, среды развития и обучения школьников.	Гигиенические принципы организации учебного процесса в общеобразовательных учреждениях. Гигиенические требования к составлению расписания уроков.	2
	5	Гигиенические основы обеспечения образовательной деятельности, среды развития и обучения школьников.	Гигиенические требования к оборудованию учебных помещений. Санитарно-гигиеническое обследование оборудования классной комнаты	2
	6	Гигиенические основы обеспечения образовательной деятельности, среды развития и обучения школьников.	Санитарно-гигиенические требования к учебным помещениям общеобразовательных учреждений. Санитарно-гигиеническое обследование классной комнаты.	2
	7	Основы формирования здоровья детей и подростков.	Профилактика близорукости и зрительного утомления. Комплексы упражнений для глаз и физкультурных пауз.	2
	8	Гигиенические основы обеспечения образовательной деятельности, среды развития и обучения школьников.	Гигиенические требования к детским книгам, учебникам, наглядным пособиям, учебным принадлежностям.	2
	9	Основы формирования здоровья детей и подростков.	Основы формирования здорового образа жизни детей и подростков. Гигиеническое обучение и воспитание.	2
		ИТОГО в семестре		18
		ИТОГО		18

## 2.3.Примерная тематика курсовых работ

Не предусмотрены

## 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

### 3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
5	1	Физическое развитие и состояние здоровья детей и подростков	1.Подготовка к индивидуальному собеседованию 3.Подготовка к выполнению на занятии лабораторной работы 3.Подготовка к защите выполненной на занятии лабораторной работы 4.Подготовка к письменной контрольной работе 5. Подготовка к защите реферата.	4 4 4 4 4
5	2	Гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков	1.Подготовка к индивидуальному собеседованию 2.Подготовка к выполнению на занятии лабораторной работы 3.Подготовка к защите выполненной на занятии лабораторной работы 4.Подготовка к письменной контрольной работе 5. Подготовка к защите реферата.	4 2 4 4 4
		<b>ИТОГО в семестре:</b>		<b>38</b>

### 3.2. График работы студента Семестр № 5

Форма оценочного средства*	Условное обозначение	Номер недели																	
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Контрольная работа письменная	Кнр								Кн р				Кн р						Кнр
Собеседование	Сб				С б						Сб					Сб			
Подготовка к лабораторной работе	ПРЛ		ПР Л				ПР Л								ПР Л		ПР Л		
Реферат	Реф										Реф	Реф		Реф					
Защита лабораторных работ	ЗРЛ			ЗРЛ		ЗРЛ		ЗРЛ		ЗРЛ				ЗР Л	ЗРЛ	ЗРЛ	ЗРЛ	ЗРЛ	ЗРЛ

### 3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Поможет обучающимся организовать самостоятельное изучение тем методические рекомендации «Основы школьной гигиены и гигиены физического воспитания: Самостоятельная работа студентов», автор-составитель Н.В. Срослова, 2016, имеющееся в библиотеке университета.

Для самостоятельной работы рекомендуется пользоваться учебником Гигиена физического воспитания и спорта: учебник Коваль В.И.Родионова Т.А.2014М. : Академия.

Вопросы для самоконтроля приведены в конце каждой главы учебника.

Для самостоятельной работы студентам необходимо изучить «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10».

Рекомендуется использовать курс лекций - Белова, Ольга Анатольевна. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста [Электронный ресурс] : [курс лекций] / О. А. Белова, Н. А. Плотникова; РГУ им. С. А. Есенина. - Рязань : РГУ, 2014. - Заглавие с титул. экрана. - Режим доступа: <http://e-learn2.rsu.edu.ru/moodle2/course/view.php?id=51>. - Вход только для зарегистрированных пользователей.

Методические рекомендации к практическим занятиям по возрастной анатомии, физиологии и гигиене детей и подростков : учебно-методическое пособие / Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Институт специальной педагогики и психологии»; авт. сост. В.Я. Егоров. - СПб. : НОУ «Институт специальной педагогики и психологии», 2014. - Ч. 1. - 120 с. : табл. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-8179-0177-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438770> (08.10.2016).

Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова, Я.Л. Завьялова. — Москва : КноРус, 2016. — 403 с. — Для бакалавров.

#### 3.3.1.Рефераты

Примерные темы рефератов:

1. Международные программа «Здоровые города», «CINDI», «Европейская сеть школ, содействующих укреплению здоровья» о путях формирования здорового образа жизни детей и подростков.
2. Школьный травматизм и его профилактика.
3. Влияние условий обучения и воспитания на состояние здоровья школьников. «Школьные» болезни сегодня.
4. Значение гигиенического воспитания в формировании здорового образа жизни детей и подростков.
5. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью.
6. Закаливание. Адаптация к холоду.



7. Закаливание солнечными лучами.
8. Гигиенические требования к предметам детского обихода.
9. Физиологические основы правильного положения тела при различных видах занятий и работы у детей школьного возраста.
10. Международные акты и законодательные основы в области охраны здоровья детей и подростков.
11. Основные принципы лечебно-профилактической помощи детям.
12. Основы обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия детского населения страны.
13. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор за детскими учреждениями.
14. Профилактика инфекционных заболеваний в детском коллективе.

#### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) (см. *Фонд оценочных средств*)

##### 4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине

Рейтинговая система в Университете не используется.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

##### 5.1. Основная литература

№ п/п	Авторы , наименование, место	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Самостоятельная работа студентов по основам школьной гигиены и гигиены физического воспитания методические рекомендации. Срослова Н.В. Ряз. гос. ун-т имени С.А. Есенина - Рязань, 2016	1 - 2	5	55	5
2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Текст] : учебник - 3-е изд., стер. -. - 256 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). Назарова, Е.Н.Ю. Д. Жилов. Москва : Академия, 2013	1-2	5	7	0

3	Гигиена физического воспитания и спорта: учебник Коваль В.И.Родионова Т.А.2014 М. : Академия	1-2	5	65	0
---	---	-----	---	----	---

## 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы , наименование, место	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Методические рекомендации к практическим занятиям по возрастной анатомии, физиологии и гигиене детей и подростков : учебно-методическое пособие СПб. : НОУ «Институт специальной педагогики и психологии», 2014. - Ч. 1. - 120 с. : табл. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-8179-0177-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=438770">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=438770</a> (08.10.2016). авт. сост. В.Я. Егоров	1-2	5	[Электронный ресурс]	
2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебное пособие Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова, Я.Л. Завьялова. Москва : КноРус, 2016. — 403 с. — Для бакалавров	1-2	5	[Электронный ресурс]	
3	Голубев, Владимир Викторович Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста учебник 2-е изд., стереотип Москва : Академия, 2013. - 240 с. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - Рек. УМО.	1-2	5	5 (2012 г – 20)	
	Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях (СанПиН 2.4.1.2660-10). С комментариями специалистов / . - М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011. - 144 с. - (Нормативно-правовая библиотека ДОУ). - ISBN 978-5-86775-885-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=212482">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=212482</a> (23.11.2016).	1-2	5	[Электронный ресурс]	

<p>Методические рекомендации к практическим занятиям по возрастной анатомии, физиологии и гигиене детей и подростков : учебно-методическое пособие / Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Институт специальной педагогики и психологии» ; авт. сост. В.Я. Егоров. - СПб. : НОУ «Институт специальной педагогики и психологии», 2014. - Ч. 1. - 120 с. : табл. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-8179-0177-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=438770">//biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=438770</a> (23.11.2016).</p>	1-2	5	[Электронный ресурс]	
<p>Ложкина, Н.И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : 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. : табл., схем., ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274682">//biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274682</a> (23.11.2016).</p>	1-2	5	[Электронный ресурс]	

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.04. 2018).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.04. 2018).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа:<http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).

6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.04.2018).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?> свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: <http://www.gumer.info/bibliotek/Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp>, свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: Стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, др. оборудование или компьютерный класс.

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:

Видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерном классе должны быть установлены средства *MS Office: Word, Power Point*.

6.3. Требования к специализированному оборудованию:

Необходимо стандартное оборудование для проведения практических занятий по овладению навыков гигиенических исследований.

## 8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: 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 удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям :здоровье, физическое развитие, учебный процесс, закаливание, здоровый образ жизни, гигиеническое обучение и воспитание.
Лабораторные работы	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом Методические указания по выполнению практических и лабораторных работ приведены в методических рекомендациях «Основы школьной гигиены и гигиены физического воспитания: Самостоятельная работа студентов» , автор-составитель Н.В. Срослова, 2016.
Контрольная работа/индивидуальные	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме.

задания	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Реферат	<i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.
2. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

## 10. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

## Приложение 1

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

***Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) для промежуточного контроля успеваемости***

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции) или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Физическое развитие и состояние здоровья детей и подростков	<b>ОК-6, ОПК – 1, ОПК-2</b>	<b>зачет</b>
2.	Гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков	<b>ОК-6, ОПК – 1, ОПК-2</b>	<b>зачет</b>

### ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК 6	способность к самоорганизации и самообразованию	<b>знать</b>	
		1 предмет и задачи школьной гигиены	ОК6 31
		2 физиолого-гигиенические основы различных видов деятельности детей и подростков;	ОК6 32
		3-гигиену среды развития детей и подростков.	ОК6 33
		<b>уметь</b>	
		1.использовать гигиенические знания с целью организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательных учреждениях в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами;	ОК6 У1
		2.использовать средства и методы формирования здорового образа жизни в процессе роста и развития;	ОК6 У2
		3.формировать физическую активность детей и подростков, здоровый стиль жизни на основе гигиенических знаний;	ОК6 У3
<b>владеть</b>			
1.навыками применения различных гигиенических факторов для формирования среды развития, обучения и воспитания детей и подростков;	ОК6В1		

		2.навыками формирования основ здорового образа жизни;	ОК6 В2
		3.навыками формирования высокой двигательной активности у детей и подростков.	ОК6В3
ОПК 1	готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	<b>знать</b>	
		1.-состояние здоровья детского населения на современном этапе;	ОПК1 31
		2.факторы, влияющие на состояние здоровья детей; -основные тенденции в	ОПК132
		3. О физическом развитии детей и подростков в России на современном этапе.	ОПК133
		<b>уметь</b>	
		1-применять гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях с целью оздоровления и физического совершенствования детей и подростков	ОПК1 У1
		2.планировать и проводить санитарно-гигиенические мероприятия по профилактике различных заболеваний.	ОПК1 У2
		3.применять на практике меры, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения.	ОПК1 У3
		<b>владеть</b>	
		1 -методами гигиенической оценки условий эксплуатации учреждений для детей и подростков;	ОПК1 В1
		2.способностью осуществлять практические мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения:	ОПК1 В2
3.навыками организации комплексного оздоровления детей, в частности, средствами и методами физической культуры.	ОПК1 В3		
ПКВ-2	способность организации занятий физическими упражнениями с учетом санитарно-гигиенических требований и норм	<b>знать</b>	
		1.основы формирования здорового образа жизни детей и подростков	ПКВ2 31
		2.основные гигиенические средства и методы профилактики заболеваний;	ПКВ2 32
		3.способы и методы обеспечения	ПКВ2 33



		санитарно-гигиенического благополучия детей и подростков;	
		<b>уметь</b>	
		1.проводить санитарно-гигиеническую оценку условий обучения детей в общеобразовательных организациях;	ПКВ2 У1
		2.правильно организовывать учебный процесс в общеобразовательных организациях;	ПКВ2 У2
		3.осуществлять гигиеническое обучение и воспитание.	ПКВ2 У3
		<b>владеть</b>	
		1.навыками гигиенического воспитания и обучения в школе	ПКВ2 В1
		2.методами оценки физического развития детей и подростков	ПКВ2 В2
		3.Навыками гигиенической оценки условий воспитания и обучения детей и подростков.	ПКВ2 В3

### КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (ЗАЧЕТ)

№	*Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Предмет и метод гигиены детей и подростков. История развития школьной гигиены.	<b>ОК-631 32 33</b>
2	Особенности развития детей школьного возраста.	<b>ОПК1 33 ПКВ2 В2</b>
3	Состояние здоровья детей и подростков. Группы здоровья.	<b>ОПК1 31 32</b>
4	Физическое развитие детей и подростков на современном этапе.	<b>ОПК1 33 ПКВ2 В2</b>
5	Методы оценки физического развития детей и подростков.	<b>ОПК 1 33 ПКВ2 В2</b>
6	Гигиенические принципы размещения и планировки общеобразовательных учреждений	<b>ОК6 32 ОПК1 В1</b>
7	Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы школьных образовательных организаций.	<b>ОК6 32 33 ОК6 У1 ОПК1 У1 ПКВ2 У1 В1</b>
8	Возрастная периодизация. Понятие о биологическом возрасте. Акселерация роста	<b>ОПК 1 31 32</b>

	и развития.	
9	Адаптация детей к началу обучения в школе	<b>ОПК1 У1 ОК6 В1 ОК6 У2</b>
10	Теоретические основы гигиенического нормирования деятельности школьников	<b>ОПК1 У1</b>
11	Организация учебно-воспитательного процесса в школе. Составление расписания уроков.	<b>ОК6У1 ОПК1 У1 ОК6 В1 ПКВ2 У2</b>
12	Гигиенические требования к оборудованию школьных помещений. Правила подбора школьной мебели.	<b>ОПК1 У1 ПКВ2 У1 ОК6 В1</b>
13	Гигиенические требования к учебникам, наглядным пособиям и ТСО.	<b>ПКВ2 У1</b>
14	Профилактика близорукости и зрительного утомления.	<b>ОК6 У2 ОК6 В1</b>
15	Этиология, патогенез клиническая картина некоторых инфекционных заболеваний детей. Профилактика инфекционных заболеваний в детском коллективе.	<b>ПКВ2 32 ОПК1 В2</b>
16	Гигиенические основы режима дня школьников	<b>ОК6 У1 ПКВ2 У1 ОК: В1</b>
17	Основы формирования здорового образа жизни школьников. Гигиеническое обучение и воспитание.	<b>ПКВ2 31 32 ОПК1 У3 ПКВ2 У3 ПКВ2 В1</b>
18	Гигиенические требования к летним оздоровительным лагерям для детей школьного возраста	<b>ОК6 31 32 ОПК1 У1 ПКВ2 В3</b>
19	Гигиеническое обучение и воспитание. Личная гигиена как важнейший компонент гигиенического воспитания.	<b>ПКВ2 33 ОПК1 У2 ПКВ2 У3</b>
20	Личная гигиена. Основы формирования здорового образа жизни.	<b>ПКВ2 31 ОК6 В2</b>
21	Гигиена отдельных органов и систем (зрения, кожи, слуха, половых органов и др).	<b>ПКВ2 32 ОПК1 В2</b>
22	Двигательная активность и гигиена физического воспитания школьников.	<b>ОК6 У3 ОК6 В3 ОПК1 В2</b>
23	Основы организации рационального питания детей и подростков.	<b>ОПК1 У1</b>
24	Основные принципы оказания лечебно-профилактической помощи детям.	<b>ОПК1 У3</b>
25	Оценить физическое развитие школьника методом сигмальных отклонений.	<b>ОПК1 33 ПКВ2 В2</b>
26	Провести санитарно-гигиеническое	<b>ОПК1 У1 ПКВ2 У1</b>

	обследование классной комнаты, спортивного зала школы.	<b>ОК6 В1</b>
<b>27</b>	Дать гигиеническую оценку расписания уроков и внести предложения по его усовершенствованию.	<b>ПКВ2 У2 ОК6 В1</b> <b>ПКВ2 В3</b>
<b>28</b>	Методика санитарно-гигиенической оценки оборудования учреждений для детей и подростков.	<b>ОПК1 У1 ПКВ2 У1</b>

## ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ (Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются «зачтено», «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

**Зачтено** - соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

**Не зачтено** - выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные

ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.