

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова**

Кафедра физиологии человека и животных

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета биологии и экологии



О.А. Маракаев  
«19» мая 2023 г.

**Рабочая программа**  
**«Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»**

Направление подготовки  
05.03.06 Экология и природопользование

Направленность (профиль)  
«Экология»

Форма обучения  
очная

Программа одобрена  
на заседании кафедры  
протокол № 10 от «03» апреля 2023 года

Программа одобрена  
НМК факультета биологии и экологии  
протокол № 8 от «28» апреля 2023 года

Ярославль

## **1. Цели освоения дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»**

Цели освоения дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» состоят в формировании у студентов представлений о морфофизиологических возможностях организма детей и подростков на разных этапах онтогенеза. Особое внимание уделяется данным о возрастных особенностях психических функций (внимание, восприятие, память, мышление), имеющих наибольшее значение для нормального интеллектуального развития детей и подростков. Значительное место в курсе отводится знаниям гигиенических нормативов и требований, направленных на охрану здоровья, совершенствование адаптивных возможностей организма и создание среды, благоприятной для гармоничного развития личности.

## **2. Место дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» в структуре ОП бакалавриата**

Курс «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» в связи с его содержанием и значимостью для подготовки выпускника к педагогической деятельности относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 учебного плана подготовки бакалавра (Б1.В.ОД.24). Он основывается на знаниях школьного курса «Человек», а также полученных студентами при изучении дисциплин «Биология», «Экология и физиология человека», «Валеология» и др. Дисциплина «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» теоретически и практически связана с разными областями педиатрии, педагогическими и техническими науками. Знание физиолого-гигиенических основ обучения и воспитания школьника необходимы выпускнику для будущей профессиональной педагогической деятельности.

### 3. Планируемые результаты освоения дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности», соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОП бакалавриата

Изучение дисциплины направлено на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС высшего образования подготовки бакалавров по направлению Экология и природопользование и приобретения следующих знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности:

Код компетенции	Формулировка компетенции	Перечень планируемых результатов обучения
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>		
ОПК-4	<p>владением базовыми общепрофессиональными (общезэкологическими) представлениями о теоретических основах экологии, геоэкологии, экологии человека, социальной экологии, охраны окружающей среды</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теоретические основы возрастной физиологии, экологии человека социальной экологии и охраны окружающей среды в аспекте влияния наследственности и среды на формирование детей и подростков;</li> <li>– основные санитарно-гигиенические требования к образовательным учреждениям, оборудованию школ, школьно-письменным принадлежностям и одежде школьника.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять базовые общезэкологические представления в профессиональной педагогической деятельности;</li> <li>– применять принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса в практической деятельности педагога.</li> </ul> <p><b>Владеть навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использования теоретических основ возрастной физиологии, экологии человека, социальной экологии для индивидуального подхода к обучающимся разного возраста;</li> <li>– организации образовательного процесса на основе знаний физиолого-гигиенических особенностей обучающихся разного возраста.</li> </ul>
<b>Профессиональные компетенции</b>		

ПК-21	владением навыками преподавания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы возрастной физиологии и особенности изменения высших психических функций в онтогенезе человека;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать знания физиолого-гигиенических особенностей обучающихся разных возрастных групп для аргументированного разрешения психолого-педагогических ситуаций.</li> </ul> <p><b>Владеть навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– профилактики умственного утомления и переутомления и сохранения высокой работоспособности обучающихся.</li> </ul>
-------	---	---

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины, их содержание	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу студентов, и их трудоемкость (в академических часах)						Формы текущего контроля успеваемости  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			лекции	практические	лабораторные	консультации	аттестационные испытания	самостоятельная работа	
			<b>Контактная работа</b>						
1	Общие закономерности роста и развития детей	5	2		1	1		3	рефераты
2	Формирование и развитие ЦНС	5	2		1			3	рефераты
3	Возрастная физиология анализаторов	5	2		1			3	устный опрос
4	Онтогенетические закономерности ВНД человека	5	2		1	1		3	письменный опрос
5	Возрастные преобразования интегративной деятельности мозга	5	2		1	1		3	коллоквиум
6	Онтогенетические особенности вегетативных функций организма	5	2		1			3	устный опрос
7	Возрастная	5	2		1			3	письменный опрос

	эндокринология								
8	Физиолого-гигиенические основы режима дня и режима питания обучающихся	5	2		1	1		3	рефераты
9	Учёт возрастных особенностей педагогической деятельности	5	2		1	1		3	рефераты
		5					0,3	12,7	Зачёт
	<b>Всего</b>		<b>18</b>		<b>9</b>	<b>5</b>	<b>0,3</b>	<b>39,7</b>	<b>72 часа</b>

### Содержание разделов дисциплины

**Общие закономерности роста и развития детей.** Понятия роста и развития организма. Закономерности онтогенеза. Гетерохронность и гармоничность развития. Принципы системогенеза и опережающего развития органов и функциональных систем. Критические периоды в пре- и постнатальном онтогенезе детей. Показатели соматического развития. Прикладное значение антропометрических исследований. Акселерация и ретардация развития детей и подростков. Современная схема возрастной периодизации. Проблема классификации возрастных периодов. Критические периоды. Возрастные кризы.

**Формирование и развитие ЦНС.** Закономерности роста и развития нервной системы. Онтогенез и анатомо-физиологические особенности важнейших отделов ЦНС. Современные методы исследования головного мозга. Возрастные особенности ЭЭГ детей и подростков. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения в ЦНС. Конвергенция, иррадиация, индукция и доминанта нервных процессов. Координация нервных процессов у детей разного возраста и ее совершенствование в онтогенезе.

**Возрастная физиология анализаторов.** Сенсорная информация как фактор развития детей и подростков. Возрастные морфо-функциональные особенности органов зрения и слуха, и их роль в процессе обучения и воспитания гармонически развитой личности. Функциональное значение и возрастные особенности кинестатического и вестибулярного анализаторов. Анатомо-физиологические изменения вкусового, обонятельного и кожного анализаторов в процессе онтогенеза.

**Онтогенетические закономерности ВНД человека.** Качественные особенности ВНД человека. Формирование второй сигнальной системы действительности и развитие совместной деятельности сигнальных систем в онтогенезе. Возрастные изменения безусловных и условных рефлексов у детей. Особенности процессов торможения и их учет в процессе обучения и воспитания ребенка. Динамические стереотипы – основа поведения человека. Типы высшей нервной деятельности ребенка и особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.

**Возрастные преобразования интегративной деятельности мозга.** Интегративные процессы в ЦНС как основа психических функций. Нейрофизиологические механизмы восприятия и внимания, их формирование с возрастом. Физиологические аспекты изучения проблемы памяти. Современные данные о механизмах эмоций. Значение и развитие эмоций в постнатальном онтогенезе. Значение мотиваций и эмоций в целенаправленном поведении.

**Онтогенетические особенности вегетативных функций организма.** Морфо-функциональные характеристики систем крови и кровообращения в различные периоды постнатального онтогенеза. Возрастные особенности регуляции процессов кровообращения. Возрастные реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку. Морфо-функциональные характеристики систем дыхания и пищеварения на

разных этапах постнатального онтогенеза. Возрастные особенности регуляции процессов дыхания и пищеварения. Профилактика вредных привычек у подростков в связи с возрастными особенностями вегетативных функций организма.

**Возрастная эндокринология.** Физиологическое значение желез внутренней секреции и их развитие в процессе онтогенеза. Понятие о стадиях полового развития детей и подростков. Антропологические критерии половой зрелости. Проблема полового воспитания. Влияние изменения функционального состояния эндокринной системы на ВНД и поведение подростков.

**Физиолого-гигиенические основы режима дня и режима питания учащихся разных возрастных групп.** Понятие и компоненты режима дня и его значение для сохранения здоровья. Особенности режима дня младших и старших школьников. Различные виды деятельности учащихся, их оптимальная продолжительность, рациональное чередование и регулярность. Отдых с максимальным пребыванием на открытом воздухе. Гигиенически полноценный сон и его значение. Особенности режима дня учащихся во время подготовки к экзаменам, в выходные и каникулярные дни. Особенности режима дня в классах (школах) с продленным днем, спецшколах школах-интернатах. Гигиена питания школьников. Физиологические основы питания. Пищевые ингредиенты и усвояемость пищи. Калорийность суточного рациона детей и подростков. Концепция сбалансированного питания. Организация питания учащихся в школе и его санитарный контроль. Профилактика пищевых отравлений.

**Учёт возрастных особенностей в педагогической деятельности.** Основные принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса. Понятие об утомлении и переутомлении. Работоспособность детей и подростков, ее фазы и динамика. Учет индивидуальных особенностей биоритмов растущего организма. Нормирование учебной нагрузки. Регламентация использования технических средств обучения на уроках. Гигиена планировки, строительства и оборудования школьных зданий. Принципы размещения школ на территории населенных пунктов. Помещение школы: размеры, планировка, освещение, вентиляция, водоснабжение и санитарно-гигиенические требования к ним. Мебель, школьно-письменные принадлежности, учебники, наглядные пособия, одежда школьников: подбор, размещение в помещении классных кабинетов и на рабочем месте дома, возрастные санитарно-гигиенические нормативы и требования.

## **5. Образовательные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»**

Образовательные технологии, используемые при осуществлении процесса освоения дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности», направлены на формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускника, освоившего программу бакалавриата по направлению подготовки 05.03.06 Экология и природопользование и профессиональных компетенций, необходимых для педагогической деятельности в соответствии с требованиями ФГОС высшего образования. Этот предполагает приобретение студентами новых знаний, активизацию их потребности в самообразовании, развитие аналитического мышления и творческого потенциала и др.

В процессе обучения используются следующие образовательные технологии:

- лекция (академическая, интерактивная);
- лабораторное занятие.

**Академическая лекция** – аудиторная контактная работа со студентами, осуществляемая преимущественно в виде монолога преподавателя с целью последовательного изложения материала. Требования к академической лекции: современный научный уровень и насыщенная информативность, убедительная

аргументация, доступная и понятная речь, четкая структура и логика, наличие ярких примеров, научных доказательств, обоснований, фактов.

**Интерактивная лекция** - аудиторная контактная работа со студентами, лекция в диалоговой форме, в формате проблемных вопросов и поиска ответов на них на основе изученного и изучаемого в настоящий момент материала, лекция-беседа, лекция с заранее запланированными ошибками, которые студенты должны выявить и исправить в конце лекции или на следующем занятии.

**Лабораторное занятие** – аудиторная контактная работа со студентами, организованная в нескольких малых группах (по 2-4 человека), которые выполняют практическую работу в соответствии с поставленной целью и задачами. Такая технология направлена на освоение по предложенному алгоритму конкретных умений и навыков и закрепление знаний, полученных на лекции или при самостоятельной подготовке.

## **6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

В процессе осуществления образовательного процесса используются:

- операционные системы семейства Microsoft Windows;
- программы Microsoft Office;
- программа Adobe Acrobat Reader;
- браузеры Mozilla Firefox, Google Chrome.
- для поиска учебной литературы библиотеки ЯрГУ – Автоматизированная библиотечная информационная система "БУКИ-NEXT" (АБИС "Буки-Next").

## **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

### **а) основная литература**

1. Дробинская А.О. Анатомия и возрастная физиология. – М.: Юрайт, 2012  
<https://biblio-online.ru/viewer/A9D80AC6-B1E5-4A88-9DC0-8A2899FBEFF1#page/1>
2. Любимова З.В., Никитина А.А. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т.1. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для академического бакалавриата. – М.: Юрайт, 2017  
<https://biblio-online.ru/book/6CDA3C72-B8D8-42A2-8E15-7DC0FD1BEE53>

### **б) дополнительная литература**

1. Ляксо Е.Е., Ноздрачев А.Д., Соколова Л.В. Возрастная физиология и психофизиология: учебник для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2018  
<https://biblio-online.ru/book/7C95EEFD-F675-45DA-81CC-B7F430CC57A4>

### **в) ресурсы сети «Интернет»**

1. Электронная библиотека учебных материалов ЯрГУ ([http://www.lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk\\_cat\\_find.php](http://www.lib.uni Yar.ac.ru/opac/bk_cat_find.php)).
2. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (<http://www.edu.ru> (раздел Учебно-методическая библиотека) или по прямой ссылке <http://window.edu.ru/library>).
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)).
4. Научная библиотека ЯрГУ им. П.Г. Демидова (доступ к лицензионным современным библиографическим, реферативным и полнотекстовым профессиональным базам данных

и информационным справочным системам: реферативные базы данных Web of Science, Scopus; научная электронная библиотека eLIBRARY.RU; электронно-библиотечные системы IPRbooks, Юрайт, Проспект, издательства «ЛАНЬ» и др.) [http://www.lib.uni-yar.ac.ru/content/resource/net\\_res.php](http://www.lib.uni-yar.ac.ru/content/resource/net_res.php)

#### **8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине включает в свой состав специальные помещения:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа;
- учебные аудитории для проведения лабораторных работ;
- учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций;
- учебные аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания технических средств обучения.

Специальные помещения укомплектованы средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Мультимедиа-проектор и компьютер.


Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, хранящиеся на электронных носителях и обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочим программам дисциплин.

Для проведения лабораторных занятий используются помещения, оснащённые специальным оборудованием для проведения лабораторных работ и демонстрационным оборудованием для сопровождения реферативных сообщений и докладов студентов.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

Число посадочных мест в лекционной аудитории больше либо равно списочному составу потока, а в аудитории для лабораторных занятий – списочному составу группы обучающихся.

Автор:

доцент кафедры физиологии человека и животных, канд. биол. наук  О.А. Ботязова



**Приложение №1 к рабочей программе дисциплины  
«Физиолого–гигиенические основы педагогической деятельности»**

**Фонд оценочных средств  
для проведения текущей и промежуточной аттестации студентов по дисциплине**

**1. Типовые контрольные задания или иные материалы,  
необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности,  
характеризующих этапы формирования компетенций**

**Текущий контроль знаний.** Проверка качества усвоения знаний осуществляется в течение всего учебного семестра, как в устной, так и в письменной форме с использованием различных приёмов. Традиционными являются: устный или письменный опрос студентов по теоретическому материалу, проверка выполнения и оформления лабораторных работ, коллоквиум. Благодаря постоянному текущему контролю повышается объективность оценки знаний студентов на этапе промежуточной аттестации (зачёт).

**1.1 Контрольные задания и иные материалы, используемые в процессе текущей аттестации**

**Вопросы к коллоквиуму**

Тема: Возрастные преобразования интегративной деятельности мозга

1. Интегративные процессы в ЦНС как основа психических функций.
2. Нейрофизиологические механизмы восприятия и внимания, их формирование с возрастом.
3. Физиологические аспекты изучения проблемы памяти.
4. Современные данные о механизмах эмоций.
5. Значение и развитие эмоций в постнатальном онтогенезе.
6. Значение мотиваций и эмоций в целенаправленном поведении.

**Темы и вопросы к устным и письменным опросам**

Тема: Возрастная физиология анализаторов (устный опрос)

1. Сенсорная информация как фактор развития детей и подростков.
2. Возрастные морфо-функциональные особенности органа зрения.
3. Возрастные морфо-функциональные особенности органа слуха.
4. Роль зрительного и слухового анализаторов в процессе обучения и воспитания гармонически развитой личности.
5. Функциональное значение и возрастные особенности кинестатического и вестибулярного анализаторов.
6. Анатомо-физиологические изменения вкусового, обонятельного и кожного анализаторов в процессе онтогенеза.

Тема: Онтогенетические закономерности ВНД человека (письменный опрос)

1. Качественные особенности ВНД человека.
2. Формирование второй сигнальной системы действительности и развитие совместной деятельности 1 и 2 сигнальных систем в онтогенезе.
3. Возрастные изменения безусловных и условных рефлексов у детей
4. Особенности процессов торможения и их учет в процессе обучения и воспитания ребенка.
5. Динамические стереотипы – основа поведения человека.
6. Типы высшей нервной деятельности ребенка.
7. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.

Тема: Онтогенетические особенности вегетативных функций организма детей и подростков (устный опрос).

1. Морфо-функциональные характеристики систем крови и кровообращения в различные периоды постнатального онтогенеза.
2. Возрастные особенности регуляции процессов кровообращения.
3. Возрастные реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.
4. Морфо-функциональные характеристики системы дыхания на разных этапах постнатального онтогенеза.
5. Возрастные преобразования системы пищеварения в процессе онтогенеза.
6. Особенности регуляции процессов дыхания и пищеварения у детей разного возраста.
7. Профилактика вредных привычек у подростков в связи с возрастными особенностями вегетативных функций организма.

Тема: Возрастная эндокринология (письменный опрос)

1. Физиологическое значение желез внутренней секреции и их развитие в процессе онтогенеза.
2. Понятие о стадиях полового развития детей и подростков.
3. Антропологические критерии половой зрелости.
4. Влияние изменения функционального состояния эндокринной системы на ВНД и поведение подростков.
5. Проблемы полового воспитания учащихся разных возрастных групп.
6. Учёт гендерных особенностей в процессе полового воспитания школьников.

### **Тематика рефератов**

Тема: Общие закономерности роста и развития детей

1. Понятия роста и развития организма. Закономерности онтогенеза. Гетерохронность и гармоничность развития.
2. Принципы системогенеза и опережающего развития органов и функциональных систем. Критические периоды в пре- и постнатальном онтогенезе детей.
3. Показатели соматического развития. Прикладное значение антропометрических исследований.
4. Акселерация и ретардация развития детей и подростков.
5. Современная схема возрастной периодизации. Проблема классификации возрастных периодов. Критические периоды. Возрастные кризы.

Тема: Формирование и развитие ЦНС

1. Закономерности роста и развития нервной системы. Онтогенез и анатомо-физиологические особенности важнейших отделов ЦНС.
2. Современные методы исследования головного мозга. Возрастные особенности ЭЭГ детей и подростков.
3. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения в ЦНС. Конвергенция, иррадиация, индукция и доминанта нервных процессов.
4. Координация нервных процессов у детей разного возраста и ее совершенствование в онтогенезе.

Тема: Физиолого-гигиенические основы режима дня и режима питания учащихся разных возрастных групп

1. Понятие и компоненты режима дня и его значение для сохранения здоровья. Особенности режима дня младших и старших школьников.
2. Различные виды деятельности учащихся, их оптимальная продолжительность, рациональное чередование и регулярность. Отдых с максимальным пребыванием на открытом воздухе. Гигиенически полноценный сон и его значение.
3. Особенности режима дня учащихся во время подготовки к экзаменам, в выходные и каникулярные дни.

4. Особенности режима дня в классах (школах) с продленным днем, спецшколах школах-интернатах.
5. Гигиена питания школьников. Физиологические основы питания. Пищевые ингредиенты и усвояемость пищи. Калорийность суточного рациона детей и подростков. Концепция сбалансированного питания.
6. Организация питания учащихся в школе и его санитарный контроль. Профилактика пищевых отравлений.

Тема: Учёт возрастных особенностей в педагогической деятельности

1. Основные принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса.
2. Работоспособность детей и подростков, ее фазы и динамика. Понятие об утомлении и переутомлении. Учет индивидуальных особенностей биоритмов растущего организма.
3. Нормирование учебной нагрузки. Регламентация использования технических средств обучения на занятиях разного типа.
4. Гигиена планировки, строительства и оборудования школьных зданий. Принципы размещения школ на территории населенных пунктов. Помещение школы: размеры, планировка, освещение, вентиляция, водоснабжение и санитарно-гигиенические требования к ним.
5. Мебель, школьно-письменные принадлежности, учебники, наглядные пособия, одежда школьников: подбор, размещение в помещении классных кабинетов и на рабочем месте дома, возрастные санитарно-гигиенические нормативы и требования.

## **1.2 Список вопросов и (или) заданий для проведения промежуточной аттестации (вопросы к зачету)**

1. Основные закономерности роста и развития. Физическое и психическое развитие детей и подростков.
2. Понятие об онтогенезе. Возрастные кризы в постнатальном развитии детей.
3. Принципы системогенеза и опережающего развития органов и функциональных систем. Критика эмбриогенеза и биогенетического закона развития.
4. Акселерация развития. Теории акселерации. Ретардация развития.
5. Основные антропометрические показатели и их возрастные изменения. Оценка физического развития детей и подростков.
6. Классификация возрастных периодов. Современная схема возрастной периодизации.
7. Основные факторы физического и психического развития детей. Соотношение наследственности и среды.
8. Критические периоды внутриутробного развития ребенка. Соотношение внешних факторов и наследственности в процессе эмбриогенеза.
9. Закономерности роста и развития нервной системы. Координация нервных процессов и ее совершенствование в процессе онтогенеза.
10. Анатомо-физиологические особенности развития продолговатого, среднего и промежуточного мозга.
11. Особенности развития коры головного мозга у детей и подростков. Возрастные особенности электроэнцефалограммы.
12. Особенности развития анализаторной функции у детей.
13. Морфофункциональные особенности органов зрения у детей и подростков.
14. Возрастные особенности слухового анализатора.
15. Особенности безусловных рефлексов у детей. Ориентировочные и игровые рефлексы как важнейшие механизмы формирования психики.
16. Возрастные особенности условных рефлексов у детей и оптимизация учебно-воспитательной работы.
17. Динамические стереотипы - основа человеческого поведения.
18. Формирование и особенности типов ВНД у детей и подростков. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД.

19. Современные данные о физиологических механизмах восприятия и внимания и их формирование в процессе онтогенеза.
20. Физиологические аспекты изучения проблемы памяти.
21. Механизмы эмоций и их развитие в постнатальном онтогенезе.
22. Характеристика ВВД у детей младшего и среднего школьного возраста.
23. Особенности ВВД у старших школьников.
24. Половое созревание и особенности поведения подростков. Проблемы полового воспитания.
25. Характеристика и онтогенетические особенности систем крови и кровообращения. Возрастные реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.
26. Анатомо-физиологические особенности органов дыхания у детей и подростков. Влияние физической нагрузки на дыхание у детей и подростков.
27. Возрастные особенности пищеварительной системы. Питание детей и подростков.
28. Основные принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса.
29. Работоспособность и ее изменение в процессе учебы.
30. Физиолого-гигиенические основы режима дня. Требования к режиму дня школьников разного возраста.
31. Основные компоненты режима дня. Учебные занятия в школе и дома. Отдых, свободное время, пребывание на воздухе, сон.
32. Нормирование учебной нагрузки. Регламентация продолжительности уроков, перемен, каникул.
33. Физиолого-гигиенические основы питания. Организация рационального питания в школах.
34. Гигиенические рекомендации для размещения, проектирования и строительства школьных зданий.
35. Гигиенические требования к воздушно-тепловому режиму школьных помещений.
36. Условия, обеспечивающие оптимальное естественное освещение школьных помещений. Гигиенические требования к искусственному освещению.
37. Гигиеническое обоснование правильной позы. Нарушения опорно-двигательного аппарата у учащихся.
38. Мебель классных помещений. Подбор мебели в соответствии с гигиеническими требованиями.
39. Требования к учебникам и школьно-письменным принадлежностям.
40. Гигиена письма и чтения. Профилактика нарушений зрения у младших школьников и подростков.
41. Рекомендации к одежде и обуви детей школьного возраста.
42. Состояние медицинский контроль здоровья школьников. Медицинский контроль за физическим и трудовым воспитанием учащихся.

### **1.3 Правила оценивания форм текущей и промежуточной аттестации**

#### **Правила выставления оценки за коллоквиум:**

- оценка *«отлично»* выставляется, если ответы на вопросы даны в полном объеме и на высоком теоретическом уровне, изложение материала логичное, аргументированное;
- оценка *«хорошо»* выставляется, если ответы на вопросы содержат не принципиальные погрешности;
- оценка *«удовлетворительно»* выставляется, если ответ содержит основную информация, но допущены ошибки;
- оценка *«неудовлетворительно»* выставляется, если ответы не соответствуют параметрам, приведенным выше, ответ содержит грубые ошибки или студент отказался отвечать.

### **Правила выставления оценки по результатам опроса:**

- оценка «отлично» выставляется за полный ответ на поставленный вопрос с включением в содержание ответа материалов лекции преподавателя, учебников, дополнительной литературы без наводящих вопросов;
- оценка «хорошо» выставляется за полный ответ на поставленный вопрос в объеме материалов лекции преподавателя с включением в содержание ответа материалов учебников с четкими правильными ответами на наводящие вопросы преподавателя;
- оценка «удовлетворительно» выставляется за ответ, в котором озвучено более половины требуемого материала, с правильными ответами на большую часть наводящих вопросов;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется за ответ, в котором озвучено менее половины требуемого материала или не озвучено главное в содержании вопроса с отрицательными ответами на наводящие вопросы, или обучающийся отказался от ответа без предварительного объяснения уважительных причин.

### **Правила выставления оценки за реферат:**

№	Оцениваемый параметр	Не соответствует требованиям	Пороговый уровень	Продвинутый уровень	Высокий уровень
1	содержание работы	не соответствует требованиям	тема раскрыта не полностью, не полный анализ данных. Материал изложен не достаточно логично	тема раскрыта, анализ данных не полный. Материал изложен достаточно логично	тема раскрыта полностью и достаточно обоснована. Проведен анализ данных. В изложении материала соблюдена логическая последовательность
2	список литературы	менее 3-х источников	3-4 источника	5 источников	более 5 источников
3	оформление работы, в т.ч. списка литературы	не соответствует требованиям	полностью соответствует требованиям	полностью соответствует требованиям	полностью соответствует требованиям
4	оформление презентации	не соответствует требованиям	основные материалы представлены	все материалы представлены	все материалы представлены в удобной для восприятия форме
5	доклад	не соответствует требованиям	изложение материала структурировано не полностью	изложение материала структурировано полностью, владеет культурой речи	изложение материала структурировано полностью, тема раскрыта полностью, владеет культурой речи

Шкала оценивания: 0 баллов – полное отсутствие критерия; 1 балл – частичное выполнение критерия; 2 балла – полное выполнение критерия.

Оценка определяется количеством набранных баллов:

- менее 60% от максимально возможного количества баллов – неудовлетворительно;
- 60-75% от максимально возможного количества баллов – удовлетворительно;
- 76-85% от максимально возможного количества баллов – хорошо;
- 86-100% от максимально возможного количества баллов – отлично.

## **Правила выставления оценки на зачете:**

Устный ответ на зачете оценивается по 2 балльной системе.

Оценка «зачтено» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, дается полный исчерпывающий ответ, как на основные вопросы к зачету, так и на дополнительные;
- студент свободно владеет научной терминологией;
- ответ студента структурирован, содержит анализ существующих теорий, научных школ, направлений и их авторов по вопросу билета;
- логично и доказательно раскрывает проблему, предложенную для решения;
- ответ характеризуется глубиной, полнотой и не содержит фактических ошибок;
- ответ иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики;
- студент демонстрирует умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию.

Оценка «незачтено» ставится, если:

- обнаружено незнание или непонимание студентом сущностной части дисциплины;
- содержание вопросов билета не раскрыто, допускаются существенные фактические ошибки, которые студент не может исправить самостоятельно;
- на большую часть дополнительных вопросов по содержанию экзамена студент не может дать правильные ответы.

## **2. Перечень компетенций, этапы их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкалы оценивания**

### **2.1 Шкала оценивания сформированности компетенций в процессе изучения дисциплины «Физиолого–гигиенические основы педагогической деятельности» и ее описание**

Оценивание уровня сформированности компетенций в процессе освоения дисциплины осуществляется по следующей трехуровневой шкале:

**Пороговый уровень** - предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный набор знаний и (или) умений и (или) навыков, полученных студентом в результате освоения дисциплины. Пороговый уровень является обязательным уровнем для студента к моменту завершения им освоения данной дисциплины.

**Продвинутый уровень** - предполагает способность студента использовать знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, полученные при освоении дисциплины, для решения профессиональных задач. Продвинутый уровень превосходит пороговый уровень по нескольким существенным признакам.

**Высокий уровень** - предполагает способность студента использовать потенциал интегрированных знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, полученных при освоении дисциплины, для творческого решения профессиональных задач и самостоятельного поиска новых подходов в их решении путем комбинирования и использования известных способов решения применительно к конкретным условиям. Высокий уровень превосходит пороговый уровень по всем существенным признакам.

Обязательным уровнем для студента к моменту завершения им освоения данной дисциплины является пороговый уровень, т.к. промежуточная аттестация по дисциплине «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» в соответствии с рабочим учебным планом подготовки бакалавров по направлению Экология и природопользование предполагает проведение зачёта без выставления отметки.

Для достижения *порогового уровня* студент должен:

знать:

- теоретические основы возрастной физиологии, экологии человека и социальной экологии в аспекте влияния наследственности и среды на формирование детей и подростков;
- основные санитарно-гигиенические требования к образовательным учреждениям, оборудованию школ, школьно-письменным принадлежностям и одежде школьника;
- основы возрастной физиологии и особенности изменения высших психических функций в онтогенезе человека.

уметь:

- применять базовые общеэкологические представления в профессиональной педагогической деятельности;
- применять принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса в практической деятельности педагога;
- использовать знания физиолого-гигиенических особенностей обучающихся разных возрастных групп для аргументированного разрешения психолого-педагогических ситуаций.

владеть навыками:

- использования теоретических основ возрастной физиологии, экологии человека, социальной экологии для индивидуального подхода к обучающимся разного возраста;
- организации образовательного процесса на основе знаний физиолого-гигиенических особенностей школьников разного возраста;
- профилактики умственного утомления и переутомления и сохранения высокой работоспособности обучающихся.

## 2.2 Перечень компетенций, этапы их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Код компетенции	Форма контроля	Этапы формирования (№ темы (раздела))	Показатели оценивания	Шкала и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования
				Пороговый уровень
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>				
ОПК-4	устные и письменные вопросы, коллоквиум, выступление с рефератом	Темы № 1 – 9	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теоретические основы возрастной физиологии, экологии человека и социальной экологии в аспекте влияния наследственности и среды на формирование детей и подростков;</li> <li>– основные санитарно-гигиенические требования к образовательным учреждениям, оборудованию школ, школьно-письменным принадлежностям и одежде школьника.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять базовые общеэкологические представления в педагогической деятельности;</li> <li>– применять принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса в практической деятельности педагога.</li> </ul> <p><b>Владеть навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использования теоретических основ возрастной физиологии, экологии человека, социальной экологии для индивидуального подхода к обучающимся разного возраста;</li> <li>– организации образовательного процесса на основе знаний физиолого-гигиенических особенностей обучающихся разного возраста.</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теоретические основы возрастной физиологии, экологии человека и социальной экологии в аспекте влияния наследственности и среды на формирование детей и подростков;</li> <li>– основные санитарно-гигиенические требования к образовательным учреждениям, оборудованию школ, школьно-письменным принадлежностям и одежде школьника.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять базовые общеэкологические представления в педагогической деятельности;</li> <li>– применять принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса в практической деятельности педагога.</li> </ul> <p><b>Владеть навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использования теоретических основ возрастной физиологии, экологии человека, социальной экологии для индивидуального подхода к обучающимся разного возраста;</li> <li>– организации образовательного процесса на основе знаний физиолого-гигиенических особенностей школьников разного возраста.</li> </ul>



**Профессиональные компетенции**

ПК-21	устные и письменные вопросы, коллоквиум, выступление с рефератом	Темы № 1 – 9	<b>Знать:</b> – основы возрастной физиологии и особенности изменения высших психических функций в онтогенезе человека. <b>Уметь:</b> – использовать знания физиолого-гигиенических особенностей обучающихся разных возрастных групп для аргументированного разрешения психолого-педагогических ситуаций. <b>Владеть навыками:</b> – профилактики умственного утомления и переутомления и сохранения высокой работоспособности обучающихся.	<b>Знать:</b> – основы возрастной физиологии и особенности изменения высших психических функций в онтогенезе человека. <b>Уметь:</b> – использовать знания физиолого-гигиенических особенностей обучающихся разных возрастных групп для аргументированного разрешения психолого-педагогических ситуаций. <b>Владеть навыками:</b> – профилактики умственного утомления и переутомления и сохранения высокой работоспособности обучающихся.
-------	--	--------------	---	---

### **3. Методические рекомендации преподавателю по процедуре оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Целью процедуры оценивания является определение степени овладения студентом ожидаемыми результатами обучения (знаниями, умениями, навыками и (или) опытом деятельности).

Процедура оценивания степени овладения студентом ожидаемыми результатами обучения осуществляется с помощью методических материалов, представленных в разделе «Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций».

Для оценки теоретических знаний по дисциплине «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» используются тематические рефераты, устные и письменные опросы, коллоквиумы по вопросам из раздела 1.1 Приложения №1 к рабочей программе дисциплины.

Оценка умений и навыков осуществляется с учётом работы обучающихся в малых группах на лабораторных занятиях, а также оформления рабочих тетрадей по выполненным лабораторным заданиям.

Окончательную оценку степени овладения студентом ожидаемыми результатами освоения дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» также определяют:

– уровень подготовки и публичного представления реферата по выбранной теме с использованием мультимедийной презентации на одном из лабораторных занятий.

Последовательное освоение содержания изучаемого учебного материала в процессе контактной и самостоятельной работы обучающегося предполагает постепенное формирование элементов ОПК-4 и ПК-21, в соответствии с которыми выпускник должен использовать знание основ возрастной физиологии в профессиональной педагогической и социальной деятельности.

#### **3.1 Критерии оценивания степени овладения знаниями, умениями, навыками и (или) опытом деятельности, определяющие уровни сформированности компетенций**

**Пороговый уровень** (общие характеристики):

- владение основным объемом знаний по программе дисциплины;
- знание основной терминологии данной области знаний, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы без существенных ошибок;
- владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;
- способность самостоятельно применять типовые решения в рамках рабочей программы дисциплины;
- усвоение основной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- знание базовых теорий, концепций и направлений по изучаемой дисциплине;
- самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий.

**Продвинутый уровень** (общие характеристики):

- достаточно полные и систематизированные знания в объёме программы дисциплины;

- использование основной терминологии данной области знаний, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;
- владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно решать сложные задачи (проблемы) в рамках рабочей программы дисциплины;
- усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;
- самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

**Высокий уровень** (общие характеристики):

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам дисциплины;
- точное использование терминологии данной области знаний, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- безупречное владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно и творчески решать сложные задачи (проблемы) в рамках рабочей программы дисциплины;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку;
- активная самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

### **3.2 Описание процедуры выставления оценки**

В зависимости от уровня сформированности компетенции по окончании освоения дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности», которая изучается в течение одного семестра, студенту выставляется оценка «зачёт» или «не зачтено», что определяется рабочей программой дисциплины в соответствии с учебным планом.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, у которого формируемые дисциплиной «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» все элементы компетенций ОПК-4 и ПК-21 (знать, уметь, владеть навыками) сформированы не ниже, чем на пороговом уровне.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, у которого формируемые дисциплиной «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» все элементы компетенций ОПК-4 и ПК-21 (знать, уметь, владеть навыками) сформированы ниже, чем на пороговом уровне.

#### **Примерные задания для оценки сформированности компетенций**

##### **ОПК-4**

1. Выберите правильное определение термина «онтогенез»:
  - а) наука, изучающая строение организма человека;

- б) свойство организма, позволяющее оценить адаптивные реакции при сохранении динамического постоянства внутренней среды;
- в) индивидуальное развитие организма с момента оплодотворения яйцеклетки до конца жизни;
- г) постепенное структурное преобразование органов и систем детского организма.

2. Возрастная периодизация отражает:

- а) способность организма переносить негативные воздействия внешней среды;
- б) общие закономерности функционирования и развития систем организма человека на разных возрастных этапах;
- в) способность сохранять относительное постоянство состава внутренней среды и свойств организма;
- г) состояние здоровья человека в разные возрастные периоды.

3. К антропометрическим методам исследования относится:

- а) определение морфометрических признаков;
- б) определение физиометрических показателей;
- в) оценка соматоскопических признаков;
- г) определение и оценка всех выше перечисленных признаков

## **ПК-21**

1. Важнейшими общепедагогическими умениями и навыками являются:

- а) информационные, развивающие, мобилизационные;
- б) конструктивные, исследовательские, творческие;
- в) междисциплинарные и специфические предметные.

2. Выберите правильный вариант ответа. Возрастная периодизация отражает:

- а) способность организма переносить отрицательные факторы внешней среды;
- б) общие закономерности функционирования и развития функциональных систем человека на разных возрастных этапах;
- в) способность сохранять относительное постоянство состава внутренней среды и свойств организма;
- г) состояние здоровья.

3. При организации учебного процесса необходимо учитывать:

- а) основные закономерности роста и развития детей и подростков;
- б) возрастные особенности высшей нервной деятельности ребенка и особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД;
- в) особенности вегетативных функций организма в разные возрастные периоды;
- г) основные принципы гигиенического нормирования учебно-воспитательного процесса;
- д) все перечисленные выше факторы.

Критерии оценки сформированности компетенций (элементов компетенций):

Оценка сформированности компетенции определяется по следующим правилам:

- «отлично» выставляется при количестве правильных ответов от 80 до 100%;
- «хорошо» выставляется при количестве правильных ответов от 60 до 79%;
- «удовлетворительно» выставляется при количестве правильных ответов от 40 до 59%;
- «неудовлетворительно» выставляется при количестве правильных ответов 39% и менее.

### **3.3 Общие методические рекомендации преподавателю Организация обратной связи с обучающимися**

Для организации и проведения занятий по изучению дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» преподавателю необходимо иметь на электронном и бумажном носителях рабочую программу дисциплины.

С целью наиболее полной реализации цели и задач дисциплины рекомендуется познакомить студентов с учебным планом и рабочей программой, требованиями к лекционным и лабораторным занятиям и самостоятельной подготовке, а также формами и требованиями к текущему и промежуточному контролю знаний.

Для контроля и учёта активности студентов преподавателю рекомендуется иметь книжку преподавателя со списком студентов, в которой необходимо отмечать посещаемость студентами занятий, выступления с рефератами, обращения за консультацией и др. виды учебной деятельности и активности студентов.

В рабочей программе дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» 18 часов отводится на аудиторную контактную работу в форме лекций.

Для эффективной реализации лекционной работы преподавателю рекомендуется:

1. Иметь подробный план лекций (раздел 4 основной части настоящей рабочей программы по дисциплине).

2. Шире использовать инновационные технологии (лекции различного типа, дискуссии, работу в малых группах, приёмы «За» и «Против», «Записка на одну минуту» и т.д.) для развития познавательной активности и интереса к изучаемой дисциплине.

3. Активнее привлекать иллюстративный материал в форме мультимедийных презентаций.

Для эффективной организации внеаудиторной работы преподавателю рекомендуется:

1. Разъяснить студентам необходимость, цели, задачи и преимущества самостоятельной работы.

2. Ознакомить с видами самостоятельной работы, методами её контроля и оценивания.

3. Предоставить студентам возможность самостоятельно распределить темы рефератов и спланировать порядок их защиты.

В ходе промежуточной аттестации наряду с письменным ответом на вопросы из списка рекомендуется учитывать активность студентов в аудиторной и самостоятельной работе и выступление-презентацию реферата.

С целью пополнения библиотечного фонда и улучшения обеспеченности дисциплины новой литературой рекомендуется активно работать с каталогами издательств, сайтами специальных журналов, Internet - сайтами различных поисковых систем.

Для получения обратной связи со студентами по окончании изучения дисциплины на заключительном лекционном или лабораторном занятии используется методический приём «Записка на одну минуту». Реализуется, как правило, в виде выполнения студентами самостоятельной работы за короткое время (не более 5 минут), когда каждый индивидуально на бумаге излагает свои впечатления о предмете и о том, как он преподавался. Такой подход позволяет выяснить отношение студентов к предмету, его значение и роль для обучающихся, впечатление о методах, использованных преподавателем, выявить наиболее интересные темы и неудачные приемы общения преподавателя и студентов в ходе изучения дисциплины. Даёт полезную информацию, которая используется для корректировки рабочей программы дисциплины и методов преподавания в направлении активизации познавательной деятельности студентов для более успешного формирования компетенций.

## **Приложение №2 к рабочей программе дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»**

### **Методические указания для студентов по освоению дисциплины «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»**

Для успешной учебной деятельности, ее интенсификации студентам рекомендуется учитывать следующие субъективные факторы:

- наиболее плодотворным является утреннее время с 8 до 14 часов. Максимальная работоспособность приходится на период с 10 до 13 часов, затем в послеобеденное время с 16 до 19 часов и вечернее время - с 20 до 24 часов;

- очень трудный для понимания материал лучше изучать в начале каждого отрезка времени после хорошего отдыха;

- при самостоятельной подготовке особенно в период сессии желательно соблюдать учебный стереотип, т.е. заниматься по 1-1,5 ч с перерывами между ними по 10 - 15 мин, через 3 - 4 ч работы отдых должен быть более продолжительным (около 40 – 60 мин).

Внимание! Следует взять за правило: *учиться ежедневно, начиная с первого дня семестра, т.к. любой предмет нельзя изучить в течение нескольких дней перед зачётом.*

Основной формой самостоятельной работы студента по дисциплине «Возрастная физиология» является подготовка к текущим лабораторным занятиям.

**Подготовка к лабораторным занятиям** предполагает работу с рекомендованной преподавателем литературой. От студента требуется активное участие в контактных аудиторных занятиях, для чего ему необходимо усвоение и понимание изучаемых концепций. Важно не только прочесть, но и законспектировать предложенную литературу с выделением наиболее значимых позиций и положений.

#### **Правила самостоятельной работы с литературой и подготовка реферата**

Основные рекомендации здесь можно свести к следующему:

- составить перечень источников, с которыми следует познакомиться;

- систематизировать этот список, т.е. уточнить, что необходимо для контрольно-зачётных мероприятий, что пригодится для научной работы, написания курсовой (выпускной) работы. Составляя перечень источников литературы, обязательно выписывайте все выходные данные каждого из них, что существенно экономит Ваше время при написании рефератов, курсовых и выпускных работ.

- после первого ознакомления с литературой сделайте отметки, какие источники необходимо перечитать более внимательно.

Научная методика работы с литературой предусматривает ведение записи прочитанного материала. Это позволяет привести в систему знания, полученные при чтении, сосредоточить внимание на главных положениях, зафиксировать, закрепить их в памяти, а при необходимости и вновь обратиться к ним. Конспект ускоряет повторение материала, экономит время при повторном, после определенного перерыва, обращении к уже знакомой работе.

Конспектирование — один из самых сложных этапов самостоятельной работы. Каких-либо единых, пригодных для каждого студента методов и приемов конспектирования не существует. Однако есть наиболее оправдавшие себя общие правила, соблюдение которых может существенно повысить успешность деятельности:

- главное в конспекте не его объем, а содержание. В нем должны быть отражены основные, принципиальные положения источника литературы, изложенные студентом кратко, кратко и собственными словами. Для этого важно не торопиться записывать при первом же чтении мысли автора, а заносить в конспект лишь то, что стало ясным и понятным;

- форма ведения конспекта может быть самой разной, но начинаться конспект всегда должен с указания полного наименования работы, фамилии автора, года и места издания; цитаты берутся в кавычки с обязательной ссылкой на страницу книги;

- конспект не должен состоять из сплошного текста. Особо важные места, яркие примеры нужно выделить подчеркиванием, пометками на полях специальными знаками, чтобы как можно быстрее найти нужное положение. Дополнительные материалы из других источников можно давать на полях, где также указываются свои мысли и суждения, появившиеся по ходу или после составления конспекта.

**Критерии оценивания реферата.** При подготовке реферата необходимо обратить внимание, что при оценивании работы преподавателем будут учитываться следующие критерии:

- соответствие теме, глубина раскрытия темы, достаточное использование ключевых понятий;

- логичность, структурированность аргументов, точность приведённых фактов;

- новизна и оригинальность представленного материала;

- логичность и оптимальная концентрация материала, отсутствие повторов и выдержанность стиля изложения;

- чёткое, аккуратное оформление работы в соответствии с требованиями, разумный объём работы, грамматически правильная речь, отсутствие орфографических ошибок, адекватное использование иллюстративного материала и источников литературы.

Следует также помнить, что в реферате должны быть план, заключение и список литературы (в т.ч. адреса сайтов Internet - источников), оформленный в соответствии с требованиями к научным публикациям.

Для оформления реферата рекомендуется следующий форма титульного листа (является отдельной первой страницей реферата, формат А 4):

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова

факультет биологии и экологии  
кафедра физиологии человека и животных

## РЕФЕРАТ

### Название реферата

по дисциплине «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности»  
направление подготовки 05.03.06 Экология и природопользование

Исполнитель: студент группы \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ (ФИО)

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Ярославль 20\_ г.

**Подготовка к зачету.** Для успешной подготовки и сдачи зачёта очень важно:

1. Наличие собственных конспектов лекций. Если какая-либо лекция была пропущена, необходимо заранее её восстановить, разобраться в материале и обдумать его, снять возникшие вопросы, чтобы запоминание материала было осознанным.

2. При подготовке к зачёту нужно иметь учебник или конспект литературы, прочитанной по указанию преподавателя в течение семестра.

3. Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться.

4. При наличии консультаций рекомендуется их посетить, т.к. именно на консультации преподаватель познакомит Вас с основными требованиями и ответит на возникшие вопросы.

5. После консультации целесообразно еще раз повторить основные теоретические положения вопросов к зачёту, используя при этом опорные конспекты.

7. Соблюдайте порядок на рабочем месте: после сдачи очередного зачёта уберите все лишнее и приготовьте материалы для следующего зачёта - это сэкономит Ваше время, т.к. не придётся каждый раз разыскивать в куче тетрадей и книг нужную Вам именно в этот момент.

#### **Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов по дисциплине**

Для самостоятельной работы по дисциплине «Физиолого-гигиенические основы педагогической деятельности» обучающимся рекомендуется использовать имеющиеся в библиотеке ЯрГУ источники, указанные в списке основной и дополнительной литературы настоящей рабочей программы. Интересную и полезную информацию для самостоятельной подготовки к занятиям, студент может получить на сайтах с открытым доступом, приведенных в разделе 7 ресурсы сети «Интернет» настоящей рабочей программы дисциплины.