

Б1.В.ДВ.2.1 Физиология детей и подростков

1. Цель дисциплины:

Целью преподавания дисциплины «Физиология и здоровье детей и подростков» является формирование представлений об индивидуально-типологических особенностях развития детей и подростков и научных основах охраны, укрепления и восстановления физического, психического и социального здоровья.

2. В результате изучения дисциплины аспирант должен:

знать: физиологические особенности детей и подростков; основы охраны и укрепления физического, психического и социального здоровья; комплексный подход к оценке здоровья детей и подростков; вопросы организации валеологической помощи (диагностика здоровья, выбора оздоровительной технологии на основе индивидуальных особенностей физиологии и психики, коррекции здоровья, прогноза оздоровления); определение здоровья и факторы, влияющие на индивидуальное, групповое и общественное здоровье; формы, средства и методы валеологии, направленные на улучшение физического, психического, социального здоровья людей различного пола и возраста;

уметь: давать рекомендации по оптимальному для здоровья образу жизни; организовывать оздоровительную работу с детьми и подростками, вести индивидуальную и коллективную работу по формированию здорового образа жизни; оценить уровень здоровья и гигиеническую культуры, ресурсы здоровья; выявлять и анализировать факторы, влияющие на здоровье; рассчитывать, оценивать и интерпретировать основные показатели здоровья; применять методики определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; использовать современные методы самодиагностики, самокоррекции, самооценки здоровья; сохранять уровень психофизиологической устойчивости в условиях учебной, трудовой деятельности;

владеть: методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности детей и подростков и составлять индивидуальные оздоровительные программы.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-4.

3. Краткое содержание дисциплины:

Характеристика физиологических параметров функциональных систем детей и подростков. Принципы формирования здоровья у детей: генетические факторы, состояние окружающей среды, условия и образ жизни детей и подростков. Показатели индивидуального здоровья детей и подростков. Оценка уровня физического и нервно-психического развития детей и подростков. Особенности психофизиологической адаптации учащихся начальной школы и старшекласников. Старение, методы и средства формирования здорового образа жизни с учетом возраста, пола, образования и индивидуальных особенностей человека. Воспитание в семье культуры здоровья, потребности в ЗОЖ.

4. Объем учебной дисциплины:

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 3 зачетные единицы 108 академических часов.

5. Образовательные технологии:

В процессе освоения данной учебной дисциплины используются следующие образовательные технологии: лекции, семинарские занятия с использованием активных и интерактивных форм обучения, самостоятельная работа как вид учебной работы.