Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баудинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 21.09.2022 10:08:06
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА БИОЛОГИИ И МЕТОДИКИ ЕЕ ПРЕПОДАВАНИЯ

Утверждаю:
Зав.каф.: Кушалиева Ш.А.
_____
Протокол № 10 заседания
кафедры от 26.05.2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Б1. О.03.03. «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование

Профили подготовки
«Арабский язык» и «Английский язык»

Квалификация (степень выпускника):
бакалавр

Форма обучения: очная

Год набора: 2022г.

Грозный, 2022г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1. О.03.03. «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» относится к числу обязательных дисциплин здоровьесберегающего модуля основной образовательной программы подготовки бакалавров. Имеет межпредметные связи с учебными дисциплинами, «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности», «Педагогика», «Психология», «Физическая культура».

Дисциплина читается на 1 семестра.

1.2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является формирование у обучающихся системы знаний о возрастных и индивидуальных возможностях организма, позволяющих индивидуализировать процесс обучения и воспитания. Изучить вопросы взаимоотношения растущего организма со средой, возрастные и индивидуальные особенности адаптивных реакций детей.

1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций, которые формирует дисциплина (модуль)	Планируемые результаты обучения
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	**Знать:** особенности гетерохронности роста и развития, функциональных и физических возможностей детского организма, возрастную периодизацию и характеристики физических изменений, происходящих в организме ребенка в процессе его индивидуального онтогенеза, физиологические механизмы тренированности и возможности адаптации к физическим нагрузкам. **Уметь:** проводить оценку физического развития и типа конституции детей и подростков; осуществлять самостоятельный поиск материалов в информационной системе Интернет по темам дисциплины. **Владеть:** - навыками оценки приспособительного поведения и выработки условно - рефлекторных реакций учащихся, методами установления индивидуальной адаптации к умственным и физическим нагрузкам.
ПК-7. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	ПК-7.1. Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе. ПК-7.2. Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.	**Знать:** возрастные особенности роста и развития двигательных, сенсорных и висцеральных систем организма детей и подростков для организации учебного процесса и воспитания здорового и трудоспособного подрастающего поколения, роль и место двигательной активности и занятий спортом в физическом и умственном развитии ребенка, особенности негативного влияния гиподинамии на здоровье и рост ребенка. **Уметь:** проецировать приобретенные теоретические знания для организации учебно - воспитательного процесса с учетом задач здоровьесбережения

		школьников; оценивать тренированность учащихся и предрасположенность к тому или иному виду спортивной деятельности. **Владеть:** - навыками определения и математического анализа полученного материала в области исследования функциональной готовности детей к обучению в школе, навыками оценки и коррекции осанки и плоскостопия учащихся, проводить с детства коррекцию нарушений физического развития обучающихся разных возрастных групп, методами оценки и коррекции нарушений остроты зрения учащихся, - способностями определения биологического возраста ребенка и его соответствия календарной дате рождения. обоснованно устанавливать умственную и физическую работоспособность, предотвращать утомление в случае необходимости.

1.4. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 з.е. (72ч.)

Таблица 2

Вид учебной работы	Количество академ. часов	
	Очно	**Заочно**
4.1. Объем контактной работы обучающихся с	32	
4.1.1. аудиторная работа	32	
в том числе:		
лекции	16	
практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка	16	
лабораторные занятия	-	
4.1.2. внеаудиторная работа	40	
в том числе:		
индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	-	
курсовое проектирование/работа		
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем	-	
4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся	40	
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1. Тематическое планирование дисциплины (модуля):

Таблица 3

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад.часах		Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад.часах)							
				Лекции		Практ. занятия		Лаб.занятия		Сам.работа	
		Очно	Заочн	Очно	Заоч	Очно	Заоч	Очн	Заоч-	Очно	Заоч
1.	Тема 1. Возрастные основы и закономерности строения и	4		2		2			-	4	

	функционирования организма человека.										
2.	Тема 2. Физиологическая регуляция функций организма человека	4		2		2		-	-	4	
3.	Тема 3. Физиология крови, органов кровообращения и дыхания.	4		2		2		-	-	4	
4.	Тема 4. Возрастные особенности пищеварительной и выделительной систем.	4		2		2		-	-	4	
5.	Тема 5. Возрастные особенности нервной системы, её структура и функции.	4		2		2		-	-	6	
6.	Тема 6. Интегративная деятельность мозга человека.	4		2		2		-	-	6	
7.	Тема 7. Сенсорная система человека и её возрастные особенности.	4		2		2		-	-	6	
8.	Тема 8. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса и его оценка.	4		2		2				6	
	Подготовка к зачету	Х								Х	
	ИТОГО:	32		16		16		-	-	40	

2.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание дисциплины
1.	Возрастные основы и закономерности строения и функционирования организма человека. Системогенез. Гетерохрония. Особенности подросткового возраста.	Цели, задачи возрастной анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков. Организм как единое целое. Периоды развития организма. Понятие паспортного и биологического возрастов. Общие закономерности роста и развития детского и подросткового организма.
2.	Физиологическая регуляция функций организма человека.	Нейрогуморальная регуляция функций организма человека. Иммунная регуляция. Функции и значение иммунной и эндокринной систем. Укрепление иммунной системы. Профилактика эндокринных заболеваний.
3.	Физиология крови, органов кровообращения и дыхания.	Возрастные особенности крови и органов кровообращения. Кровь как компонент внутренней

		среды организма. Возрастные особенности развития органов дыхания. Дыхание в различные возрастные периоды. Профилактика легочных и сердечно-сосудистых заболеваний.
4.	Возрастные особенности пищеварительной и выделительной систем.	Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Физиологические основы питания детей разного возраста. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний. Витамины и их значение. Гигиенические требования к организации питания детей и подростков. Мочевыделительная система. Строение, функции кожи. Личная гигиена.
5.	Возрастные особенности нервной системы, её структура и функции.	Возрастные особенности поведения детей и подростков. Закономерности образования условных рефлексов и их классификация. Приобретённые формы поведения (условный рефлекс). Отрицательные условные рефлексы и виды коркового торможения.
6.	Интегративная деятельность мозга человека.	Высшая нервная деятельность (ВНД), её становление в процессе развития ребёнка. Возрастные и типологические особенности развития ВНД у детей и подростков. Типы ВНД детей и подростков, их классификация, связь с учением о темпераментах Гиппократа. 1-я и 2-я сигнальные системы отражения действительности.
7.	Сенсорная система человека и её возрастные особенности.	Понятие об органах чувств, анализаторах, сенсорных системах. Психофизиология восприятия.
8.	Тема 8. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса и его оценка.	Основные принципы научной организации среды обитания обучающихся в детских, общеобразовательных и учебных заведениях.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1.	Раздел 1. Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий. Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений.
2.	Раздел 2. Анатомо-физиологические возрастные особенности висцеральных систем и органов.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий. Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений.
3.	Раздел 3. Возрастные особенности анатомии и физиологии нервной системы.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий. Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений.
4.	Раздел 4. Здоровьесберегающие технологии.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий. Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений.

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы дисциплины

(модуля)

3.2.1. Основная и дополнительная литература

Таблица 6

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов, обеспеченных указанной литературой	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке университета	Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD,DVD)	Обеспеченность обучающихся литературой
1	2	3	4	5	6	7
	Основная литература					
1	Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 447 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3976-7. — Текст : электронный //	32/40 12/60	25 25		Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497802	100%
2	Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 372 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3869-2. — Текст : электронный //	32/40 12/60	25 25		Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/507815	100%
3	Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст: электронный //	32/40 12/60	25		Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/93803.html	100%
	Дополнительная литература					
1	Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Текст : электронный //	32/40 12/60	25 25		Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/494027	100%

2	Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 c. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст: электронный //	32/40 12/60	25 25		Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/65272.html	100%
3	Гусева, Т. А. Развивающая игрушка при работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие / Т. А. Гусева. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2022. — 54 c. — ISBN 978-5-4497-1663-7. — Текст: электронный //	32/40 12/60	25 25		Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/120939.html	100%

3.2.2. Интернет-ресурсы

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks(www.iprbookshop.ru)
2. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» (https://urait.ru/)
3. Электронно-библиотечная система«Лань» (https://e.lanbook.com/)
4. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (https://icdlib.nspu.ru/)
5. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU (https://www.elibrary.ru/)

3.3. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

Таблица 7

Помещения для осуществления образовательного процесса	**Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)**	**Адрес (местоположение)**
Аудитория для проведения лекционных занятий		
Ауд. 5-11	Учебная мебель (столы ученические, стулья ученические) на 24 посадочных мест, компьютер- 1 с выходом в интернет, проектор -1, стеллажей – 4, интерактивная доска	ул. Субры Кишиевой, № 33
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Ауд. 5-03	Учебная мебель (столы ученические, стулья ученические) на 24 посадочных мест,шкаф для учебников – 2, интерактивная доска -1, компьютер с выходом в интернет - 1, телевизор, DVD диски, графопроектор -1, наглядное пособие, скелет-1, микроскопы, микропрепараты, скелет – 1, набор позвонков – 1, модели органов, барельефные модели различных органов и систем органов, тонометр – 1, секундомер – 1, таблицы	ул. Субры Кишиевой, № 33
Помещения для самостоятельной работы		
Ауд.4-01	Учебная мебель (столы ученические, стулья ученические) на 24 посадочных мест, компьютер- 1 с выходом в интернет, проектор -1, стеллажей – 8, интерактивная доска	ул. СубрыКишиевой, № 33

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

4.1. Характеристика оценочных средств

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины / модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

Таблица 8

№ п/п	Наименование темы (раздела) с контролируемым содержанием	Код и наименование проверяемых компетенций	Оценочные средства	
			текущий контроль	промежуточная аттестация
1.	Тема 1. Возрастные основы и закономерности строения и функционирования организма человека. Системогенез. Гетерохрония. Особенности подросткового возраста.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
2.	Тема 2. Физиологическая регуляция функций организма человека.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
3.	Тема 3. Физиология крови, органов кровообращения и дыхания.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
4.	Тема 4 Возрастные особенности пищеварительной и выделительной систем.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
5.	Тема 5. Возрастные особенности нервной системы, её структура и функции.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
6.	Тема 6. Интегративная деятельность мозга человека.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
7.	Тема 7. Сенсорная система человека и её возрастные особенности.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет
8.	Тема 8. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса и его оценка.	УК-7, ПК-7	Комбинированный опрос	Зачет

4.2. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

4.2.1. Примерные тестовые задания в рамках текущего контроля по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»:

Тесты 1

1. Анатомия человека изучает:

а) внешние формы, размеры и пропорции тела;

б) строение человеческого тела в связи с его функцией и влиянием окружающей среды;

в) функции организма как единого целого, отдельных органов и систем;

г) влияние условий жизни и труда на здоровье человека и способы создания оптимальных условий сохранения здоровья и продления жизни.

2. Функциональная система – это:

а) временное объединение различных органов;

б) объединение органов разного происхождения;

в) органы, связанные единой функцией;

г) временное объединение различных органов для достижения полезного организму результата.

3. Преддошкольный (ясельный) возраст продолжается:

а) от 1 до 3 лет;

б) от 3 до 7 лет;
в) от 6-7 до 17 лет.
4. Дошкольный возраст продолжается:
а) от 1 до 3 лет;
б) от 3 до 7 лет;
в) от 6-7 до 17 лет.
5. Школьный возраст продолжается:
а) от 1 до 3 лет;
б) от 3 до 7 лет;
в) от 6-7 до 17 лет.
6. Биологический возраст это:
а) возраст, устанавливающийся датой рождения;
б) фактически достигнутый ребенком уровень морфофункционального развития;
в) все выше перечисленные.
7. Календарный (хронологический) возраст это:
а) возраст, устанавливающийся датой рождения;
б) фактически достигнутый ребенком уровень морфофункционального развития;
в) все вышеперечисленные.
8. Морфологические (соматометрические) показатели физического развития это:
а) масса тела;
б) длина тела;
в) окружность грудной клетки;
г) жизненная емкость легких (ЖЕЛ);
д) мышечная сила кистей рук, спины (становая сила).
9. Функциональные (физиометрические) показатели физического развития это:
а) масса тела;
б) длина тела;
в) окружность грудной клетки;
г) жизненная емкость легких (ЖЕЛ);
д) мышечная сила кистей рук, спины (становая сила);
10. Соматоскопические (описательные) показатели физического развития это:
а) жизненная емкость легких (ЖЕЛ);
б) мышечная сила кистей рук, спины (становая сила);
в) состояние опорно – двигательного аппарата (форма позвоночника, грудной клетки, конечностей);
г) состояние кожи и видимых слизистых оболочек, жировых отложений.

Тесты 2

1.В состав предплечья входит кость:
а) бедренная;
б) малая берцовая;
в) лучевая кость;
г) плечевая.
2. Скелет и мышцы формируются из зародышевого листка:
а) энтодермы;
б) мезодермы;
в) эктодермы.
3. В связи с трудовой деятельностью в скелете человека произошло следующее изменение:
а) сформировалась сводчатая стопа;
б) позвоночник стал иметь изгибы;
в) мозговой отдел стал преобладать над лицевым;
г) сформировались массивные нижние конечности.
4. Пояс нижних конечностей скелета человека образован:
а) кончиком;
б) тазовыми костями;
в) поясничными позвонками;
г) бедренной костью.
5. Пояс верхних конечностей скелета человека образован:
а) ключицами;
б) грудиной;
в) шейными позвонками;
г) ребрами.
6. Голень свободной нижней конечности скелета человека образована костями:
а) большеберцовой;
б) таранной;
в) бедренной;
г) лучевой.
7. К мозговому отделу черепа относятся кости:
а) решетчатая;
б) лобная;
в) верхней челюсти;
г) скуловые.
8. Основная функция скелета головы (черепа):
а) опора;
б) движение;
в) зашита.
9. Искривление позвоночника в боковую сторону:
а) лордоз;

б) сколиоз;
в) кифоз.
10. Ребра и грудину относят к костям:
а) плоским;
б) трубчатым;
в) коротким;

Тесты 3

1. Значение нервной системы:
а) осуществляет связь организма с внешней средой и обеспечивает выживание организма как целого;
б) обеспечивает постоянство внутренней среды организма;
в) согласует работу всех органов;
г) осуществляет связь организма с внешней средой и обеспечивает выживание организма как целого, обеспечивает постоянство внутренней среды организма, согласует работу всех органов.
2. Структурной и функциональной единицей нервной ткани является:
а) ацинус;
б) нефрон;
в) нейрон;
г) альвеола.
3. Белое вещество в центральной нервной системе - это
а) скопление волокон;
б) тела нейронов;
в) рецепторы;
г) скопление дендритов.
4. В рефлекторную дугу входит:
а) чувствительные и двигательные нейроны;
б) рецепторы и рабочий орган;
в) афферентные и эфферентные волокна;
г) рецепторы, чувствительные, вставочные и двигательные нейроны, рабочий орган.
5. Спинной мозг осуществляет следующие функции:
а) рефлекторную;
б) проводниковую;
в) координирующую;
г) рефлекторную, проводниковую.
6. Головной мозг состоит из:
а) ствола мозга и промежуточного мозга;
б) ствола мозга и переднего мозга;
в) ствола мозга и мозжечка;
г) ствола мозга и больших полушарий.
7. Участок центральной нервной системы, не имеющий четких границ и представленный телами нейронов и их отростками, - это:
а) продолговатый мозг;
б) мост;
в) ретикулярная формация;
г) средний мозг.
. В коре больших полушарий располагаются следующие зоны:
а) чувствительные;
б) двигательные;
в) ассоциативные;
г) чувствительные, двигательные, ассоциативные.
9. Вегетативная нервная система:
а) вызывает сокращение скелетных мышц;
б) активирует обмен веществ в скелетных мышцах;
в) тормозит сокращение скелетных мышц;
г) не влияет на скелетные мышцы.
10. Увеличению силы сердечных сокращений и их частоты, повышению артериального давления, замедлению процессов пищеварения способствует раздражение нервов:
а) парасимпатической нервной системы;
б) симпатической нервной системы;
в) соматической нервной системы;
г) периферической нервной системы.

Тесты 4

1 Малокровие - это заболевание, связанное с:
а) сокращением числа лимфоцитов;
б) снижение числа эритроцитов;
в) уменьшением количества тромбоцитов;
г) нарушениями в образовании лимфы.
2. Кровь движется с наименьшей скоростью в:
а) артериях;
б) капиллярах;
в) нижней полой вене;
г) верхней полой вене;
д) аорте.
3. Наиболее распространенная группа крови у людей:
а) первая;
б) вторая;
в) третья;
г) четвертая.
4. Околосердечная сумка сердца человека образована:
а) эндокардом;
б) перикардом;

в) миокардом;
г) эпикардом.
5. Малый круг кровообращение заканчивается в:
а) левом желудочке;
б) правом предсердии;
в) левом предсердии.
6. Сердце человека:
а) двухкамерное;
б) трехкамерное;
в) четырехкамерное.
7. Сколько в норме воды в плазме крови:
а) 90%;
б) 80%;
в) 70%;
г) 60%.
8. Сколько эритроцитов в норме содержится в 1 куб. мм в крови человека:
а) 6 – 9 тыс.;
б) 250 – 400 тыс.;
в) 3 – 3,5 млн.;
г) 4,5 – 5,5 млн.
9. Сколько лейкоцитов в норме содержится в 1 куб. мм в крови человека:
а) 6 – 9 тыс.;
б) 250 – 400 тыс.;
в) 3 – 3,5 млн.;
г) 4,5 – 5,5 млн.
10. Сколько тромбоцитов в норме содержится в 1 куб. мм в крови человека:
а) 6 – 9 тыс.;
б) 250 – 400 тыс.;
в) 3 – 3,5 млн.;
г) 4,5 – 5,5 млн.

Критерии оценивания результатов тестирования

Таблица 9

Уровень освоения	***Критерии***	***Баллы***
Максимальный уровень	*Выполнены правильно все задания теста (тест зачтен)*	*5*
Средний уровень	*Выполнено правильно больше половины заданий (тест зачтен)*	*3*
Минимальный уровень	*Выполнено правильно меньше половины заданий (тест не зачтен)*	*0*

4.2.2. Наименование оценочного средства: практико-ориентированное задание

1. При подборе физических упражнений и организации трудового воспитания школьников учитывают состояние осанки. Докажите это с помощью примеров.
2. Чем отличается современная школьная мебель? Почему в школе лучше использовать современную функциональную мебель?
3. Продемонстрируйте три типа дистанций сиденья. Докажите физиологическое преимущество отрицательной дистанции сиденья во время работы за столом.
4. Проверьте правильность вашей осанки. Для этого необходимо стать спиной к стене так, чтобы лопатки, ягодицы и пятки плотно прилегали к стене. Между поясницей и стеной нужно вставить ладонь. Правильная ли у вас осанка, если проходит ладонь?
5. Определите возраст школьника по описанию его опорно-двигательного аппарата. «Позвоночник гибкий, податливый, процессы окостенения не завершены, поэтому несоблюдение гигиенических условий обучения, несоответствующие возрасту физические нагрузки могут привести к нарушению осанки. Темпы увеличения длины тела опережают прирост его массы, а затем наблюдается обратная закономерность. Стопа состоит в основном из хрящевой ткани и под влиянием физических нагрузок может деформироваться. Недостаточно развиты мышцы кисти, предплечья, что отражается на почерке».
6. Определите возраст трех школьников по описанию особенностей их ВНД: Первый школьник. Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения, поэтому во время занятий ученик не может концентрировать внимание более, чем на 5–6 мин и осмысливать свою деятельность. Во время занятий он может встать и заявить, что устал, психика его очень неустойчива. Второй школьник. Процессы возбуждения и торможения в

нервной системе сбалансированы, поэтому ученик может концентрировать внимание на 12–15 мин, осмысливать свою деятельность, сдерживать эмоции. Какие технологии обучения используют на уроке, в основе которого лежит учет психофизиологических особенностей учащихся. Третий школьник. Психическая неуравновешенность ярко выражена. Влияние коры на вегетативные функции снижено. В высшей нервной деятельности преобладают процессы возбуждения, ослаблены все виды внутреннего торможения

7. Прикоснувшись к горячему предмету, люди обычно отдерги¬вают руку. Однако при желании человек может заставить себя держать руку на этом предмете. Чем это можно объяснить?

8. Один физик сказал: «Глаз смотрит, а мозг видит». Как вы понимаете это выражение?

9. Решите, возможно ли переливание крови матери (I группа) ее детям: сыну (III группа) и дочери (IV группа), а также переливание крови брата и сестры друг другу.

10. Лист тянется к свету, червь ползёт в темноту, лягушка ищет влажные места, собака отвечает на зов, человек отдёргивает руку от горячего предмета. Почему?

Критерии оценивания результатов выполнения практико-ориентированного задания

Таблица 10

Уровень освоения	***Критерии***	***Баллы***
Максимальный уровень	*Задание выполнено правильно: выводы аргументированы, основаны на знании материала, владении категориальным аппаратом*	*5*
Средний уровень	*Задание выполнено в целом правильно: но допущены ошибки в аргументации, обнаружено поверхностное владение терминологическим аппаратом*	*3*
Минимальный уровень	*Задание выполнено с ошибками в формулировке тезисов и аргументации, обнаружено слабое владение терминологическим аппаратом*	*2*
Минимальный уровень не достигнут	*Задание не выполнено или выполнено с серьёзными ошибками*	*0*

4.2.3. *Темы докладов и рефератов (в форме презентации):*

1. Анатомо-физиологические особенности растущего организма.
2. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.
3. Возрастные особенности становления сердечно-сосудистой системы крови детей. Группы крови.
4. Типологические особенности высшей нервной деятельности детей.
5. Развитие когнитивных способностей детей и подростков.
6. Обучение и память.
7. Сенситивные (критические) периоды роста и развития детского организма.
8. Акселерация. Причины. Прогнозы.
9. Проблемы питания современного школьника.
10. Современные болезни цивилизации.
11. Пандемия XXI века: угрозы, методы борьбы, перспективы,
12. . Негативные факторы среды, влияющие на рост и развитие детей.
13. . Проблемы одаренных детей в современном обществе.
14. Влияние технического прогресса на интеллектуальные способности детей и подростков.
15. Эффективные меры профилактики респираторных инфекций.
16. Эндокринная система в переходном возрасте.

17. Профилактика болезней мочевыделительной системы детей.
18. Повышение иммунных функций растущего организма.
19. Биологический и календарный возраст. Готовность ребенка к школе.
20. Методы и пути выявления ранних патологий у детей раннего дошкольного и школьного возраста.
21. Пути выявления и методы организации обучения детей и подростков с высокими интеллектуальными способностями.

Критерии и шкалы оценивания доклада/сообщения (в форме презентации):

Таблица 11

Уровень освоения	***Критерии***	***Баллы***
Максимальный уровень	*– продемонстрировано умение выступать перед аудиторией;* *– содержание выступления даёт полную информацию о теме;* *– продемонстрировано умение выделять ключевые идеи;* *– умение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу;* *– высокая степень информативности, компактность слайдов*	*3*
Средний уровень	*– продемонстрирована общая ориентация в материале;* *– достаточно полная информация о теме;* *– продемонстрировано умение выделять ключевые идеи, но нет самостоятельных выводов;* *– невысокая степень информативности слайдов;* *– ошибки в структуре доклада;* *– недостаточное использование научной литературы*	*2*
Минимальный уровень	*– продемонстрирована слабая (с фактическими ошибками) ориентация в материале;* *– ошибки в структуре доклада;* *– научная литература не привлечена*	*1*
Минимальный уровень не достигнут	*– выступление не содержит достаточной информации по теме;* *– продемонстрировано неумение выделять ключевые идеи;* *– неумение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу.*	*0*

4.2.4. ***Примерное задание для контрольной работы:***

1. Уровни организации организма человека и их связи.
2. Влияние наследственных факторов и среды на рост и развитие ребенка.
3. Рост и развитие ребенка. Периоды онтогенетического развития
2. человека их характеристика.
3. Общая характеристика системы опоры и движения.
4. Отделы скелета, факторы, влияющие на их формирование и развитие.
5. Строение скелетных мышц, их классификации и функции.
6. Состав, свойства и функции крови.
7. Группы крови. Резус-фактор.
8. Строение и функции нервной системы.
9. Отделы головного мозга, их строение и функции.

10. Спинной мозг.
11. Возрастные особенности развития нервной системы.
12. Анатомия и физиология сенсорных систем. Гигиена органов зрения и слуха.
13. Научно-гигиенические основы организации труда школьника и учителя.
14. Возрастные особенности строения и развития эндокринной системы.
15. Гипо-и гиперсекреция гормонов желез внутренней секреции и их влияния на организм.
16. Возрастные особенности роста и развития выделительной системы.
17. . Профилактика болезней мочеполовых органов.
18. Строение и функции дыхательной системы. Участие дыхания в речеобразовании.
19. Гигиеническое воспитание школьников – залог здоровья подрастающего поколения
20. Гигиенические основы правильного питания детей дошкольного и школьного возраста.
21. Способы повышения иммунных свойств детского организма. Виды закаливания.

Критерии оценивания результатов контрольной работы

Таблица 12

Балл (интервал баллов)	*Уровень освоения*	*Критерии оценивания уровня освоения компетенций**
10	*Максимальный уровень (интервал)*	*Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, содержит 1-2 мелких ошибки; ответы студента правильные, четкие, содержат 1-2 неточности*
[6-8]	*Средний уровень (интервал)*	*Контрольная работа содержит одну принципиальную или 3 или более недочетов; ответы студента правильные, но их формулирование затруднено и требует наводящих вопросов от преподавателя*
[3-5]	*Минимальный уровень (интервал)*	*Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, неполное раскрытие темы в теоретической части и/или в практической части контрольной работы; ответы студенты формально правильны, но поверхностны, плохо сформулированы, содержат более одной принципиальной ошибки*
Менее 3	*Минимальный уровень (интервал) не достигнут.*	*Контрольная работа содержит более одной принципиальной ошибки моделей решения задачи; контрольная работа оформлена не в соответствии с предъявляемыми требованиями; ответы студента путанные, нечеткие, содержат множество ошибок, или ответов нет совсем; несоответствие варианту.*

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации
Представлено в приложении №1.

Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):
Должность, ученая степень, ученое звание _____ к.б.н., доцент Кушалиева Ш.А.

СОГЛАСОВАНО:
Директор библиотеки _____ Арсагириева Т.А.

Приложение 1

Оценочные средства
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
Направление подготовки
44.03.05 - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
Профили подготовки _____
Форма обучения: очная
Год приема: 2022

1. Характеристика оценочной процедуры:

Семестр–1

Форма аттестации – зачет

2. Оценочные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

2.1. Вопросы для промежуточной аттестации по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»:

1. Что такое онтогенез, и на какие периоды он подразделяется?
2. Какие основные закономерности роста и развития Вам известны?
3. Дайте определение физического развития.
4. Почему физическое развитие называют интегральным показателей здоровья?
5. Какие показатели характеризуют физическое развитие?
6. Перечислите группы здоровья детей и подростков.
7. Какие показатели характеризуют физическое развитие?
8. Что понимают под акселерацией физического развития детей и подростков?
9. Как определяется школьная зрелость?
10. Укажите особенности питания детей и подростков.
11. Как проводится медицинское обслуживание подрастающего поколения?
12. Что включает личная гигиена детей и подростков?
13. Укажите гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских дошкольных учреждений.
14. Перечислите основные соматометрические признаки и укажите антропометрические точки, используемые для соответствующих измерений.
15. Какие показатели физического развития относятся к физиометрическим и стоматоскопическим признакам?
16. Каким количеством точек и какими именно должен касаться обследуемый вертикальной стойки деревянного ростомера при измерении роста стоя?
17. Через какие точки головы, обследуемого должна мысленно проходить линия, параллельная полу?
18. Через какие точки накладывается лента при измерении окружности грудной клетки?
19. Как правильно определить жизненную емкость легких, мышечную силу кистей рук и становую силу?
20. Что понимается под стандартами физического развития, для чего их разрабатывают?
22. Какое физическое развитие считается средним, выше среднего, ниже среднего, высокое, низкое?
23. Можно ли оценить физическое развитие ребенка, используя только длину тела, и если можно, каким методом?

24. В чем заключается различие между гармоничным и дисгармоничным физическим развитием?
25. В чем заключается сущность оценки физического развития разными методами (сигмальных отклонений, метод центильных шкал и др.).
26. Как изменяются показатели роста и развития ребенка в критические периоды?
27. Для чего учителю нужны знания физического развития детей и подростков?
28. Какие показатели характеризуют уровень здоровья детей и подростков?

2.2. Структура экзаменационного билета (примерная):

По дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» предусмотрен зачет.

3. Критерии и шкала оценивания устного ответа, обучающегося на зачете

Максимальное количество баллов на зачете – 30, из них:

Таблица 13

№ n/n	Характеристика ответа	Баллы
1.	Студент должен: - продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; - правильно формулировать определения; - продемонстрировать умения самостоятельной работы с литературой; - уметь сделать выводы по излагаемому материалу	**13-15**
2.	Студент должен: - продемонстрировать достаточно полное знание программного материала; - продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; - продемонстрировать умение ориентироваться в литературе; - уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.	**10-12**
3	Студент должен: - продемонстрировать общее знание изучаемого материала; - показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины; - уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - знать основную рекомендуемую программой учебную литературу	**7-9**
4.	Студент демонстрирует: - незнание значительной части программного материала; - не владение понятийным аппаратом дисциплины; - существенные ошибки при изложении учебного материала; - неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - неумение делать выводы по излагаемому материалу	**6 и менее**

Расчет итоговой рейтинговой оценки

Таблица 14

До 50 баллов включительно	«неудовлетворительно»
От 51 до 70 баллов	«удовлетворительно»
От 71 до 85 баллов	«хорошо»
От 86 до 100 баллов	«отлично»

4. Уровни сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины (модуля)

Таблица 15

Индикаторы достижения компетенции (ИДК)	Уровни сформированности компетенций			
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
	86-100	71-85	51-70	Менее 51
	«зачтено»			«не зачтено»

Код и наименование формируемой компетенции				
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Знает на высоком уровне и в полном объеме основные принципы, средства и методы общей и специальной физической подготовки	Знает на недостаточном уровне и не в полном объеме основные принципы, средства и методы общей и специальной физической подготовки	Знает на низком уровне и частично основные принципы, средства и методы общей и специальной физической подготовки	Не знает основные принципы, средства и методы общей и специальной физической подготовки
	Умеет на высоком уровне подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы развития физических качеств	Умеет на среднем уровне подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы развития физических качеств	Умеет частично подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы развития физических качеств	Не умеет подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы развития физических качеств
	Владеет хорошо навыками демонстрации практического выполнения физических упражнений	Владеет слабо навыками демонстрации практического выполнения физических упражнений	Владеет частично навыками демонстрации практического выполнения физических упражнений	Не владеет навыками демонстрации практического выполнения физических упражнений
УК-7.2. Владеет технология здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Знает на высоком уровне технологии здорового образа жизни и комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Знает на недостаточном уровне технологии здорового образа жизни и комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Знает на слабом уровне технологии здорового образа жизни и комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Не знает технологии здорового образа жизни и комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
	Умеет на достаточном уровне оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Умеет на среднем уровне оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Умеет на низком уровне оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление	Не умеет оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на

			здоровья	укрепление здоровья
	Владеет очень хорошо навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Владеет очень не хорошо навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Владеет частично навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Не владеет навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
ПК-7. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности ПК-7.1. Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Знает на высоком уровне основы детского травматизма и здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Знает на среднем уровне основы детского травматизма и здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Знает частично основы детского травматизма и здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Не знает основы детского травматизма и здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.
	Умеет на высоком уровне планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма и подбирать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе. школьников	Умеет на среднем уровне планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма и подбирать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Умеет на низком уровне планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма и подбирать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Не умеет на высоком уровне планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма и подбирать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.
	Владеет на высоком уровне навыками применения здоровьесберегающих технологий для профилактики детского травматизма	Владеет на среднем уровне навыками применения здоровьесберегающих технологий для профилактики детского травматизма	Владеет на низком уровне навыками применения здоровьесберегающих технологий для профилактики	Не владеет навыками применения здоровьесберегающих технологий для

			детского травматизма	профилактики детского травматизма
ПК-7.2. Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся	Знает на высоком уровне теоретические основы о первой доврачебной помощи обучающимся	Знает на среднем уровне теоретические основы о первой доврачебной помощи обучающимся	Знает на низком уровне теоретические основы о первой доврачебной помощи обучающимся	Не знает на высоком уровне теоретические основы о первой доврачебной помощи обучающимся
	Умеет на высоком уровне используя теоретические знания определять первую доврачебную помощь обучающимся	Умеет на среднем уровне используя теоретические знания определять первую доврачебную помощь обучающимся	Умеет на низком уровне используя теоретические знания определять первую доврачебную помощь обучающимся	Не умеет используя теоретические знания определять первую доврачебную помощь обучающимся
	Владеет на высоком уровне навыками оказания первой доврачебной помощь обучающимся	Владеет на достаточном уровне навыками оказания первой доврачебной помощь обучающимся	Владеет частично навыками оказания первой доврачебной помощь обучающимся	Не владеет навыками оказания первой доврачебной помощь обучающимся

5. Рейтинг-план изучения дисциплины

Таблица 16

I	**БАЗОВАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ**		
Виды контроля	**Контрольные мероприятия**	**Мин. кол-во баллов на занятиях**	**Макс. кол-во баллов на занятиях**
Текущий контроль № 1	Тема № 1. Возрастные основы и закономерности строения и функционирования организма человека.	0	10
Текущий контроль № 2	Тема № 2. Физиологическая регуляция функций организма чело	0	10
	Тема № 3. Физиология крови, органов кровообращения и дыхания		
Рубежный контроль: коллоквиум №1 (Темы 1-4)		0	10
Текущий контроль №3	Тема 4. Возрастные особенности пищеварительной и выделительной систем.	0	10
	Тема 5. Возрастные особенности нервной системы, её структура и функции.		
	Тема 6. Интегративная деятельность мозга человека		
Текущий контроль №4	Тема 7. Сенсорная система человека и её возрастные особенности	0	10
	Тема 8. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса и его оценка.		
Рубежный контроль: коллоквиум №2 (Темы 5-9)		0	10
Допуск к промежуточной аттестации		**Мин 36**	

II	ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ		Мин.	Макс.
1	**Поощрительные баллы**		**0-10**	**10**
	Подготовка доклада с презентацией по дисциплине		0-1	1
	Посещаемость лекций (100%)		0-2	2
	Участие в работе круглого стола, студенческой конференции		0-2	2
	Соц.-личностный рейтинг		0-3	3
	Участие в общественной, культурно-массовой и спортивной работе		0-2	2
2	**Штрафные баллы**		**0-3**	**3**
	Пропуск учебных лекций	за пропуск лекции снимается балльная стоимость лекции (2:8=0,25)	0,25 x N (N – количество пропущенных лекций	
	Несвоевременное выполнение контрольной (аттестационной) работы №1	минус 5% от максимального балла	- 0,5	
	Несвоевременное выполнение контрольной (аттестационной) работы №2	минус 5% от максимального балла	- 0,5	
III	**ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ**		**0-30**	**30**
Форма итогового контроля:	Зачет		**0-30**	**30**
ИТОГО БАЛЛОВ ЗА СЕМЕСТР:			**0-100**	

Приложение 2

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ
Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
(наименование дисциплины / модуля)
Направление подготовки _____
Профили _____
(год набора _____, форма обучения _____)
на 20___ / 20___ учебный год

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

№ n/n	**Раздел рабочей программы (пункт)**	**Краткая характеристика вносимых изменений**	**Основание для внесения изменений**