

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Байханов Исмаил Багдирович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 17.07.2025 17:34:12  
Уникальный программный ключ:  
442c337cd125e1d01462696c9d813e5026977d4

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

**КАФЕДРА БИОЛОГИИ И МЕТОДИКИ ЕЕ ПРЕПОДАВАНИЯ**

Утверждаю  
Зав. каф.: Кушатиева Ш.А.  
Протокол № 9 заседания  
кафедры от 28.04.2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»  
Направление подготовки  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

Профили подготовки  
«История» и «Обществознание»

Квалификация  
бакалавр

Форма обучения  
очная/заочная

Год набора  
2023г.

Грозный, 2023г.

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

## 1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «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».

## 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.<br>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. | <b>Знать:</b><br>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.<br><b>Уметь:</b><br>проводить оценку физического развития и типа конституции детей и подростков; осуществлять самостоятельный поиск материалов в информационной системе Интернет по темам дисциплины.<br><b>Владеть:</b><br>- 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.<br>ПК-7.2. Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.  | <b>Знать:</b><br>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.<br><b>Уметь:</b><br>просецировать приобретенные теоретические знания для организации учебно - воспитательного процесса с учетом задач здоровьесбережения  |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>школьников; оценивать тренированность учащихся и предрасположенность к тому или иному виду спортивной деятельности.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul> <p>обоснованно устанавливать умственную и физическую работоспособность, предотвращать утомление в случае необходимости.</p> |
|--|--|--|

#### 1.4. Объем дисциплины (модуля)

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

Таблица 2

| Вид учебной работы  | Количество академ. часов |        |
|---|--------------------------|--------|
|   | Очно                     | Заочно |
| <b>4.1. Объем контактной работы обучающихся с</b>   | 32                       | 8      |
| <b>4.1.1. аудиторная работа</b>   | 32                       | 8      |
| в том числе:  |                          |        |
| лекции  | 16                       | 2      |
| практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка   | 16                       | 4      |
| лабораторные занятия  | -                        | -      |
| <b>4.1.2. внеаудиторная работа</b>  | 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 | -                        | -      |
| <b>4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся</b>  | 40                       | 62     |
| в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену  |                          | 4      |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 2.1. Тематическое планирование дисциплины (модуля):

Таблица 3

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля) | Общая трудоемкость в академ. часах |        | Трудоемкость по видам учебных занятий (в академ. часах) |        |                |        |              |        |             |        |
|-------|---|------------------------------------|--------|---|--------|----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
|       |   |                                    |        | Лекции  |        | Практ. занятия |        | Лаб. занятия |        | Сам. работа |        |
|       |   | Очно                               | Заочно | Очно  | Заочно | Очно           | Заочно | Очно         | Заочно | Очно        | Заочно |
| 1.    | Тема 1. Введение в предмет «Возрастная          | 4                                  | 1      | 2   | 1      | 2              | 1      | -            | -      | 4           | 6      |

|    |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|----|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|    | анатомия, физиология и культура здоровья».   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 2. | Тема 2. Общие закономерности индивидуального развития организма  | 4 | 1 | 2 |   | 2 |   | - | - | 4 | 8  |
| 3. | Тема 3. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата  | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | - | - | 4 | 6  |
| 4. | Тема 4. Морфофункциональное развитие висцеральных систем организма и эндокринная регуляция процессов жизнедеятельности                                       | 4 | 2 | 2 |   | 2 |   | - | - | 4 | 10 |
| 5. | Тема 5. Возрастные и типологические особенности нервной деятельности. Психофизиологические основы когнитивных и эмоциональных процессов у детей и подростков | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | - | - | 6 | 8  |
| 6. | Тема 6. Психофизиологические основы развития сенсорных и двигательной систем   | 4 | 1 | 2 |   | 2 |   | - | - | 6 | 8  |

|    |  |    |   |    |   |    |    |   |   |    |    |
|----|--|----|---|----|---|----|----|---|---|----|----|
| 7. | Тема 7.<br>Гигиенические основы организации здоровьесберегающих образовательной деятельности | 4  | 1 | 2  | 1 | 2  | -1 | - | - | 6  | 8  |
| 8. | Тема 8.<br>Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению*                            | 4  | 1 | 2  |   | 2  |    |   |   | 6  | 8  |
|    | <i>Подготовка к зачету</i>   | X  | X |    |   |    |    |   |   | X  | X  |
|    | <b>ИТОГО:</b>  | 32 | 8 | 16 | 4 | 16 | 4  | - | - | 40 | 60 |

## 2.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины  | Содержание дисциплины  |
|-------|---|--|
| 1.    | Тема 1. Введение в предмет «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». | Место дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» в системе подготовки педагога. Культура здоровья. Понятие и компоненты здоровья. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков (наследственные, средовые, медицинские, образ жизни). Значение основных компонентов здорового образа жизни (питания, двигательной активности, режима дня, привычек и т.д.) в развитии детей и подростков. Понятие о детях с ОВЗ. Роль гигиены в формировании культуры здоровья.   |
| 2.    | Тема 2. Общие закономерности индивидуального развития организма                   | Онтогенез. Целостность и фазность онтогенеза. Возрастная периодизация, ее критерии. Понятие календарного и биологического. Критерии оценки биологического возраста на различных этапах онтогенеза. Акселерация и ретардация развития. Непрерывность и неравномерность роста и развития. Гомеостаз, возрастные особенности. Функциональные системы организма как морфофизиологическая основа его целостности. Гетерохронность формирования функциональных систем в онтогенезе. Критические и сенситивные периоды онтогенеза. Биологическая надежность, изменение ее в онтогенезе. Адаптация как показатель здоровья, уровни и виды адаптации. Адаптация к обучению. |
| 3.    | Тема 3. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата | Физическое развитие. Оценка физического развития детей и подростков (соматоскопические, антропометрические и физиометрические критерии). Значение и возрастные особенности опорно-двигательного аппарата: развитие скелета (черепа,  |

|    |   |   |
|----|---|---|
|    |   | <p>позвоночника, грудной клетки, нижних и верхних конечностей); возрастные преобразования скелетной мускулатуры (развитие физических качеств – быстроты, силы, ловкости, гибкости и выносливости). Влияние мышечной работы на функциональное состояние физиологических систем организма.</p> <p>Группы физического развития по длине тела и соотношению основных морфофункциональных показателей. Конституциональные соматотипы детей, значение их определения для организации учебно-воспитательного процесса.</p> <p>Осанка, ее значение и формирование в онтогенезе. Нарушения осанки, плоскостопие; их профилактика. Гигиенические требования к школьному ранцу, к детской и школьной мебели и её использованию.</p>  |
| 4. | <p>Тема 4. Морфофункциональное развитие висцеральных систем организма и эндокринная регуляция процессов жизнедеятельности</p>                                       | <p>4. Кровь: состав, функции, онтогенетические изменения. Морфофункциональные изменения системы кровообращения в онтогенезе. Значение дыхания, особенности индивидуального развития дыхательной системы. Функции желудочно-кишечного тракта, возрастные изменения пищеварительной системы. Возрастные особенности обмена веществ и энергии. Физиологические основы питания детей разного возраста. Выделительная система, ее значение и функциональное становление в онтогенезе. Строение и функции кожи. Роль желез внутренней секреции (гипофиза, надпочечников, щитовидной, паращитовидной, вилочковой, поджелудочной и половых желез) в регуляции функций развивающегося организма и формировании поведенческих реакций. Половое созревание, учёт морфофункциональных особенностей подростков при обучении и воспитании</p>   |
| 5. | <p>Тема 5. Возрастные и типологические особенности нервной деятельности. Психофизиологические основы когнитивных и эмоциональных процессов у детей и подростков</p> | <p>Значение центральной регуляции функций развивающегося организма. Строение (микро- и макро-) и функции нервной системы, её развитие в онтогенезе. Возбуждение и торможение, их взаимодействие в центральной нервной системе; доминанта, ее значение в обучении и воспитании. Рефлекс как форма деятельности нервной системы. Принципы рефлекторной деятельности. Учение о низшей и высшей нервной деятельности. Безусловные рефлексы, их классификация, инстинкты. Ориентировочный рефлекс, его значение для обучения. Условные рефлексы как основа индивидуального поведения, их классификация. Динамические стереотипы как основа привычек, умений, навыков. Условия и возрастные особенности выработки условных рефлексов. Виды безусловного и условного торможения условных рефлексов. Возрастные особенности торможения, их значение для воспитания и обучения. Непроизвольное и произвольное внимание, их значение,</p> |

|    |  |   |
|----|--|---|
|    |  | <p>возрастные особенности, учет при обучении и воспитании. Тренировка внимания. Физиологическая основа памяти. Значение и классификация видов памяти, её развитие в онтогенезе. Тренировка памяти. Физиологические основы эмоций. Возрастные особенности регуляции эмоциональных состояний. Эмоциональные нарушения и их коррекция.</p> <p>Качественное своеобразие высшей нервной деятельности человека, первая и вторая сигнальные системы действительности как основа конкретно-образного и абстрактно-логического мышления, сознания. Особенности слова как раздражителя. Мозговая организация речи, функциональная асимметрия больших полушарий. Условия развития речи. Развитие в онтогенезе речи, мышления и функциональной асимметрии мозга.</p> <p>Типологические особенности ВНД человека (по И. П. Павлову). Индивидуально-типологические особенности ВНД детей и подростков по Н.Н. Красногорскому (по свойствам нервных процессов) и по А.Н. Иванову-Смоленскому (по соотношению первой и второй сигнальных систем). Изменения ВНД в подростковом периоде. Учёт возрастных и типологических особенностей ВНД при обучении, воспитании и профориентации</p> |
| 6. | <p>Тема 6. Психофизиологические основы развития сенсорных и двигательной систем</p>              | <p>Понятия анализатора (сенсорной системы), органа чувств. Значение сенсорных систем для развивающегося организма, сенсорная депривация. Общие принципы строения, функции и свойства анализаторов. Мозговая организация ощущений и восприятия. Виды сенсорных систем, их развитие в онтогенезе. Значение движения в жизни человека, двигательный анализатор. Развитие произвольных движений в онтогенезе.</p> <p>Основные виды нарушений зрения и слуха, их профилактика. Гигиенические требования к естественной и искусственной освещенности, к организации чтения и письма, использованию аудиовизуальных и электронных технических средств обучения.</p>  |
| 7. | <p>Тема 7. Гигиенические основы организации здоровьесберегающей образовательной деятельности</p> | <p>Физиологические основы гигиены образовательной деятельности. Физическая и умственная работоспособность детей и подростков. Ритмы работоспособности (суточной, недельной, годовой). Фазы работоспособности. Утомление и переутомление, их признаки и влияние на здоровье. Профилактика переутомления в образовательном процессе. Рациональная организация режима труда и отдыха. Гигиенические требования к учебной нагрузке, расписанию занятий и их организации. Требования санитарных правил к организации обучения детей с ОВЗ. Биоритм сон-бодрствование, его возрастные особенности.</p>  |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 8. | Тема 8. Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению* | Подходы к определению готовности детей к обучению. Комплексная оценка готовности детей к обучению в школе. Критерии (медицинские и психолого-педагогические) и методики (ориентировочные и углубленные) определения готовности детей к обучению в школе. |
|----|--|--|

### 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.    | Тема 1. Введение в предмет «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья».  | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 2.    | Тема 2. Общие закономерности индивидуального развития организма  | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 3.    | Тема 3. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата  | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 4.    | Тема 4. Морфофункциональное развитие висцеральных систем организма и эндокринная регуляция процессов жизнедеятельности                                       | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 5     | Тема 5. Возрастные и типологические особенности нервной деятельности. Психофизиологические основы когнитивных и эмоциональных процессов у детей и подростков | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 6     | Тема 6. Психофизиологические основы развития сенсорных и двигательной систем   | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 7     | Тема 7. Гигиенические основы организации здоровьесберегающей образовательной деятельности  | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>Выполнение практико-ориентированных заданий Подготовка докладов/сообщений. |
| 8     | Тема 8. Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению*   | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам занятий.<br>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 платягой |
|---------------------------|---|--|------------------------|--|--|-------------------------------------|
| 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<br>12/60                                       | 25<br>25               |  | Образовательная платформа Юрайт [сайт].<br>—<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/497802">https://urait.ru/bcode/497802</a>                         | 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<br>12/60                                       | 25<br>25               |  | Образовательная платформа Юрайт [сайт].<br>—<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/507815">https://urait.ru/bcode/507815</a>                         | 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<br>12/60                                       | 25                     |  | Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт].<br>— URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/93803.html">https://www.iprbookshop.ru/93803.html</a> | 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<br>12/60                                       | 25<br>25               |  | Образовательная платформа Юрайт [сайт].<br>—<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/494027">https://urait.ru/bcode/494027</a>                         | 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 с. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст: электронный // | 32/40<br>12/60 | 25<br>25 |  | Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/65272.html">https://www.iprbookshop.ru/65272.html</a>    | 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 с. — ISBN 978-5-4497-1663-7. — Текст: электронный //                       | 32/40<br>12/60 | 25<br>25 |  | Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <a href="https://www.iprbookshop.ru/120939.html">https://www.iprbookshop.ru/120939.html</a> | 100% |

### 3.2.2. Интернет-ресурсы

1. Цифровой образовательный ресурс «IPR SMART». <https://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/>
6. СПС «КонсультантПлюс». <http://www.consultant.ru/>
7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru/catalog/>
8. Научная электронная библиотека «Киберленинка». <https://cyberleninka.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)   |
|---|--|--------------------------|
| <b>Аудитория для проведения лекционных занятий</b>                          |  |                          |
| 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 |
| <b>Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости</b> |  |                          |
| Ауд. 5-03   | Учебная мебель (столы ученические, стулья ученические) на 24 посадочных мест, шкаф для учебников – 2, интерактивная доска -1,                                    | ул. Субры Кишиевой, № 33 |

|   |  |                         |
|---|--|-------------------------|
|   | 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 |                         |
| <b>Помещения для самостоятельной работы</b> |  |                         |
| 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. Введение в предмет «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья».  | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 2.    | Тема 2. Общие закономерности индивидуального развития организма  | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 3.    | Тема 3. Физическое развитие. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата  | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 4.    | Тема 4. Морфофункциональное развитие висцеральных систем организма и эндокринная регуляция процессов жизнедеятельности                                       | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 5.    | Тема 5. Возрастные и типологические особенности нервной деятельности. Психофизиологические основы когнитивных и эмоциональных процессов у детей и подростков | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 6.    | Тема 6. Психофизиологические   | УК-7,                                      | Комбинированный       | Зачет                    |

|    |   |               |                       |       |
|----|---|---------------|-----------------------|-------|
|    | основы развития сенсорных и двигательной систем   | ПК-7          | опрос                 |       |
| 7. | Тема 7. Гигиенические основы организации здоровьесберегающей образовательной деятельности | УК-7,<br>ПК-7 | Комбинированный опрос | Зачет |
| 8. | Тема 8. Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению*                            | УК-7,<br>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) защита.
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) аксон;
  - 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) снижением 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 кровообращения 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*

| <i>Уровень освоения</i>     | <i>Критерии</i>   | <i>Баллы</i> |
|-----------------------------|---|--------------|
| <i>Максимальный уровень</i> | <i>Выполнены правильно все задания теста (тест зачтен)</i>          | <i>5</i>     |
| <i>Средний уровень</i>      | <i>Выполнено правильно больше половины заданий (тест зачтен)</i>    | <i>3</i>     |
| <i>Минимальный уровень</i>  | <i>Выполнено правильно меньше половины заданий (тест не зачтен)</i> | <i>0</i>     |

#### **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 отдергивают 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 отдергивает руку от горячего предмета. Почему?

#### **Критерии оценивания результатов выполнения практико-ориентированного задания**

Таблица 10

| <i>Уровень освоения</i>     | <i>Критерии</i>   | <i>Баллы</i> |
|-----------------------------|---|--------------|
| <i>Максимальный уровень</i> | <i>Задание выполнено правильно: выводы аргументированы, основаны на знании материала, владении категориальным</i> | <i>5</i>     |

|   |  |          |
|---|--|----------|
|   | <i>аппаратом</i>   |          |
| <i>Средний уровень</i>                  | <i>Задание выполнено в целом правильно: но допущены ошибки в аргументации, обнаружено поверхностное владение терминологическим аппаратом</i> | <i>3</i> |
| <i>Минимальный уровень</i>              | <i>Задание выполнено с ошибками в формулировке тезисов и аргументации, обнаружено слабое владение терминологическим аппаратом</i>            | <i>2</i> |
| <i>Минимальный уровень не достигнут</i> | <i>Задание не выполнено или выполнено с серьёзными ошибками</i>  | <i>0</i> |

#### **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.

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

Таблица 11

| <b>Уровень освоения</b>     | <b>Критерии</b>  | <b>Баллы</b> |
|-----------------------------|--|--------------|
| <i>Максимальный уровень</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– продемонстрировано умение выступать перед аудиторией;</li> <li>– содержание выступления даёт полную информацию о теме;</li> <li>– продемонстрировано умение выделять ключевые идеи;</li> <li>– умение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу;</li> <li>– высокая степень информативности, компактность слайдов</li> </ul> | <i>3</i>     |
| <i>Средний уровень</i>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– продемонстрирована общая ориентация в материале;</li> <li>– достаточно полная информация о теме;</li> <li>– продемонстрировано умение выделять ключевые идеи, но</li> </ul>   | <i>2</i>     |



|                                  |  |   |
|----------------------------------|--|---|
|                                  | нет самостоятельных выводов;<br>– невысокая степень информативности слайдов;<br>– ошибки в структуре доклада;<br>– недостаточное использование научной литературы  |   |
| Минимальный уровень              | – продемонстрирована слабая (с фактическими ошибками) ориентация в материале;<br>– ошибки в структуре доклада;<br>– научная литература не привлечена   | 1 |
| Минимальный уровень не достигнут | – выступление не содержит достаточной информации по теме;<br>– продемонстрировано неумение выделять ключевые идеи;<br>– 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 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.

#### 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                         | Контрольная работа содержит одну   |

|         |   |   |
|---------|---|---|
|         | уровень<br>(интервал)                           | <i>принципиальную или 3 или более недочетов; ответы студента правильные, но их формулирование затруднено и требует наводящих вопросов от преподавателя</i>  |
| [3-5]   | Минимальный уровень<br>(интервал)               | <i>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</i> |
| Менее 3 | Минимальный уровень<br>(интервал) не достигнут. | <i>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.</i>            |

**Оценочные средства**  
**для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**  
**«Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»**  
**Направление подготовки**  
**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**  
**Профили подготовки – «История» и «Обществознание»**  
**Форма обучения: очная и заочная**  
**Год приема: 2023**

**1. Характеристика оценочной процедуры:**

Семестр -

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. Значение знаний по возрастной анатомии, физиологии и культуре здоровья для образовательной деятельности.
2. Понятие культуры здоровья. Здоровье и его компоненты.
3. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков.
4. Значение основных компонентов здорового образа жизни для здоровья и развития детей и подростков.
5. Понятие онтогенеза. Непрерывность и неравномерность роста и развития.
6. Биологическая надежность, её характеристики и изменение в онтогенезе.
7. Гетерохронность системогенеза, её проявления и значение для формирования биологической надежности.
8. Уровни и виды адаптации, возрастные особенности.
9. Возрастная периодизация. Критерии выделения периодов онтогенеза, их границы. Сенситивные и критические периоды онтогенеза, их особенности.
10. Календарный и биологический возраст, их соотношение. Акселерация и ретардация. Способы определения биологического возраста.
11. Физическое развитие детей и подростков, его показатели. Методы определения. Группы физического развития.
12. Осанка, значение и закономерности ее формирования в онтогенезе. Факторы, влияющие на формирование осанки. Нарушения осанки, причины их возникновения и профилактика.
13. Значение свода стопы и его формирование в онтогенезе. Плоскостопие: виды, причины, признаки, методы определения и профилактика.
14. Конституциональные особенности физического и функционального развития детей и подростков. Типы соматической конституции, методика и значение их определения.
15. Значение и общий принцип строения нервной системы. Развитие нервной системы в онтогенезе.
16. Функциональное значение различных отделов ЦНС (спинного и головного мозга). Гетерохронность созревания отделов ЦНС.
17. Процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе и их взаимодействие. Иррадиация, концентрация, индукция и их возрастные особенности.
18. Доминанта, ее возрастные особенности, значение в познавательной деятельности учащихся.

19. Рефлекс как основная форма нервной деятельности. Принципы рефлекторной деятельности.
20. Низшая нервная деятельность, ее значение и возрастные особенности. Классификация безусловных рефлексов. Ориентировочный рефлекс, его возрастные особенности и значение для обучения.
21. Высшая нервная деятельность, ее значение. Условный рефлекс как основа памяти и обучения. Классификация условных рефлексов.
22. Условия выработки условных рефлексов, возрастные особенности их формирования.
23. Динамический стереотип, его физиологический механизм и возрастные особенности. Значение динамического стереотипа в обучении и воспитании.
24. Безусловное, или внешнее торможение (индукционное, запредельное). Характеристика, значение и возрастные особенности.
25. Условное, или внутреннее торможение (угасательное, запаздывающее, дифференцированное, условный тормоз): характеристика, возрастные особенности и роль в учебно-воспитательном процессе.
26. Общий принцип строения, свойства и значение анализаторов (сенсорных систем). Сенсорная депривация.
27. Строение, функции и возрастные особенности зрительной сенсорной системы. Профилактика близорукости.
28. Строение, функции и возрастные особенности слуховой сенсорной системы. Профилактика нарушений слуха.
29. Строение, функции и возрастные изменения соматосенсорной системы. Развитие произвольных движений. Профилактика гиподинамии.
30. Высшая нервная деятельность человека, ее качественное своеобразие (первая и вторая сигнальные системы действительности, функциональная асимметрия мозга).
31. Условия развития речи и абстрактно-логического мышления. Этапы развития речи у детей. Социальная депривация.
32. Психофизиологические основы внимания и памяти, возрастные особенности.
33. Психофизиологические основы эмоций и их регуляция. Нарушения эмоциональных состояний и их коррекция
34. Классификация типологических особенностей ВНД детей на основе свойств нервных процессов по Н. И. Красногорскому. Значение для обучения и воспитания.
35. Классификация типов ВНД детей по соотношению сигнальных систем (по Иванову-Смоленскому). Значение для обучения и воспитания.
36. Общий план строения сердечно-сосудистой системы. Возрастные особенности строения сердца и кровеносных сосудов. Гигиена сердечно-сосудистой системы.
37. Возрастные особенности системы крови. Форменные элементы крови. Малокровие и его профилактика у детей и подростков.
38. Общий план строения дыхательной системы, газообмен в легких и тканях. Возрастные особенности дыхательной системы и ее гигиена.
39. Возрастные особенности строения и функционирования пищеварительной системы. Гигиена пищеварения.
40. Возрастные особенности строения и функции выделительной системы. Органы выделения (почки, кожа) и их гигиена.
41. Обмен веществ и энергии, компоненты. Суточная потребность в белках, жирах и углеводах в зависимости от возраста.
42. Значение гормональной регуляции функций у детей и подростков, половое созревание.
43. Особенности высшей нервной деятельности подростков, связанные со скачком роста и половым созреванием.

44. Умственная работоспособность, её фазы, ритмические изменения и возрастные особенности. Факторы, влияющие на умственную работоспособность. Утомление и переутомление, их признаки и влияние здоровье. Профилактика переутомления.
45. Биоритм сон-бодрствование, его значение для обеспечения биологической надежности. Возрастные особенности и гигиена сна.
46. Гигиенические требования к составлению учебного расписания, их физиологическая основа.
47. Гигиенические требования к освещённости учебных помещений (помещений для занятий), их физиологическая основа.
48. Гигиенические требования к организации чтения и письма, к применению аудиовизуальных и электронных ТСО, их физиологическая основа.
49. Гигиенические требования к ученической (детской) мебели, оснащению и воздушно-тепловому режиму учебных помещений (помещений для занятий).
50. Критерии и методики определения готовности детей к обучению в школе.
51. Понятие о детях с ОВЗ. Требования санитарных правил к организации обучения детей с ОВЗ.

### 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

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

| Код и наименование компетенции и для ОП ВО, индикаторы достижения компетенции (ИДК) | Шкала оценивания |  |  |
|---|------------------|--|--|
|   | «зачтено»        | «не зачтено»   |  |
| Компетенция (шифр и индикаторы) УК-7, УК-7.1, УК-7.2; ПК-7, ПК-7.1                  | Критерий 1       | выставляется обучающемуся, который в процессе изучения дисциплины и по результатам промежуточной аттестации:<br>- обнаружил системные знания по всем разделам программы дисциплины, продемонстрировал способность к их самостоятельному пополнению, в том числе в рамках учебно-исследовательской и научно-исследовательской деятельности; | выставляется обучающемуся, который в процессе изучения дисциплины и по результатам промежуточной аттестации:<br>- обнаружил отсутствие знаний либо фрагментарные знания по основным разделам программы дисциплины;   |
|   | Критерий 2       | - при выполнении заданий, предусмотренных программой, успешно продемонстрировал осваиваемые в рамках дисциплины профессиональные умения;   | - при выполнении заданий, предусмотренных программой, не смог продемонстрировать осваиваемые профессиональные умения (допустил принципиальные ошибки в их выполнении, которые не смог исправить при указании на них преподавателем), либо не выполнил задания; |
|   | Критерий 3       | - представил результаты выполнения всех заданий для самостоятельной работы полностью и качественно, на творческом уровне, выразил личностную значимость деятельности;  | - не выполнил предусмотренные учебным планом практические задания;   |
|   | Критерий 4       | - при устном ответе высказал самостоятельное суждение на основе исследования теоретических источников, логично и аргументированно изложил материал,  | - при устном ответе допустил фактические ошибки в использовании научной терминологии и изложении учебного  |

|  |            |  |  |
|--|------------|--|--|
|  |            | связал теорию с практикой посредством иллюстрирующих примеров, свободно ответил на дополнительные вопросы;   | содержания, сделал ложные выводы;  |
|  | Критерий 5 | - при выполнении письменного задания представил содержательный, структурированный, глубокий анализ сути и путей решения проблемы (задачи, задания);<br>- при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 60 -100 % заданий. | - не полностью выполнил задания для самостоятельной работы, указанные в программе дисциплины, либо задания выполнены неверно, очевиден плагиат;<br>- при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 0-59% заданий. |

## 5. Рейтинг-план изучения дисциплины

Таблица 16

| <b>БАЗОВАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ</b>           |  |  |                                       |  |
|--|--|--|---------------------------------------|--|
| <b>I</b>   | <b>Виды контроля</b>   | <b>Контрольные мероприятия</b>   | <b>Мин. кол-во баллов на занятиях</b> | <b>Макс. кол-во баллов на занятиях</b> |
|  | 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                                 |                                       |  |
| <b>Рубежный контроль: коллоквиум №1 (Темы 1-4)</b> |  |  | 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. |                                       |  |
| <b>Рубежный контроль: коллоквиум №2 (Темы 5-9)</b> |  |  | 0                                     | 10                                     |
| <b>Допуск к промежуточной аттестации</b>           |  |  | <b>Мин 36</b>                         |  |
| <b>II</b>  | <b>ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ</b>                |  | <b>Мин.</b>                           | <b>Макс.</b>                           |
|  | <b>Поощрительные баллы</b>                                     |  | <b>0-10</b>                           | <b>10</b>                              |
| <b>1</b>   | 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                                      |
| <b>2</b>   | <b>Штрафные баллы</b>  |  | <b>0-3</b>                            | <b>3</b>                               |

|                                  |   |  |   |           |
|----------------------------------|---|--|---|-----------|
|                                  | Пропуск учебных лекций  | за пропуск лекции снимается балльная стоимость лекции (2:8=0,25) | 0,25 x N<br>(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   |           |
| <b>III</b>                       | <b>ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ</b>  |  | <b>0-30</b>                                     | <b>30</b> |
| <b>Форма итогового контроля:</b> | Зачет   |  | <b>0-30</b>                                     | <b>30</b> |
| <b>ИТОГО БАЛЛОВ ЗА СЕМЕСТР:</b>  |   |  | <b>0-100</b>                                    |           |



**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ**  
**РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ**  
**Оценочные средства**  
**для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**  
**«Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»**  
**Направление подготовки**  
**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**  
**Профили подготовки – «История» и «Обществознание»**  
**Форма обучения: очная и заочная**  
**Год приема: 2023**

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

| №<br>n/n | Раздел рабочей программы (пункт) | Краткая характеристика вносимых изменений | Основание для внесения изменений |
|----------|----------------------------------|---|----------------------------------|
|          |                                  |   |                                  |
|          |                                  |   |                                  |
|          |                                  |   |                                  |
|          |                                  |   |                                  |