

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Байханов Исмаил Багдирович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 18.07.2023 16:29:57  
Уникальный программный ключ:  
442c337cd125e1d014f62896c9d813e5026977d4

**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**

**«Технология» и «Дополнительное образование (предпринимательская деятельность)»**

Квалификация  
бакалавр

Форма обучения  
очная/заочная

Год набора  
2023

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;<br>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>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.<br><b>Владеть:</b>   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | - 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.<br>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 |
| <b>4.1. Объем контактной работы обучающихся с преподавателем</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) |        |                |        |              |        |             |        |
|-------|---|------------------------------------|--------|---|--------|----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
|       |   | Очно                               | Заочно | Лекции  |        | Практ. занятия |        | Лаб. занятия |        | Сам. работа |        |
|       |   |                                    |        | Очно  | Заочно | Очно           | Заочно | Очно         | Заочно | Очно        | Заочно |
| 1.    | Тема 1. Введение в предмет «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». | 4                                  | 1      | 2   | 1      | 2              | 1      | -            | -      | 4           | 6      |

|    |  |   |   |   |   |   |    |   |   |   |    |
|----|--|---|---|---|---|---|----|---|---|---|----|
| 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. Гигиенические основы организации   | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | -1 | - | - | 6 | 8  |

|    |  |    |   |    |   |    |   |   |   |    |    |
|----|--|----|---|----|---|----|---|---|---|----|----|
|    | здоровьесберегающей образовательной деятельности               |    |   |    |   |    |   |   |   |    |    |
| 8. | Тема 8. Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению* | 4  | 1 | 2  |   | 2  |   |   |   | 6  | 8  |
|    | Подготовка к зачету  | 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, 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. Группы физического развития по длине тела и соотношению основных морфофункциональных   |

|    |   |  |
|----|---|--|
|    |   | <p>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>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, 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. Качественное своеобразие высшей нервной деятельности человека, первая и вторая сигнальные системы действительности как основа конкретно-образного и</p> |

|    |  |   |
|----|--|---|
|    |  | <p>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. | <p>Тема 8. Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению*</p>                            | <p>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.</p>   |

### 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. 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 | 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<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].<br>— 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/>
- ОТКРЫТЫЙ РЕСУРС
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, 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 |
| <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. Субры Кишиевой, № 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 основы развития сенсорных и двигательной систем   | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 7.    | Тема 7. Гигиенические основы организации здоровьесберегающей образовательной деятельности  | УК-7, ПК-7                                 | Комбинированный опрос | Зачет                    |
| 8.    | Тема 8. Комплексная диагностика готовности ребенка к обучению*   | 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) 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) акцинус;
- 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*

| <b>Уровень освоения</b>     | <b>Критерии</b>   | <b>Баллы</b> |
|-----------------------------|---|--------------|
| <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**

- При подборе физических упражнений и организации трудового воспитания школьников учитывают состояние осанки. Докажите это с помощью примеров.
- Чем отличается современная школьная мебель? Почему в школе лучше использовать современную функциональную мебель?
- Продемонстрируйте три типа дистанций сиденья. Докажите физиологическое преимущество отрицательной дистанции сиденья во время работы за столом.
- 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?
- 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».
- 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*

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

**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>     | 3            |
| <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 нет самостоятельных выводов;</li> <li>– невысокая степень информативности слайдов;</li> <li>– ошибки в структуре доклада;</li> <li>– недостаточное использование научной литературы</li> </ul> | 2            |
| <i>Минимальный уровень</i>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>– продемонстрирована слабая (с фактическими ошибками) ориентация в материале;</li> <li>– ошибки в структуре доклада;</li> <li>– научная литература не привлечена</li> </ul>   | 1            |
| <i>Минимальный уровень не достигнут</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– выступление не содержит достаточной информации по теме;</li> <li>– продемонстрировано неумение выделять ключевые идеи;</li> <li>– неумение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу.</li> </ul>   | 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*

| <i>Балл<br/>(интервал<br/>баллов)</i> | <i>Уровень освоения</i>                                 | <i>Критерии оценивания уровня освоения<br/>компетенций*</i>   |
|---------------------------------------|---|---|
| <i>10</i>                             | <i>Максимальный<br/>уровень<br/>(интервал)</i>          | <i>Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, содержит 1-2 мелких ошибки; ответы студента правильные, четкие, содержат 1-2 неточности</i>   |
| <i>[6-8]</i>                          | <i>Средний<br/>уровень<br/>(интервал)</i>               | <i>Контрольная работа содержит одну принципиальную или 3 или более недочетов; ответы студента правильные, но их формулирование затруднено и требует наводящих вопросов от преподавателя</i>   |
| <i>[3-5]</i>                          | <i>Минимальный<br/>уровень<br/>(интервал)</i>           | <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> |
| <i>Менее 3</i>                        | <i>Минимальный уровень<br/>(интервал) не достигнут.</i> | <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**  
**44.03.01 Педагогическое образование/44.03.05 Педагогическое образование**  
**(с двумя профилями подготовки)**  
**Профили подготовки – «Технология» и «Дополнительное образование (ПД)»**  
**Форма обучения: очная и заочная**  
**Год приема: 2023**

**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. 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 на 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    | <b>13-15</b>     |
| 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. | <b>10-12</b>     |
| 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   | <b>7-9</b>       |
| 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   | <b>6 и менее</b> |

### 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 компетенций (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, связал теорию с практикой посредством иллюстрирующих примеров, свободно ответил на дополнительные вопросы;   | - при устном ответе допустил фактические ошибки в использовании научной терминологии и изложении учебного содержания, сделал ложные выводы;  |
|   | Критерий 5       | - при выполнении письменного задания представил содержательный, структурированный, глубокий анализ сути и путей решения проблемы (задачи, задания);  | - не полностью выполнил задания для самостоятельной работы, указанные в программе дисциплины, либо   |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  |  | - при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 60 -100 % заданий. | задания выполнены неверно, очевиден плагиат;                              |
|  |  |   | - при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 0-59% заданий. |

## 5. Рейтинг-план изучения дисциплины

Таблица 16

| <b>I</b>   |  |  |   |              |
|--|--|--|---|--------------|
| <b>БАЗОВАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ</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>          |              |
| <b>Текущий контроль № 1</b>                        | Тема № 1. Возрастные основы и закономерности строения и функционирования организма человека. | 0  | 10  |              |
| <b>Текущий контроль № 2</b>                        | 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  |              |
| <b>Текущий контроль №3</b>                         | 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  |  |   |              |
| <b>Текущий контроль №4</b>                         | 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>1</b>   | <b>Поощрительные баллы</b>   |  | <b>0-10</b>                                     | <b>10</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                               | минус 5% от максимального балла                                  | - 0,5   |              |

|  |                          |  |              |
|--|--------------------------|--|--------------|
|  | №2                       |  |              |
| <b>III</b>                               | <b>ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ</b> |  | <b>0-30</b>  |
| <b>Форма<br/>итогового<br/>контроля:</b> | Зачет                    |  | <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  
44.03.01 Педагогическое образование/44.03.05 Педагогическое образование  
(с двумя профилями подготовки)  
Профили подготовки – «Технология» и «Дополнительное образование (ПД)»**

**Форма обучения: очная и заочная**

**Год приема: 2023**

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

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