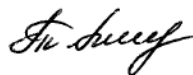


ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Рыбницкий филиал
Кафедра социально-культурной деятельности

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой



Лозан Т.А.

«22» сентября 2023 г.

Фонд оценочных средств
по дисциплине
«Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»

Направление подготовки:

44.03.05 «Педагогическое образование»;

44.03.01 «Педагогическое образование».

Профиль подготовки:

«Иностранный язык (английский/немецкий)

дополнительный профиль «Иностранный язык (немецкий/английский)»,

«Информатика и информационные технологии в образовании», «Изобразительное искусство».

Квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

Форма обучения

очная

Год набора: 2023

Разработал:

ст. преподаватель



Шумилова И.Ф.

«22» сентября 2023 г.

Рыбница, 2023 г.

ПАСПОРТ
фонда оценочных средств
этапов формирования компетенций по дисциплине
«Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»

1. Основные сведения о дисциплине (модуле), практике

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы (72 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов		
	семестр I	семестр	всего
Общая трудоёмкость	72		72
Контактная работа:	36		36
Лекции (Л)	18		18
Практические занятия (ПЗ)	18		18
Консультации			
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)			
Самостоятельная работа: - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - написание доклада (Р); - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к рубежному контролю и т.п.)	36		36
Вид итогового контроля (зачет)	зачет		

2. Требования к результатам обучения по дисциплине (модулю), прохождения практики, ГИА формы их контроля и виды оценочных средств

Процесс изучения дисциплины (модуля), прохождения практики, ГИА направлен на формирование следующих результатов обучения:

3. Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций:

Направление подготовки «Педагогическое образование» профиль «Иностранный язык»

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Универсальные компетенции и индикаторы их достижения		
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД УК-7.1 Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни. ИД УК-7.2 Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.

		ИД УК-7.3 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.
--	--	--

Направление подготовки «Педагогическое образование», профиль: «Информатика и информационные технологии в образовании»

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД УК-7.1 - Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. ИД УК-7.2 - Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

Направление подготовки «Педагогическое образование», профиль: «Изобразительное искусство»

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД УК-7.1 - Знать: основы и правила здорового образа жизни; значение физической культуры и спорта в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий. ИД УК-7.2 - Уметь: вести здоровый образ жизни, поддерживать уровень физической подготовки; проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями и в спортивных секциях с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью; составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью. ИД УК-7.3 - Владеть: навыками организации здорового образа жизни и спортивных занятий; способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений и спорта.

3.1 Программа оценивания контролируемой компетенции

Направление подготовки «Педагогическое образование» профиль «Иностранный язык»

Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Закономерности роста и развития детского организма	ИД ук- 7.1 ИДук-7.2	ИД _{ук-7.1} Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни. ИД _{ук-7.2} Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	Семинар №1 тестовый контроль
Возрастные особенности регуляторных систем организма	ИДук-8.1 ИДук-8.2	ИД _{ук-8.1} Знает: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний. ИД _{ук-8.2} Владеет: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций.	Устный опрос Собеседование Семинарское занятие №2; №3

Возрастные особенности системы крови и кровообращения	ИДук-7.2	ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни. ИД УК-8.2 Владеет: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций.	Устный опрос Собеседование Семинарское занятие №4; №5
Возрастные особенности системы дыхания	ИДук-7.2	ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни. ИД УК-8.2 Умеет: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний. ИД УК-8.2 Владеет: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций.	Семинар №6 тестовый контроль Устный опрос Собеседование
Возрастные особенности пищеварения и обмена веществ	ИДук-7.2	ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни. ИД УК-8.1 Знает: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных	Семинар №7 и №8 Устный опрос Собеседование

		ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний. ИД _{УК-8.2} Умеет: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.	
Возрастные особенности костно-мышечной системы	ИД ук- 7.1 ИДук-7.2	ИД_{УК-7.1} Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни. ИД _{УК-7.2} Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма. ИД _{УК-7.2} Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.	Семинарское занятие №9 собеседование
Промежуточная аттестация			
	ИД УК-7,1 ИД УК-7.2		собеседование (по вопросам к зачету)

Направление подготовки «Педагогическое образование», профиль «Изобразительное искусство».
«Информатика и информационные технологии в обучении»

Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Закономерности роста и развития детского организма	ИД ук- 7.1 ИД ук-7.2	ИД _{ук-7.1} Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни. ИД _{ук-7.2} Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	Семинар №1 тестовый контроль
Возрастные особенности регуляторных систем организма	ИДук-8.1 ИДук-8.2	ИД _{УК-8.1} Знает: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний. ИД _{УК-8.2} Владеет: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими	Устный опрос Собеседование Семинарское занятие №2; №3

		знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций.	
Возрастные особенности системы крови и кровообращения	ИДук-7.2	ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.	Устный опрос Собеседование Семинарское занятие №4; №5
Возрастные особенности системы дыхания	ИДук-7.2	ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.	Семинар №6 тестовый контроль
Возрастные особенности пищеварения и обмена веществ	ИДук-7.2	ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.	Семинар №7 и №8 Устный опрос
Возрастные особенности костно-мышечной системы	ИД ук- 7.1 ИДук-7.2	ИДУК-7.1 Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни. ИД УК-7.2 Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности	Семинарское занятие №9 собеседование

		развития организма. ИД УК-7.2 Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.	
--	--	---	--

Промежуточная аттестация

	ИД УК-7,1 ИД УК-7.2		собеседование (по вопросам к зачету)
--	------------------------	--	---

4. Оценочные средства

Блок А

А. Фонд тестовых заданий по дисциплине, разработанный и утвержденный в соответствии с программой дисциплины – «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья».

А1. Комплект тестовых заданий

Промежуточное тестирование

Промежуточный тест-контроль по возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья

Вариант 1

1. Самыми элементарными структурными единицами человеческого тела являются:

1. ткани
2. клетки
3. органы
4. системы органов

2. К функциям вегетативной нервной системы относят

1. управление работой скелетных мышц
2. обеспечение сенсорных функций организма
3. образное мышление

4. Один из основных способов защиты организма от генетически чужеродных агентов (клеток, органов, белков и т. д.) называется...

1. фагоцитоз
2. тромбоз
3. гомеостаз
4. гемостаз

5. Большой круг заканчивается...

1. в левом предсердии
2. в левом желудочке
3. в правом предсердии
4. в правом желудочке

6. Первый вдох новорожденного обеспечивается ...

1. избытком углекислого газа в крови
2. избытком кислорода в крови
3. недостатком кислорода в крови
4. недостатком углекислого газа в крови

вариант 2

1. Что такое физиологическая система?

1. объединения однородных клеток, обеспечивающие определенную функцию.
 2. объединения анатомически однородных органов, обеспечивающие определенную функцию,
 3. объединения анатомически однородных тканей и систем, обеспечивающие определенную функцию,
 2. Структура головного мозга, выполняющая нейроэндокринные функции называется
 1. гипоталамус
 2. мост
 3. большие полушария
 4. мозжечок
 5. Сколько крови у взрослого здорового человека?
 1. 4-5л.
 2. 600-800гр.
 3. 4,5-5л.
 4. 3-4л.
 6. Дети первого года жизни нередко дышат ртом, потому, что у них
 1. высокая частота дыхания
 2. узкие носовые ходы
 3. короткая и широкая гортань
 4. легкие имеют небольшой объем
 7. Критическим периодом формирования непроизвольного внимания, когда ориентировочные реакции приобретают черты исследовательского характера является возраст _____
 1. 6-7 лет
 2. 1 год
 3. 2-3 мес.
 4. 2-3 года
- вариант 3
1. Какие ткани вы знаете?
 1. костную, соединительную, мышечную, нервную.
 2. эпителиальную, соединительную, мышечную, эндокринную.
 3. эпителиальную, соединительную, мышечную, нервную.
 2. К общим свойствам живого организма относят:
 1. раздражимость, способность к саморегуляции и адаптации;
 2. только раздражимость;
 3. только способность к адаптации;
 4. только способность к саморегуляции.
 3. Какие вы знаете кровеносные сосуды?
 1. вены, артерии.
 2. артерии, вены, капилляры.
 3. аорта, артерии, капилляры.
 4. Жизненная емкость легких представляет собой
 1. объем воздуха, вмещающийся в легкие
 2. максимальный объем воздуха, выдыхаемый после максимального глубокого вдоха
 3. максимальный объем воздуха, выдыхаемый после максимального спокойного вдоха
 4. объем воздуха, выдыхаемый после спокойного вдоха
 5. В основе физиологического обоснования режима лежит понятие
 1. безусловного рефлекса
 2. динамического стереотипа
 3. условного рефлекса
 4. доминанты

вариант 4

1. Как влияет образ жизни на здоровье человека?

1. на 20-22%
2. на 18-20%
3. на 48-50%
4. на 12-14%

2. К общим свойствам живого организма относят:

1. раздражимость, способность к саморегуляции и адаптации;
2. только раздражимость;
3. только способность к адаптации;
4. только способность к саморегуляции.

3. Большой круг заканчивается...

1. в левом предсердии
2. в левом желудочке
3. в правом предсердии
4. в правом желудочке

4. Лучшая профилактика болезней легких у маленьких детей:

1. теплая одежда
2. прием витаминов
3. контроль влажности воздуха в квартире

5. С физиологической точки зрения, ребенок не может долго сохранять неподвижную позу (например, стоять в очереди) так как у него...

1. плохое воспитание
2. преобладают процессы возбуждения
3. преобладают процессы торможения
4. хорошо развиты статические мышцы.

Ключи к промежуточным тестам: варианты

1: 2,4,1,3,1;

2.: 2,1,3,2,1

3: 3,1,2,3,3 4: 3,1,3,3,2;

Итоговое тестирование

Вариант 1

1. Самыми элементарными структурными единицами человеческого тела являются:

1. ткани
2. клетки
3. органы
4. системы органов

2. К функциям вегетативной нервной системы относят

1. управление работой скелетных мышц
2. обеспечение сенсорных функций организма
3. образное мышление
4. управление работой внутренних органов

3. Перечислите эндокринные органы

1. Мозг, почки, гипофиз, поджелудочная железа
2. Гипофиз, надпочечники, поджелудочная железа, половые железы, щитовидная железа
3. Половые железы, печень, слюнные железы
4. Легкие, потовые железы, гипофиз, надпочечники, поджелудочная железа

4. Один из основных способов защиты организма от генетически чужеродных агентов (клеток, органов, белков и т. д.) называется...

1. фагоцитоз
 2. тромбоз
 3. гомеостаз
 4. гемостаз
5. Большой круг заканчивается...
1. в левом предсердии
 2. в левом желудочке
 3. в правом предсердии
 4. в правом желудочке
6. Первый вдох новорожденного обеспечивается ...
1. избытком углекислого газа в крови
 2. избытком кислорода в крови
 3. недостатком кислорода в крови
 4. недостатком углекислого газа в крови
7. каким органом является поджелудочная железа?
1. органом пищеварения
 2. эндокринным органом
 3. эндокринным и пищеварительным органом
 4. органом выделения
8. какие аминокислоты содержат полноценные белки?
1. заменимые
 2. незаменимые
 3. заменимые и все незаменимые
9. Из мочевого пузыря моча поступает в ...
1. Мочеточники
 2. Капсулу нефрона
 3. Мочеиспускательный канал
 4. Почечную лоханку
10. Тип нервной системы, характеризующийся слабыми нервными процессами называется
1. меланхолическим
 2. флегматическим
 3. сангвиническим
 4. холерическим

вариант 2

1. Что такое физиологическая система?
 1. объединения однородных клеток, обеспечивающие определенную функцию.
 2. объединения анатомически однородных органов, обеспечивающие определенную функцию,
 3. объединения анатомически однородных тканей и систем, обеспечивающие определенную функцию,
2. Структура головного мозга, выполняющая нейроэндокринные функции называется
 1. гипоталамус
 2. мост
 3. большие полушария
 4. мозжечок
3. Каким органом является поджелудочная железа?
 1. органом пищеварения
 2. эндокринным органом
 3. эндокринным и пищеварительным органом
 4. органом выделения
4. Какой вид иммунитета приобретается ребенком после введения в организм вакцины?

1. искусственно приобретенный пассивный
 2. искусственно приобретенный активный
 3. естественно приобретенный активный
5. Сколько крови у взрослого здорового человека?
1. 4-5л.
 2. 600-800гр.
 3. 4,5-5л.
 4. 3-4л.
6. Дети первого года жизни нередко дышат ртом, потому, что у них
1. высокая частота дыхания
 2. узкие носовые ходы
 3. короткая и широкая гортань
 4. легкие имеют небольшой объем
7. где происходит окончательное расщепление пищевых продуктов?
1. в желудке
 2. в ротовой полости
 3. в тонком кишечнике
 4. в толстом кишечнике
8. какие пищевые вещества наиболее калорийны?
1. белки
 2. углеводы
 3. жиры
9. Мочевыделительная система состоит из
1. потовых желез, почек и мочеточников
 2. потовых желез, почек и мочеиспускательного канала
 3. почек, мочеточников, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала
 4. сальных желез, почек и мочевого пузыря.
10. Сохранение вертикального положения тела человека возможно за счет сокращения мышц
1. спины и ягодиц
 2. живота
 3. головы и шеи
 4. нижних конечностей
11. Критическим периодом формирования непроизвольного внимания, когда ориентировочные реакции приобретают черты исследовательского характера. является возраст _____
1. 6-7 лет
 2. 1 год
 3. 2-3 мес.
 4. 2-3 года

вариант 3

1. Какие ткани вы знаете?
 1. костную, соединительную, мышечную, нервную.
 2. эпителиальную, соединительную, мышечную, эндокринную.
 3. эпителиальную, соединительную, мышечную, нервную.
2. К общим свойствам живого организма относят:
 1. раздражимость, способность к саморегуляции и адаптации;
 2. только раздражимость;
 3. только способность к адаптации;
 4. только способность к саморегуляции.
3. При гипопункции щитовидной железы в детском возрасте наблюдаются ...

1. усиление обмена веществ
 2. ускорение роста и развития
 3. замедление роста и умственного развития
 4. повышение возбудимости ЦНС
4. Причиной резус-конфликта при беременности является ...
1. наличие резус-фактора у матери и плода и отсутствие его у отца
 2. наличие резус-фактора у матери и отсутствие его у плода и отца
 3. отсутствие резус фактора у матери и наличие его у отца и плода
5. Какие вы знаете кровеносные сосуды?
1. вены, артерии.
 2. артерии, вены, капилляры.
 3. аорта, артерии, капилляры.
6. Жизненная емкость легких представляет собой
1. объем воздуха, вмещающийся в легкие
 2. максимальный объем воздуха, выдыхаемый после максимального глубокого вдоха
 3. максимальный объем воздуха, выдыхаемый после максимального спокойного вдоха
 4. объем воздуха, выдыхаемый после спокойного вдоха
7. В 12-й перстную кишку открываются протоки ... желез.
1. поджелудочной железы
 2. слюнных желез
 3. желудочных желез
 4. печени
8. Под процессом "анаболизм" понимают ...
1. совокупность внутриклеточных процессов, обеспечивающих синтез структур и секретов клеток организма
 2. совокупность процессов поступления пищевых веществ пищеварительный тракт, их переваривания и всасывания в кровь
 3. распад клеточных структур и соединений организма с выделением энергии и продуктов распада
9. К патологическим видам осанки, в основе которых лежит деформация изгибов позвоночника «вперед» и «назад», не относят _____ осанку
1. выпрямленную
 2. сколиотическую
 3. кифотическую
 4. сутуловатую
10. В основе физиологического обоснования режима лежит понятие
1. безусловного рефлекса
 2. динамического стереотипа
 3. условного рефлекса
 4. доминанты

вариант 4

1. Как влияет образ жизни на здоровье человека?
1. на 20-22%
 2. на 18-20%
 3. на 48-50%
 4. на 12-14%
2. К общим свойствам живого организма относят:
1. раздражимость, способность к саморегуляции и адаптации;
 2. только раздражимость;
 3. только способность к адаптации;

4. только способность к саморегуляции.
3. Эндемический зоб возникает у человека ...
 1. при гипофункции гипофиза
 2. при гиперфункции щитовидной железы
 3. при недостатке йода в воде и пищи
4. Перечислите эндокринные органы
 1. Мозг, почки, гипофиз, поджелудочная железа
 2. Гипофиз, надпочечники, поджелудочная железа, половые железы, щитовидная железа
 3. Половые железы, печень, слюнные железы
 4. Легкие, потовые железы, гипофиз, надпочечники, поджелудочная железа
5. Большой круг заканчивается...
 1. в левом предсердии
 2. в левом желудочке
 3. в правом предсердии
 4. в правом желудочке
6. Лучшая профилактика болезней легких у маленьких детей:
 1. теплая одежда
 2. прием витаминов
 3. контроль влажности воздуха в квартире
7. каким органом является поджелудочная железа?
 1. органом пищеварения
 2. эндокринным органом
 3. эндокринным и пищеварительным органом
 4. органом выделения
8. Суточная потребность в углеводах составляет примерно
 1. 800-1000г
 2. 300-500г
 3. 50-100г
 4. 100-200г
9. Во избежание деформации грудной клетки, расстояние между туловищем и краем стола при письме и рисовании должно быть не менее
 1. 10 см
 2. 1-2 см
 3. 3-4 см
 4. 20 см
10. С физиологической точки зрения, ребенок не может долго сохранять неподвижную позу (например, стоять в очереди) так как у него...
 1. плохое воспитание
 2. преобладают процессы возбуждения
 3. преобладают процессы торможения
 4. хорошо развиты статические мышцы.

Ключи к итоговым тестам: Ответы

Вариант 1 – 2,4,2,1,3,1,3,3,3,1

Вариант 2 – 2,1,3,2,3,2,3,3,3,4,1

Вариант 3 – 3,1,3,3,2,3,1,1,1,3

Вариант 4 – 3,1,3,2,3,3,3,2,3,2

Критерии оценки:

- оценка «отлично» (9-10 баллов) выставляется студенту, если процент правильных ответов составляет 90-100%;
- оценка «хорошо» (7-8 баллов) выставляется студенту, если процент правильных ответов составляет 60–89%;
- оценка «удовлетворительно» (5-6 баллов) выставляется студенту, если процент правильных ответов составляет 30–59%;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если процент правильных ответов составляет 0–29%.

А.2 вопросы для семинара

Раздел №1

Семинар №1

1. Закономерности роста и развития детского организма.
2. физиологические характеристики раннего (преддошкольного) возраста.
3. физиологические характеристики дошкольного возраста.
4. физиологические характеристики младшего школьного возраста.
5. физиологические характеристики старшего школьного (подросткового) возраста

Раздел 2.

Семинар №1

1. перечислите системы организма человека
2. Регуляция функций в организме
3. гомеостаз – поддержание внутренней среды
4. перечислите главные функции нервной системы
5. в чем различие между нейроном и нервным волокном.

Семинар №2

1. строение нервной системы.
2. вегетативная нервная система.
3. Эндокринная система
4. понятие о биоритмах мозга
5. А) в чем причины близорукости, дальнозоркости и астигматизма.
Б) каким образом человеческий глаз приспособляется к рассмотрению предметов, находящихся на далеком или близком расстоянии, а также к сильному и слабому свету.

Раздел №3

Семинар №1

1. перечислите 7 функций крови у человека. Как эти функции осуществляются у животных. не имеющих системы кровообращения
2. в чем различие между плазмой и сывороткой крови и между лимфой и тканевой жидкостью?
3. Что такое оксигемоглобин? Каково его значение в организме?
4. почему ядовита окись углерода?
5. где и как образуются эритроциты? Что происходит со старыми эритроцитами

Семинар №2

1. иммунные свойства крови, виды иммунитета.
2. строение сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения. Возрастные особенности.
3. нервная и гуморальная регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы. Особенности у детей подростков.
4. профилактика сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков.

5. Что такое кровяное давление, пульс. Возрастные особенности у детей.

Раздел №4

Семинар №1

1. из каких частей состоит дыхательная система человека? Как приспособлена каждая из них для выполнения своих функций?
2. Что такое «жизненная емкость легких»? при каких условия она увеличивается или уменьшается?
3. Где находится дыхательный центр и каковы его функции?, что происходит при накоплении углекислоты в клетках?
4. в чем различия между прямым и непрямым и между внешним и внутренним дыханием?
5. Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы у детей и подростков. Профилактика бронхо-легочных заболеваний у детей

Раздел №5

Семинар №1

- 1.Перечислите все органы пищеварительной системы человека и укажите функции каждого из них.
2. какова роль желчи в пищеварении. Где она вырабатывается и как попадает туда где переваривается пища? Что такое островки Лангерганса?
3. Какова роль различных ферментов в пищеварении у человека?
4. Как регулируется выделение пищеварительных ферментов.
5. Предположим, что Вы едите бутерброд с ветчиной. В каких отделах пищеварительной системы и с помощью каких веществ будут перевариваться его составные части? Как будут всасываться продукты переваривания?

Семинар №2

- 1.Перечислите основные группу пищевых веществ. Какие из них могут служить источником биологически полезной энергии? Дайте определение калории. Сравните калорийность 1 кг углеводов, 1 кг жира и 1 кг белка.
2. что такое основной обмен? В каких случаях основной обмен повышается?
3. какие функции выполняет печень в обмене веществ?
4. определите понятие «витамины». Укажите болезни, которые могут быть вызваны недостатком витаминов, и те витамины, которыми можно излечить каждую из них?
5. Основываясь на данных таблицы составьте суточный рацион, который был бы достаточен для деятельного молодого человека, чем должны отличаться рационы питания для беременной женщины, десятилетнего мальчика и для 65 летнего человека?

Раздел №6

Семинар №1

- 1.Из каких тканей построена скелетная система? Как каждая из них приспособлена к выполнению ею механической функции?
2. Какие кости относятся к осевому скелету и какие к скелету конечностей? Как растут кости?
3. Что такое сустав? Почему к старости подвижность суставов уменьшается?
4. Какие деформации скелета чаще встречаются у школьников и подростков? Принципы профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата у детей.
5. значение физического воспитания школьников для гармоничного развития и сохранения здоровья.

Вопросы к зачету по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья»

1. Предмет и задачи курса «Возрастная анатомии, физиология и гигиена», история развития, значение изучаемого курса для учителя.
2. Периоды развития организма человека. Основные закономерности роста и развития детского организма. Готовность ребенка к обучению, школьная зрелость.
3. Влияние наследственности и среды на рост и развитие детского организма. Критические периоды в пренатальном и постнатальном развитии.
4. Механизмы регуляции функций организма.
5. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек.
6. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников.
7. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы.
8. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы.
9. Опорно-двигательный аппарат, строение костей, их соединения, химический состав. Рост и развитие костей. Строение отдельных частей скелета, их возрастные особенности. Профилактика деформаций скелета у детей.
10. Осанка, ее типы, роль воспитателя, учителя в выработке правильной осанки у детей.
11. Строение и функции мышечной системы, ее возрастные особенности. Гиподинамия, ее воздействие на организм человека
12. Функции крови. Состав крови, клетки крови, их строение, функции, возрастные особенности.
13. Иммуные свойства крови, виды иммунитета. Формирование иммунной системы у детей.
14. Строение сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения, особенности кровообращения у плода. Строение сердца, его возрастные особенности.
15. Цикл работы сердца, его возрастные особенности. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, сократимость, автоматия. Систолический и минутный объемы крови у взрослых и детей.
16. Движение крови по сосудам. Скорость кровотока. Кровяное давление. Пульс. Возрастные особенности кровяного давления и времени кругооборота крови. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы, ее особенности у детей и подростков. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков.
17. Значение дыхания, этапы дыхания. Строение органов дыхания, их возрастные особенности.
18. Внешнее дыхание, механизм вдоха и выдоха. Особенности частоты и глубины и типа дыхания новорожденных и детей разного возраста. Перенос газов кровью. Первый вдох новорожденного. Регуляция дыхания.
19. Возрастные особенности строения и функционирования органов пищеварения.
20. Возрастные особенности обмена веществ и энергии, терморегуляции.
21. Витамины, их значение.
22. Местоположение, гормоны и функциональное значение желез внутренней секреции (гипофиза, щитовидной, вилочковой, поджелудочной половых желез, надпочечников) для растущего организма. Понятие о гипо- гиперфункции.
23. Особенности эндокринной системы в период полового созревания подростка.
24. Значение органов выделения, строение почки, механизм мочеобразования, мочевыделения. Возрастные особенности строения и функционирования почек.
25. Кожа, строение и функции, возрастные особенности, уход за кожей.

26. Природа электрических явлений в возбудимых тканях (нервная, мышечная, секреторная): потенциал покоя, потенциал действия, механизм раздражения.
27. Нейрон, его строение, функции отдельных частей. Нейроглия, ее значение. Возрастные особенности в строении нейрона, соотношение нейронов и глиальных клеток.
28. Синапсы, их классификация, строение, механизм проведения возбуждения в возбуждающих и тормозных синапсах. Свойства синапсов. Особенности функционирования синапсов у детей.
29. Рефлекс, его определение, классификация. Рефлекторная дуга, ее компоненты. Рефлекторное кольцо.
30. Нервные центры, их свойства.
31. Торможение. Значение торможения.
32. Принципы координационной деятельности ЦНС. Учение А.А. Ухтомского о доминанте, роль доминанты в педагогической деятельности.
33. Условные и безусловные рефлексы, их отличия. Инстинкты. Механизмы образования условных рефлексов. Возрастные изменения скорости образования и устойчивости условных рефлексов. Торможение условных рефлексов, его виды.
34. Динамический стереотип, особенности его образования у детей. Мотивации и поведенческие реакции организма. Функциональная система организма, ее роль в организации поведенческих актов (П.К. Анохин).
35. Особенности высшей нервной деятельности человека. Первая и вторая сигнальные системы, их взаимоотношения. Роль лобных долей в осуществлении психических функций. Нейрофизиологические и морфологические основы речи.
36. Типы высшей нервной деятельности человека. Типологические особенности ВНД у детей и подростков.
37. Память, ее виды: мгновенная, кратковременная, долговременная. Механизмы памяти.
- 38.

Критерии оценки:

– оценка «отлично», «зачтено»: систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам дисциплины, а также по основным вопросам, выходящим за пределы учебной программы; точное использование научной терминологии систематически грамотное и логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины; полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой по дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях дисциплины и давать им критическую оценку, используя научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий; высокий уровень сформированности заявленных в рабочей программе компетенций.

– оценка «хорошо», «зачтено»: достаточно полные и систематизированные знания по дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях дисциплины и давать им критическую оценку; использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; владение инструментарием по дисциплине, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой по дисциплине; самостоятельная работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий; средний уровень сформированности заявленных в рабочей программе компетенций.

– оценка «удовлетворительно», «зачтено»: достаточный минимальный объем знаний по дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по

дисциплине и давать им оценку; использование научной терминологии, стилистическое и логическое изложение владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в ответах на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; решении типовых заданий; работа под руководством преподавателя на практических занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий; достаточный минимальный уровень сформированности заявленных в рабочей программе компетенций.

– оценка «неудовлетворительно», «незачтено»: фрагментарные знания по дисциплине; отказ от ответа; знание отдельных источников, рекомендованных учебной программой по дисциплине; неумение использовать научную терминологию; наличие грубых ошибок; низкий уровень культуры исполнения заданий; низкий уровень сформированности заявленных в рабочей программе компетенций.

Организационно-методическое обеспечение контроля учебных достижений

Критерии оценки самостоятельной работы

- оценка «отлично» выставляется студенту, если студент свободно применяет знания на практике; не допускает ошибок в воспроизведении изученного материала. Студент выделяет главные положения в изученном материале и не затрудняется в ответах на видоизмененные вопросы. Студент усваивает весь объем программного материала, материал оформлен аккуратно в соответствии с требованиями;

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент знает весь изученный материал; отвечает без особых затруднений на вопросы преподавателя. Студент умеет применять полученные знания на практике. В условных ответах не допускает серьезных ошибок, легко устраняет определенные неточности с помощью дополнительных вопросов преподавателя. Материал оформлен недостаточно аккуратно и в соответствии с требованиями;

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент обнаруживает освоение основного материала, но испытывает затруднения при его самостоятельном воспроизведении и требует дополнительных дополняющих вопросов преподавателя; предпочитает отвечать на вопросы воспроизводящего характера и испытывает затруднения при ответах на воспроизводящие вопросы. Материал оформлен не аккуратно или не в соответствии с требованиями;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если у студента имеются отдельные представления об изучаемом материале, но все, же большая часть не усвоена; Материал оформлен не в соответствии с требованиями.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины представлено аудиториями для проведения лекционных занятий, обеспеченных техническими средствами обучения (компьютеры, проектор, сканер).

Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

В процессе освоения дисциплины необходимо акцентировать внимание обучающихся на работе с учебной литературой, умении излагать свою точку зрения (чему будет способствовать реферативная работа), а также использовать полученные знания в практической деятельности и повседневной жизни.

Рабочая программа учебной дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» составлена в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» и учебного плана по профилю подготовки «Иностранный язык с дополнительным профилем «Иностранный язык»; по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» и учебного плана по профилям подготовки: «Изобразительное искусство», «Информатика и информационные технологии в образовании (с одним профилем обучения)».

Технологическая карта дисциплины

Курс 1 группа РФ23ДР62ИА, РФ23ДР62ИД, РФ23ДР62ИИТО семестр 1

Преподаватель – лектор Шумилова Инга Федоровна

Кафедра социально-культурной деятельности

Наименование дисциплины/курса	Уровень образования (бакалавриат, специалитет, магистратура)	Статус дисциплины в учебном плане (Б, В)	Количество ЗЕ	
Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья	бакалавриат	Б	2	
СМЕЖНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО УЧЕБНОМУ ПЛАНУ:				
Основы медицинских знаний, БЖД				
БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ (проверка знаний и умений по дисциплине)				
Тема, задание или мероприятие текущего контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ				
Семинар 1	С1	аудиторная	3	5
Семинар 2	С2	аудиторная	3	5
Семинар 3	С3	аудиторная	3	5
Семинар 4	С4	аудиторная	3	5
Семинар 5	С5	аудиторная	4	5
Промежуточный тест контроль	ПТК	аудиторная	5	15
Семинар 6	С6	аудиторная	3	5
Семинар 7	С7	аудиторная	3	5
Семинар 8	С8	аудиторная	3	5
Итоговый тест контроль	ИТК	аудиторная	10	20
Реферат	Р	внеаудиторная	10	15
Итого			50	90
Бонусные баллы: - за посещаемость			10	10
Итого			60	100
Штрафные баллы: - за несвоевременное выполнение элемента контроля; - непосещаемость занятий по неуважительной причине			2 2	

