

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА АНАТОМИИ, ФИЗИОЛОГИИ И МЕДИЦИНЫ

**УТВЕРЖДАЮ**  
Проректор по учебно-  
методической работе

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.04 Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности**

**Б1.О.04.01 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

**Направление подготовки** - 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

**Направленность (профили)** – «История» и «Обществознание»

**Квалификация выпускника:** Бакалавр

**Форма и сроки обучения** – очная (5 лет), заочная (5 лет 6 месяцев)

Форма обучения	Се- местр	Трудо- емкость	Виды учебной работы					
			Лекции	Практиче- ские заня- тия	Лабора- торные занятия	Промежу- точный контроль	СРС	Форма атте- стации
очная	1	72	12	24			36	Зачет
заочная	2	72	2	6		3	63	Зачет

Махачкала 2021

Автор Даудова Р.Д. Рабочая программа дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» – Махачкала: ДГПУ, 2021. 22 с.

**Программа утверждена на заседаниях:**

Кафедра анатомии, физиологии и медицины (*протокол №8 от «20» апреля 2021г.*)

Зав. кафедрой: Даудова Р.Д. к.б.н., доцент \_\_\_\_\_ 20 апреля 2021г.

Учёного совета факультета биологии, географии и химии (*протокол №8 от «22» апреля 2021г.*)

Председатель Алиев Ш.М. к.г.н., доцент \_\_\_\_\_  
(подпись) (дата)

Учебно-методического совета ДГПУ (*протокол № 3 от «31» мая 2021 г.*)

Председатель УМС \_\_\_\_\_ мая 2021г.

© ДГПУ, 2021  
© Даудова Р.Д., 2021

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование знаний об основных биологических закономерностях и анатомо-физиологических особенностях развития организма детей и подростков с позиции современной функциональной анатомии с учетом возрастнo-половых особенностей организма как единого целого и физиолого-гигиенических требований предъявляемых при организации учебно-воспитательного процесса.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О.04.01 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» относится к дисциплинам Блока 1 Модулю здоровья и безопасности жизнедеятельности учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование, 44.03.01 Педагогическое образование и 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Дисциплина Б1.О.04.01 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин основы медицинских знаний, безопасность жизнедеятельности.

Компетенции, сформированные в процессе изучения дисциплины, необходимы для выполнения заданий учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Формируемые компетенции		Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Код и наименование индикатора достижения компетенции)
Код	Наименование	
<b>Универсальные компетенции (УК)</b>		
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК 7.1. Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. ИУК 7.2. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.
УК-8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрез-	ИУК 8.1. Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их воз-

	вычайных ситуаций	растными особенностями и санитарногигиеническими нормами. ИУК 8.2. Оценивает степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты.
--	-------------------	--

#### 4. Трудоемкость изучения дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (72 часа). Дисциплина изучается во 2 семестре (ах)

Таблица 1.

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	<b>36</b>	<b>6</b>
Лекции/практич. подготовка	10/2	1/1
Практические занятия (ПЗ) /практич. подго-	16/4	2/2
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>36</b>	<b>61</b>
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям	18	26
Самостоятельное изучение тем	10	24
Контрольные работы		
Реферат	8	11
и т.д.		
Курсовая работа (при наличии)		
<b>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</b>	<b>Зачет</b>	<b>Зачет 3</b>
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

#### 5. Содержание дисциплины (модуля)

##### 5.1. Тематический план

Таблица 2.

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость их изучения									
		Лекции		Практические занятия		Лабораторные занятия		Самостоятельная работа		Промежуточный контроль	
		очно	зочно	очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно
<b>1</b>	<b>Опорно-двигательный аппарат и сенсорные системы</b>										
1.1	Общие закономерности										

	роста и развития организма	2		4				6	11		
1.2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата	2	2	4	2			6	10		
1.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена анализаторов	2		4				6	10		
<b>2</b>	<b>Возрастные особенности развития и гигиена физиологических систем человека</b>										
2.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов кровообращения и дыхания	2		4	2			6	10		
2.2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.	2		4	2			6	10		
2.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена нервной системы	2		4				6	10		
	<b>ИТОГО</b>	12	2	24	6			36	61	за-чет	за-чет 3

## 5.2 Содержание разделов дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Таблица 3.

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
<b>Модуль 1. Опорно-двигательный аппарат и сенсорные системы</b>		
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1.1	Общие закономерности роста и развития организма	Введение в дисциплину. Предмет и задачи курса. Понятие роста и развития организма. Организм как единое целое. Возрастная периодизация.

1.2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата	Возрастные особенности скелета человека. Особенности строения костей. Строение мышечной ткани. Характеристика мышц. Гигиена опорно-двигательного аппарата Гигиенические требования.
1.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена анализаторов	Зрительный анализатор. Оптическая система глаза. Гигиена зрения. Слуховой анализатор. Резонансная история восприятия слуха. Кожный анализатор. Вкусовой анализатор. Обонятельный, осязательный, двигательный. Гигиена анализаторов.
<b>2</b>	<b>Модуль 2. Возрастные особенности развития и гигиена физиологических систем человека</b>	
2.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов кровообращения и дыхания	Понятие о детских инфекциях. Этиология, эпидемиология, симптомы и профилактика кори, ветряной оспы, дифтерии. Противоэпидемические мероприятия и профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах. Календарь прививок. Понятие о дыхательных инфекциях. Грипп. Этиология, эпидемиология, симптомы и профилактика. Роль вакцинации в профилактике гриппа.
2.2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.	Понятие о кишечных инфекциях. Этиология, эпидемиология, симптомы и профилактика брюшного тифа, дизентерии, холеры, ботулизма, вирусных гепатитов. Понятие о гельминтозах. Профилактика гельминтозов. Противоэпидемические мероприятия и профилактика кишечных инфекций в детских коллективах.
2.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена нервной системы	Профилактика грибковых заболеваний кожи, чесотки, педикулеза. Этиология, эпидемиология и симптомы. Профилактика инфекционных болезней, передающихся половым путем (БППП). Этиология, эпидемиология, симптомы и профилактика гонореи, сифилиса. ВИЧ инфекция, пути заражения, профилактика. Гигиенические аспекты полового воспитания молодежи и подростков.

### 5.3 Тематика практических (семинарских, лабораторных) занятий и перечень заданий

Таблица 4.

№ п/п	Тема практического (семинарского) занятия	Задания (или вопросы для обсуждения на сем. занятии)	Форма отчетности	Литература
1	Рост и развитие организма. Антропометрия	Ознакомиться с показателями физического развития. Провести измерение антропометрических данных.	демонстрация практических навыков, запись измерений	А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016. З.В Любимова.

				<p>Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.</p>
2.	<p>Определение остроты и поля зрения. Аккомодация глаза</p>	<p>Познакомить с физиологическими причинами аккомодации и научиться определять остроту зрения с помощью типовых таблиц.</p>	<p>решение тестовых заданий и ситуационных задач, демонстрация практических навыков</p>	<p>А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013.</p> <p>З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p>
3.	<p>Оценка вестибулярного анализатора. Чувствительность языка к различным раздражениям</p>	<p>Исследование способности сохранять равновесие. Тест Ромберга и Яроцкого. Определить чувствительность отдельных участков языка с помощью специально подобранных химических веществ и выявить способность к адаптации кожных рецепторов.</p>	<p>устный опрос, демонстрация практических навыков</p>	<p>А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013.</p> <p>З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p>

				Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.
4	Оценка функциональных показателей ССС Спирометрия	Определение ЧСС, артериального давления, пульсового давления, систолического объема и минутного объема крови. Определить с помощью спирометра ЖЕЛ, составляющие ее параметры и научиться подсчитывать ЖЕЛ с помощью формул.	конспект, устный опрос, демонстрация практических навыков, подготовка реферата	А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.
5	Физиолого-гигиенические основы питания учащихся. Составление пищевого рациона	Определение физиолого-гигиенических основ питания учащихся. Составление пищевого рациона учащихся и расчет энергетического баланса.	конспект, устный опрос	А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016. 2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013. 4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.
6	Определение зрачкового рефлекса.	Определение зрачкового, коленного и сухожильного рефлекса. Определение умственной работы-	конспект, устный опрос,	А.О Дробинская Анатомия и воз-

	Оценка умственной работоспособности	способности учащихся.	демонстрация практических навыков	растная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.
--	-------------------------------------	-----------------------	-----------------------------------	---

#### 5.4 Задания самостоятельной работы

Таблица 5.

п/п	Раздел (тема) программы	Количество часов	Задания для самостоятельного выполнения	Форма отчетности	Литература
1	Общие закономерности роста и развития организма	6	Самостоятельный разбор материала, подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	Подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	1. А.О Дробинская. Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016. 2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013. 3. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016. 4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.

2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата	6	Самостоятельный разбор материала, подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	Подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. А.О Дробинская. Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</li> <li>2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013.</li> <li>3. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</li> <li>4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.</li> </ol>
3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена анализаторов	6	Самостоятельный разбор материала, подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	Подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. А.О Дробинская. Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</li> <li>2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013.</li> <li>3. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</li> <li>4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.</li> </ol>
4	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов кровообращения и дыхания	6	Самостоятельный разбор материала, подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	Подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. А.О Дробинская. Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</li> <li>2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и</li> </ol>

					<p>гигиена, СПб, Питер, 2013.</p> <p>3. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.</p>
5	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.	6	Самостоятельный разбор материала, подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	Подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	<p>1. А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013.</p> <p>3. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.</p>
6	Возрастная анатомия, физиология и гигиена нервной системы	6	Самостоятельный разбор материала, подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	Подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	<p>1. А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p> <p>2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигиена, СПб, Питер, 2013.</p> <p>3. З.В Любимова. Возрастная анатомия физиология и гигиена. Москва, Изд-во Юрайт, 2016.</p>

					4. Г.В.Гуровец. Возрастная анатомия и физиология, Москва, Владос, 2013.
	Итого	36			

## 5.5 Темы рефератов

1. Личная гигиена и здоровье.
2. Физиологические проблемы переходного возраста.
3. Как сберечь здоровье ребёнка.
4. Наркотическая зависимость, несовместимая с жизнью.
5. Гигиена физического труда.
6. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы в связи с анатомо-физиологическими особенностями детей и подростков.
7. Профилактика деформаций скелета в связи с анатомо-физиологическими особенностями костно-мышечной системы детей.
8. Профилактика заболеваний органов дыхания в связи с анатомо-физиологическими особенностями детей и подростков.
9. Профилактика близорукости у детей и подростков.
10. Профилактика переутомления детей и подростков в связи с анатомо-физиологическими особенностями центральной нервной системы.
11. Физическое развитие детей и подростков.
12. Особенности развития органов зрения в детском и подростковом возрасте.
13. Гигиена зрения у детей и подростков.
14. Особенности развития органов слуха в детском и подростковом возрасте.
15. Леворукий ребёнок в школе и дома.
16. Гиперактивные дети. Кто они?
17. Дети с задержкой развития.
18. Что такое стресс? Методы профилактики.

19. И.П. Павлов – Нобелевский Лауреат.

20. Рациональное питание детей.

**6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

***1) Перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения образовательной программы***

- 1) УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- 2) УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

***2) Комплект контрольных заданий или иные материалы, необходимые для оценивания компетенций***

**ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА  
ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**1 вариант**

1. Физическое развитие – это ...
  - а) комплекс морфо-функциональных показателей индивидуума в данное время;
  - б) показатель биологической зрелости на поздних этапах онтогенеза;
  - в) способность организма к изменениям в процессе развития.
2. Под осанкой понимают ... :
  - а) правильное положение тела во время стояния, ходьбы, сидения или выполнения какой-либо работы;
  - б) привычное положение тела во время стояния, ходьбы, сидения или выполнения какой-либо работы;
  - в) уровень регулирования процессов роста и развития в организме.
3. Рост длинных трубчатых костей в длину у детей обеспечивается ... :
  - а) надкостницей;
  - б) метафизарным хрящом, расположенным между головкой (эпифизом) и телом (диафизом) кости;
  - в) хрящевой тканью, находящейся на головках трубчатых костей.
4. Рост костей в толщину обеспечивается ... :
  - а) надкостницей;
  - б) метафизарным хрящом, расположенным между головкой (эпифизом) и телом (диафизом) кости;
  - в) хрящевой тканью, находящейся на головках трубчатых костей.
5. Физиологические изгибы позвоночника:
  - а) кифозы и сколиозы; б) кифозы и лордозы; в) лордозы и сколиозы.

6. Начало формирования физиологических изгибов позвоночника:  
а) грудной возраст; б) раннее детство; в) первое детство; г) второе детство.
7. Ощущения формируются ... :  
а) в рецепторах; б) во вспомогательных образованиях; в) в проводящих путях; г) в определенных участках коры больших полушарий.
8. Нарушение функции хрусталика приводит к развитию ... :  
а) конъюнктивита; б) глаукомы; в) косоглазия; г) дальнозоркости и близорукости.
9. Образование в глазном яблоке, фокусирующее изображение на сетчатку:  
а) зрачок; б) роговица; в) хрусталик; г) стекловидное тело.
10. Заболевание органа зрения, связанное с воспалением наружной оболочки глаза:  
а) глаукома; б) косоглазие; в) конъюнктивит; г) дальнозоркость; д) близорукость.
11. Структура органа слуха, обеспечивающая выравнивание давления на барабанную перепонку:  
а) слуховые косточки; б) барабанная перепонка; в) евстахиева труба; г) волосковые клетки кортиева органа.
12. Образование органа слуха, воспринимающее звуковые раздражители и преобразующее их в нервный импульс:  
а) слуховые косточки; б) барабанная перепонка; в) евстахиева труба; г) волосковые клетки кортиева органа.
13. Длительный насморк у детей может вызвать ... :  
а) глухоту; б) головокружение; в) воспаление среднего уха; г) разрыв барабанной перепонки.
14. Сильный взрыв рядом с ребенком может вызвать у него ... :  
а) глухоту; б) головокружение; в) воспаление среднего уха; г) разрыв барабанной перепонки.
15. Эндокринные железы, развивающиеся в онтогенезе позже всех:  
а) эпифиз; б) гонады (половые); в) гипофиз; г) тимус (вилочковая железа).
16. Кретинизм развивается у детей при гипофункции ... :  
а) поджелудочной железы; б) эпифиза; в) щитовидной железы; г) надпочечников.
17. Развитие женского организма в средней полосе России заканчивается ...  
а) к 20-ти годам; б) к 18-ти годам; в) к 17-ти годам; г) к 12-ти годам.
18. Показатель жизненной емкости легких (ж. е. л.) детей зависит от ... :  
а) пола ребенка; б) возраста ребенка; в) тренированности ребенка; г) температуры окружающей среды.
19. Ночному недержанию мочи у детей способствуют ... :  
а) теплая постель; б) принятие перед сном большого количества жидкости; в) перевозбуждение перед сном; г) холодная постель.
20. Эндокринные железы, развивающиеся в онтогенезе раньше других:  
а) эпифиз; б) гонады (половые); в) тимус (вилочковая железа); г) гипофиз.

## 2 вариант

1. Интенсивное развитие половой системы происходит ... :  
а) в раннем детстве; б) во втором детстве; в) в подростковом периоде; г) в первом детстве.
2. Развитие пищеварительной системы в целом завершается ... :  
а) в 3–4 года; б) в 6–7 лет; в) в 1–2 года; г) к 12-ти годам.
3. Частота сердечных сокращений в покое у детей раннего детства составляет ... :  
а) 50–60 ударов в минуту; б) 60–70 ударов в минуту; в) 90–110 ударов в минуту.
4. Частота дыхания у детей после рождения с возрастом ... :  
а) увеличивается; б) уменьшается; в) остается без изменений.
5. Дыхание ребенка в период внутриутробного развития осуществляется ... :  
а) через легкие; б) через кожу; в) через плаценту.
6. Первые молочные (временные) зубы прорезаются у детей после рождения по среднестатистическим данным ... :  
а) в 2–3 месяца; б) в 6–8 месяцев; в) в 11–12 месяцев.
7. Количество приемов пищи в течение дня у школьников должно составлять не менее ... :  
а) 4-х раз; б) 2-х раз; в) 3-х раз.
8. Основной обмен у детей по сравнению с взрослыми находится на ... :  
а) одинаковом уровне; б) более низком уровне; в) более высоком уровне.
9. Общий суточный расход энергии у мальчиков по сравнению с девочками ... :  
а) больше; б) меньше; в) такой же.
10. Общий суточный расход энергии у девочек по сравнению с мальчиками ... :  
а) больше; б) меньше; в) такой же.
11. Потребность в белках у растущего организма по сравнению с взрослыми ... :  
а) такая же; б) ниже; в) выше.
12. Юношеская гипертония – это ... :  
а) временное возрастное увеличение артериального давления;  
б) временное возрастное уменьшение артериального давления;  
в) признак ишемической болезни сердца.
13. При увеличении концентрации углекислого газа в закрытом помещении частота дыхания у детей ... :  
а) уменьшается; б) увеличивается; в) не изменяется.
14. Половое развитие тормозится гормонами ... :  
а) поджелудочной железы; б) щитовидной железы; в) гипофиза; г) тимуса (вилочковой железы).
15. К железам внешней секреции относятся ... :  
а) потовые железы и печень; б) щитовидная железа и гипофиз; в) гипофиз и потовые железы;  
г) потовые железы и поджелудочная железа.

16. К железам внутренней секреции относятся ... :

- а) потовые железы и печень; б) щитовидная железа и гипофиз; в) гипофиз и потовые железы;
- г) потовые железы и поджелудочная железа.

17. Миелинизация нервных волокон в процессе развития осуществляется под влиянием гормонов ... :

- а) поджелудочной железы; б) надпочечников; в) паращитовидных желез; г) щитовидной железы.

18. Искривление позвоночника может быть предотвращено ... :

- а) периодическим изменением позы во время работы;
- б) переносом тяжести в одной руке;
- в) мебелью, не соответствующей ростовой группе;
- г) систематическими занятиями по физической культуре.

19. Плоскостопие может быть вызвано ... :

- а) использованием ортопедических стелек;
- б) длительным стоянием;
- в) свободной обувью без задников и каблуков;
- г) физическими упражнениями, укрепляющими мышцы стопы.

20. Плоскостопие может быть предотвращено ... :

- а) использованием ортопедических стелек;
- б) длительным стоянием;
- в) свободной обувью без задников и каблуков;
- г) физическими упражнениями, укрепляющими мышцы стопы.

### **6.2.1. ВОПРОСЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ЗАЧЕТ)**

1. Предмет, задачи и методы дисциплины. Роль школы в формировании здоровья учащихся.
2. Строение, функции скелета человека. Возрастные изменения костей.
3. Строение черепа, функции. Возрастные и половые особенности черепа.
4. Строение и функции позвоночника. Возрастные особенности позвоночника.
5. Строение и функции грудной клетки. Возрастные особенности грудной клетки.
6. Строение и функции скелета верхних конечностей. Развитие и возрастные особенности скелета конечностей.
7. Типы соединения костей. Возрастные и функциональные изменения соединения костей.
8. Общая характеристика мышечной системы, функции. Развитие и возрастные особенности скелетных мышц. Развитие двигательной активности и двигательный режим ребенка, профилактика мышечного утомления.
9. Осанка, нарушение осанки, профилактика сколиоза. Правильная посадка. Гигиенические требования к школьной мебели.
10. Строение, функции пищеварительной системы. Развитие и возрастные особенности пищеварительной системы. Гигиена питания.

11. Строение, функции дыхательной системы. Возрастные особенности органов дыхания. Функциональные показатели: частота дыхания, жизненная емкость легких. Гигиена дыхания.
12. Строение, функции выделительной системы. Возрастные особенности органов выделительной системы.
13. Возрастные особенности обмена энергии и терморегуляции. Питательные вещества, их роль в жизнедеятельности организма.
14. Строение, функции, возрастные особенности мужских половых органов.
15. Строение, функции, возрастные особенности женских половых органов.
16. Характеристика эндокринного аппарата. Морфологическое и функциональное становление эндокринного аппарата в онтогенезе.
17. Строение и функции сердца. Возрастные особенности сердца и перикарда.
18. Строение и функции кровеносной системы. Возрастные особенности кровеносных сосудов. Пульс, артериальное давление, их возрастные особенности.
19. Строение и функции кровеносной системы. Большой круг кровообращения. Малый круг кровообращения. Юношеская гипертония и ее профилактика.
20. Возрастные особенности структуры и функции органов нервной системы.
21. Возрастные особенности оболочек головного и спинного мозга
22. Возрастные особенности высшей нервной деятельности человека.
23. Типы высшей нервной деятельности, их классификация. Учет типов ВНД при осуществлении индивидуального подхода к учащимся.
24. Физическая и умственная работоспособность в разные периоды развития ребенка. Фазы утомления у школьников, профилактика утомления.
25. Формирование каких мозговых механизмов определяет развитие познавательной деятельности ребенка.
26. Строение, функции, развитие и возрастные особенности органа зрения. Гигиена зрения.
27. Строение, функции, развитие и возрастные особенности органа слуха и равновесия.
28. Какие изменения в регуляции внутренней среды и метаболизма происходят в течение 1-го года жизни ребенка.
29. Анатомия, физиология и гигиена кожи. Механизм терморегуляции. Гигиена обуви и одежды.
30. Как изменяется в раннем возрасте система терморегуляции, и как это следует учитывать при уходе за ребенком.

*3) Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания*

Компетенция	Показатели	Оценочная шкала (или зачет/незачет)	
		зачет	незачет
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	<p><b>Знать.</b> Общие закономерности и возрастные особенности функционирования основных систем организма ребенка.</p> <p><b>Уметь.</b> Использовать знания анатомии физиологии и здоровьесберегающих технологий для рацио-</p>	<p>Знает общие закономерности и возрастные особенности функционирования основных систем организма ребенка.</p> <p>Умеет использовать знания анатомии физиологии и здоровьесберегающих технологий для рацио-</p>	<p>Не знает общие закономерности и возрастные особенности функционирования основных систем организма ребенка.</p> <p>Не владеет методикой антропометрических исследований по оценке физического развития</p>

профессиональной деятельности.	нальной организации процесса обучения и воспитания <b>Владеть.</b> Методикой антропометрических исследований по оценке физического развития и типа телосложения.	нальной организации процесса обучения и воспитания. Владеет методикой антропометрических исследований по оценке физического развития и типа телосложения.	
УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	<b>Знать.</b> Влияние наследственности и среды на развитие ребенка. <b>Уметь.</b> Использовать полученные теоретические знания и практические навыки для организации педагогической деятельности. <b>Владеть.</b> Методиками и навыками комплексной диагностики уровня функционального развития ребенка и его готовности к обучению.	Знает влияние наследственности и среды на развитие ребенка. Умеет использовать полученные теоретические знания и практические навыки. Владеет методиками и навыками комплексной диагностики уровня функционального развития ребенка и его готовности к обучению.	Не знает влияние наследственности и среды на развитие ребенка. Недостаточно знаний о функциональных особенностях развития ребенка. Не умеет использовать полученные теоретические знания и практические навыки. Не владеет методиками и навыками диагностики развития человека.

#### 4) Методические рекомендации для обучающихся и преподавателей по использованию ФОС

### Критерии оценки на промежуточной аттестации

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если студент ответил правильно на 51 и более % вопросов представленного ему теста;
- оценка «незачтено», если студент ответил меньше чем на половину вопросов теста.

### Оценка работы с тестовыми заданиями:

0-50%- незачет  
51-100 % - зачет

### Требования к оформлению реферата

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если; реферат правильно оформлен, студент владеет материалом и может грамотно и самостоятельно его изложить.
- оценка «незачтено» если студент не владеет материалом представленной работы.

## **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **Основная литература**

1. Даудова Р.Д., Луганова С.Г., Рашкуева З.И., Магомедова Д.Р. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Учебное пособие. Махачкала, 2018 .- 219 с.
2. Даудова Р.Д., Луганова С.Г., Рашкуева З.И., Магомедова Д.Р. Сборник тестовых заданий по дисциплине возрастная анатомия, физиология и гигиена. Махачкала, 2018 .- 219 с.
3. 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, 2019. — 447 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2935-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/425265>

### **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, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/455314>
2. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04086-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/449808>

## **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

Научная электронная библиотека - [elibrary.ru](http://elibrary.ru)

Открытая электронная библиотека. – URL: <http://orel.rsl.ru>

Электронно-библиотечная система – ЭБС - [iprbookshop.ru](http://iprbookshop.ru)

Фундаментальная библиотека ДГПУ - <http://lib.dspu.ru>

<http://www.pediatr-russia.ru> > node «Вопросы современной педиатрии»

<http://www.medj.ru> > [pediatr medj.ru](http://www.pediatr-medj.ru) > [pediatr](http://www.pediatr.ru) . Педиатрия.

Сазонов В.Ф. Интернет-ресурсы по физиологии [Электронный ресурс] // Кинезиолог. 2009-2014: <http://kineziolog.bodhy.ru/content/internet-resurs>.

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Приступая к изучению дисциплины, обучающимся целесообразно ознакомиться с ее рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке университета, а также с предлагаемым перечнем заданий.

### **Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям**

#### **Лекционные занятия**

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения – это важнейшее условие освоения данной дисциплины. На лекционном занятии, согласно учебному плану дисциплины, студенту предлагается рассмотреть основные темы курса, связанные с принципиальными вопросами. Лекция должна быть записана студентом, однако, форма записи может быть любой (конспект, схематичное фиксирование материала, запись узловых моментов лекции, основных терминов и определений). Возможно выделение (подчеркивание, выделение разными цветами) важных понятий, положений.

#### **Практические занятия**

При подготовке к практическому занятию студенту необходимо опираться на лекционный материал, использовать дополнительную литературу. Использовать для освоения практических навыков муляжи, таблицы, плакаты. Просмотр учебных видеофильмов. Отрабатывать практические навыки друг на друге.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

#### **Организация внеаудиторной деятельности обучающихся**

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом. Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как: изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции); изучение рекомендуемых литературных источников; конспектирование источников; работа со словарями и справочниками; работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet; подготовка презентаций; ответы на контрольные вопросы; реферирование; написание докладов; подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются: уровень освоения учебного материала, умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач, полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа, обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос, оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

## **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Microsoft Power Point, Microsoft Word

## 11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины

- лекционная аудитория с интерактивной доской и наличием компьютера
- аудитория для проведения лабораторных занятий с лабораторным оборудованием
- аудитория для проведения практических занятий с учебным материалом,
- муляжи, таблицы, плакаты

В учебном процессе используются следующие технические средства:

- компьютеры,
- видеодиски учебных фильмов
- приборы и оборудование учебного назначения: скелет человека, набор костей, спирометры, тонометры, динамометры, весы, таблицы, муляжи.
- учебные пособия (см. список литературы)
- электронная библиотека

### **Специальные условия для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Специальные условия обучения и направления работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья) определены на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 5 апреля 2017 г. № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;
- методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн).

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется институтом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;

- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске.

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию института.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.