

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

Факультет биологии, географии и химии  
Кафедра анатомии, физиологии и медицины

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР  
  
« 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)

**Профили подготовки** - «Химия» и «Биология»

**Квалификация выпускника** - бакалавр

**Формы обучения** - очная; заочная

**Сроки обучения:** очно – 5 лет; заочно – 5 лет, 6 мес.

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		72	12	20			40	Зачет
заочная		72	2	4			66	Зачет

Махачкала

2021

Даудова Р.Д. Рабочая программа дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» – Махачкала: ДГПУ, 2021. 20 с.

**Программа утверждена на заседаниях:**

кафедры: анатомии, физиологии и медицины (протокол №11 от «14» мая 2021 г.)

Зав. кафедрой: Даудова Р.Д. - к.б.н., доцент  «14» мая 2021 г.

Учёного совета факультета БГиХ (протокол №10 от «21» мая 2021г.)

Председатель Алиев Ш.М., к.г.н. доц.  21 мая

на заседании учебно-методического совета ДГПУ (протокол № 3 от «31» мая 2021 г.)

Председатель УМС: проф., И.А. Дибиров  31 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.04.02 «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» относится к обязательной части и Модулю здоровья и безопасности жизнедеятельности Б1.О.03 учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование, 44.04.01 Педагогическое образование и 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Дисциплина Б1.О.04.02 «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.
<b>Профессиональные компетенции (ПК)</b>		
ПК-7	Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-	ИПК-7.1. оказывает первую доврачебную помощь обучающимся; ИПК-7.2. применяет меры профи-

	воспитательном процессе и внеурочной деятельности	лактики детского травматизма; ИПК-7.3. применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.
--	---	---

#### 4. Трудоемкость изучения дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (72 часа). Дисциплина изучается в 4 семестре

Таблица 1.

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	<b>32</b>	<b>6</b>
Лекции/практ. подготовка	10/2	1/1
Практические занятия (ПЗ)/практ. подготовка	16/4	2/2
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>40</b>	<b>66</b>
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям	18	26
Самостоятельное изучение тем	10	24
Контрольные работы		
Реферат	12	16
и т.д.		
Курсовая работа (при наличии)		
<b>Промежуточная аттестация(зачет, экзамен)</b>	<b>Зачет</b>	<b>Зачет</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 орга-	2		2				8			

	низма								12		
1.2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата	2	2	2	2			6	10		
1.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена анализаторов	2		2				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			8	12		
2.2	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.	2		4				6	10		
2.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена нервной системы	2		4				6	12		
	<b>ИТОГО</b>	12	2	20	4			40	66	за-чет	за-чет

## 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 отчётности	Литература
1	Рост и развитие организма. Антропометрия	Ознакомиться с показателями физического развития. Провести измерение антропометрических данных.	демонстрация практических навыков, запись измерений	1. А.О Дробинская Анатомия и возрастная физиология, Москва, Изд-во Юрайт, 2016. 2. В.Г. Каменская. Возрастная анатомия физиология и гигие-

				на, 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.	Определение остроты и поля зрения. Аккомодация глаза	Познакомить с физиологическими причинами аккомодации и научиться определять остроту зрения с помощью типовых таблиц.	решение тестовых заданий и ситуационных задач, демонстрация практических навыков	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.
3.	Оценка вестибулярного анализатора. Чувствительность языка к различным раздражениям	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.	устный опрос, демонстрация практических навыков	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.
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	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.

				<p>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	<p>Физиолого-гигиенические основы питания учащихся.</p> <p>Составление пищевого рациона</p>	<p>Определение физиолого-гигиенических основ питания учащихся. Составление пищевого рациона учащихся и расчет энергетического баланса.</p>	<p>конспект, устный опрос</p>	<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	<p>Определение зрачкового рефлекса.</p> <p>Оценка умственной работоспособности</p>	<p>Определение зрачкового, коленного и сухожильного рефлекса.</p> <p>Определение умственной работоспособности учащихся.</p>	<p>конспект, устный опрос, демонстрация практических навыков</p>	<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>

#### 5.4 Задания самостоятельной работы

Таблица 5.

п/п	Раздел (тема) программы	Количество часов	Задания для самостоятельного выполнения	Форма отчетности	Литература
	Общие закономерности роста и	8	Самостоятельный разбор материала,	Подготовка	1. А.О Дробинская Анатомия и возрастная фи-

1	развития организма		подготовка доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	доклада, реферата, выполнение тестовых заданий.	<p>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>
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.	<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>
3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена анализаторов	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>
4	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов кровообращения	8	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>

	щения и дыхания		стовых заданий.	ний.	растная 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.
5	Возрастная анатомия, физиология и гигиена органов пищеварения.	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.
6	Возрастная анатомия, физиология и гигиена нервной системы	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.

## 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) ПК-7 - Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

## **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 гипертензия 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 профессиональной деятельности.	<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 рациональной организации процесса обучения и воспитания</p> <p><b>Владеть.</b> Методикой антропометрических исследований по оценке физического развития и типа телосложения.</p>	<p>Знает общие закономерности и возрастные особенности функционирования основных систем организма ребенка.</p> <p>Умеет использовать знания анатомии физиологии и здоровьесберегающих технологий для рациональной организации процесса обучения и воспитания.</p> <p>Владеет методикой антропометрических исследований по оценке физического развития и типа телосложения.</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>
ПК-7 - Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-	<p><b>Знать.</b> Влияние наследственности и среды на развитие ребенка.</p> <p><b>Уметь.</b> Использовать полученные теоретические</p>	<p>Знает влияние наследственности и среды на развитие ребенка.</p> <p>Умеет использовать полученные теоретические знания и практические навыки.</p>	<p>Не знает влияние наследственности и среды на развитие ребенка.</p> <p>Недостаточно знаний о функциональных особенностях развития ре-</p>

воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	ческие 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.	Владеет методиками и навыками комплексной диагностики уровня функционального развития ребенка и его готовности к обучению.	бенка. 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:**

0-51%- незачет  
52-100 % - 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. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена : учебное пособие / Н.Ф. Лысова [и др.]. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с.
2. Даудова Р.Д., Луганова С.Г., Рашкуева З.И., Магомедова Д.Р. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Учебное пособие. Махачкала, 2018 .- 219 с.
3. 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.
4. 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. Безруких, М. М. Возрастная физиология (физиология развития ребенка) / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. Д. Фарбер. — М.: АСАДЕМА, 2002.
2. Возрастная анатомия, физиология, гигиена : рабочая тетрадь / . — Липецк : Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семёнова-Тян-Шанского, 2018. — 57 с.
3. 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>
4. 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

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.

При подготовке к практическому занятию студенту необходимо опираться на лекционный материал, использовать дополнительную литературу. Просмотр учебных видеофильмов.

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

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,
- видеокассеты и видеодиски учебных фильмов
- приборы и оборудование учебного назначения: электронные стимуляторы, кимографы, электронные гемометры, глюкометр, спирометры, тонометры, динамометры, весы, микроскопы, 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.