МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

РП СФОРМИРОВАНА, СОГЛАСОВАНА И УТВЕРЖДЕНА В ЭИОС

УТВЕРЖДАЮ
Декан ФГО

УТВЕРЖДАЮ /А.В. Артамонова/
(Ф.И.О. декана (директора института))

14.02.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б.1.1.2.1 Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

(код и наименование дисциплины по учебному плану)

Направление подготовки (специальность): 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Квалификация выпускника: Бакалавр
(бакалавр/магистр/специалист)

Направленность: Математика и экономика

Курс: 1

Семестр: 1

Распределение учебного времени

Трудоемкость по учебному плану	72 / 2	часов/зачетных единиц
Лекции	18	часов
Лабораторные работы	-	часов
Практические занятия	18	часов
Иная контактная работа	-	часов
Всего контактной работы (без учета экз.)	36	часов
Контактная работа по экзамену	-	часов
Курсовой проект (работа)	-	семестр
Самостоятельная работа обучающихся (без учета экз.)	36	часов
Самостоятельная работа по подготовке к экзамену	-	часов
Экзамен	-	семестр
Зачет	1	семестр
БРК, ДЗ	-	семестр

2024
(год)

Оборотная сторона титульного листа

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО направления подготовки (специальности) 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Программу составили:

заведующий кафедрой	ФК	СОГЛАСОВАНО	И.В. Гребнев
(должность)	(кафедра)		(И.О. Фамилия)

РАССМОТРЕНА и ОДОБРЕНА на заседании кафедры, за которой закреплена дисциплина
Кафедра физической культуры

(наименование кафедры)

09.01.2024 протокол № 4

(дата)

Заведующий кафедрой СОГЛАСОВАНО И.В. Гребнев

(И.О. Фамилия)

Рабочая программа СОГЛАСОВАНА с факультетом (институтом), выпускающей(ими) кафедрой(ами).
СООТВЕТСТВУЕТ действующей ОП.

Заведующий кафедрой СОГЛАСОВАНО А.Г. Фурин

(И.О. Фамилия)

Председатель методической комиссии факультета (института), в который входит выпускающая кафедра

СОГЛАСОВАНО А.В. Артамонова

(И.О. Фамилия)

Эксперт(ы): Николаев Евгений Петрович, Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 31 г. Йошкар-Олы"
Рабочая программа проверена и зарегистрирована в УМЦ 12.03.2024 г.
Специалист учебно-методического центра СОГЛАСОВАНО /Т.А. Смирнова/

Раздел 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины является достижение планируемых результатов обучения, соответствующих установленным в ОПОП индикаторам достижения компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
1. УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	**знания:** Знает и понимает концепцию здорового образа жизни и его ключевых компонентов (рациональное питание, физическая активность, режим труда и отдыха, профилактика вредных привычек); основы физиологии человека и влияние различных факторов на функционирование организма; основные методы и средства профилактики распространенных заболеваний. **умения:** Умеет анализировать индивидуальные факторы риска и определять приоритетные направления для улучшения здоровья; анализировать и интерпретировать данные о состоянии своего здоровья; оценивать эффективность различных методов и средств поддержания здоровья. **навыки:** Владеет навыками самоконтроля и саморегуляции; организации своей повседневной жизни и профессиональной деятельности согласно нормам ведения здорового образа жизни.

	УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	**знания:** Знает основные здоровьесберегающие приемы физической культуры, особенности их применения при работе с обучающимися различного возраста; различные виды физических упражнений и их влияние на организм; основные принципы дозирования физической нагрузки, методы контроля и самоконтроля при выполнении физических упражнений. **умения:** Умеет анализировать состояние своего здоровья и уровень физической подготовки; планировать занятия физической культурой в режиме дня, учитывая профессиональные и личные обстоятельства; использовать различные средства и методы физической культуры (тренажеры, спортивные снаряды, упражнения с собственным весом); корректировать программы физической активности в зависимости от изменений в состоянии здоровья и уровне подготовки. **навыки:** Владеет навыками выполнения различных физических упражнений и комплексов (аэробные, силовые, растяжка, координационные); использования спортивного оборудования и инвентаря; организации и проведения занятий физической культурой для себя и других; планирования и подготовки спортивных мероприятий и соревнований.

Раздел 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина относится к обязательной части ОПОП.
Дисциплина является обязательной
Изучаемая дисциплина является основой для продолжения формирования указанных компетенций в следующих дисциплинах: Занятия в спортивных секциях (УК-7), Общая физическая подготовка (УК-7), Специальная дисциплина для лиц с ОВЗ (УК-7); государственной итоговой аттестации в форме: Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена (УК-7)

Раздел 3. ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Для формирования заявленных компетенций используются методологические технологии, реализующие деятельностный, личностно-ориентированный, практико-ориентированный подходы.
Основными стратегическими технологиями являются: лекционные занятия, практические занятия, процедуры самообучения
На достижение конкретных целей обучения направлены применяемые тактические технологии: задания, информационные, классическая лекция

Раздел 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1 семестр

Виды и темы занятий	Количество часов	Формируемые компетенции
Введение в дисциплину. Общие сведения об организме человека. Особенности роста и развития	**12**	УК-7
Лекция. Введение в дисциплину "Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья". Закономерности роста и развития. Анатомия человека. Физиология человека. Гигиена. Органы и системы органов. Эпителиальная ткань: плоский эпителий, цилиндрический эпителий, однослойный кубический эпителий, многословный ороговевающий и неороговевающий эпителий, железистый эпителий. Соединительная ткань: строение, функции. Костная ткань. Виды костных клеток. Строение костей. Хрящевая ткань. Кровь, лимфа. Жировая ткань. Мышечная ткань, виды мышечной ткани. Нервная ткань. Неодновременность созревания органов и систем.	2	
Практическое занятие. Введение в дисциплину "Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья". Закономерности роста и развития. Рост. Абсолютные показатели роста организма. Развитие и факторы развития. Взаимосвязь физического и психического развития. Закономерности роста и развития ребенка в онтогенезе. Ростовые скачки. Непрерывность роста и развития. Гетерохронность и системогенез. Надежность биологических систем. Обусловленность процессов роста и развития наследственностью и факторами среды. Обусловленность процессов роста и развития полом. Понятие гомеостаза. Поддержание гомеостаза. Физиология системы крови. Функции крови. Форменные элементы крови. Клеточный и гуморальный иммунитет. Врожденный, приобретенный, естественный, искусственный иммунитет.	2	
Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение 1. Изучить рекомендованную учебную и учебно-методическую литературу и электронные образовательные ресурсы. 2. Выполнить задания текущего контроля в соответствии с электронным курсом.	8	
Внутренняя среда организма. Регуляция функций в организме человека	**44**	УК-7
Лекция. Опорно-двигательный аппарат. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Возрастная периодизация и ее принципы. Основные и критические периоды индивидуального развития. Периоды жизненного цикла человека до достижения зрелого возраста. Период новорожденности, младенчества, ясельный период, периоды дошкольного, младшего школьного, среднего школьного, старшего школьного возраста.	2	
Практическое занятие. Опорно-двигательный аппарат. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата. Сенситивные периоды развития ребенка. Сенситивный период развития речи. Сенситивный период восприятия порядка. Сенситивный период сенсорного развития. Сенситивный период восприятия маленьких предметов. Сенситивный период	2	

развития движений и действий. Сенситивный период развития социальных навыков.			
Лекция. Нервная система. Возрастные особенности нервной системы. Роль нервной системы: регуляция и координация функций организма, взаимодействие с другими системами органов. Основные функции нервной системы: регуляция внутренних органов и систем, восприятие и обработка информации, анализ и принятие решений, управление движениями и поведением. Структурно-функциональные уровни. Центральная нервная система (ЦНС). Головной и спинной мозг. Периферическая нервная система (ПНС). Нервы и нервные узлы. Вегетативная нервная система (ВНС).	2		
Практическое занятие. Нервная система. Возрастные особенности нервной системы. Центральная нервная система. Спинной мозг. Головной мозг. Развитие рефлексов и сенсорных систем. Изменения в подростковом возрасте: влияние гормональных изменений, развитие когнитивных функций и эмоциональной сферы. Старение мозга. Факторы, влияющие на здоровье нервной системы. Рекомендации по поддержанию здоровья нервной системы. Меры по профилактике нервных и психических расстройств.	2		
Лекция. Эндокринная система. Костная система. Возрастные особенности эндокринной системы, костной системы. Общие сведения об эндокринной системе. Определение и функции эндокринной системы. Роль гормонов в регуляции процессов жизнедеятельности. Железы внутренней секреции. Основные железы. Функции гормонов. Механизмы регуляции эндокринной системы. Возрастные особенности эндокринной системы. Нарушения эндокринной системы: основные эндокринные заболевания (сахарный диабет, гипотиреоз, гипертиреоз и др.). Роль питания и физической активности в поддержании нормальной функции эндокринной системы. Профилактика эндокринных заболеваний.	2		
Практическое занятие. Эндокринная система. Костная система. Возрастные особенности эндокринной системы, костной системы. Костная система. Строение и функции скелета. Основные отделы скелета: осевой и добавочный. Функции скелета: опора, защита, движение, кроветворение, минеральный обмен. Длинные, короткие, плоские, смешанные кости. Строение кости. Соединения костей. Непрерывные соединения (синартрозы): синдесмозы, синхондрозы, синостозы. Прерывные соединения (диартрозы): строение сустава, основные элементы (суставные поверхности, суставная сумка, синовиальная жидкость). Возрастные особенности костной системы. Заболевания костной системы. Рекомендации по уходу за опорно-двигательным аппаратом. Профилактика травм и заболеваний костной системы.	2		
Лекция. Мышечная система. Возрастные особенности	2		

мышечной системы. Мышечная система. Основные типы мышц: скелетные, гладкие, сердечная. Функции мышечной системы: движение, поддержание позы, терморегуляция, защита внутренних органов. Строение скелетной мышцы. Механизм мышечного сокращения. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности. Физиологические свойства мышц: возбудимость, сократимость, растяжимость, эластичность. Виды мышечных сокращений: изометрические, изотонические, ауксотонические. Классификация скелетных мышц. Возрастные особенности мышечной системы. Заболевания мышечной системы: миозиты, миопатии, атрофии, мышечные судороги, спазмы, травмы (растяжения, разрывы). Значение физической активности для поддержания мышечного тонуса и силы. Профилактика травм и заболеваний мышечной системы.			
Практическое занятие. Мышечная система. Возрастные особенности мышечной системы. Развитие скелета в детском возрасте. Формирование костей из хрящевой и соединительной ткани. Появление и развитие точек окостенения. Рост костей в длину и толщину. Характерные особенности детского скелета (незавершенное окостенение, наличие хрящевых зон роста). Различия в пропорциях тела (относительно большая голова, короткие конечности). Изменения в строении и функции костей, суставов и мышц в разные периоды детства. Влияние гормональных изменений (в период полового созревания) на развитие опорно-двигательного аппарата. Факторы, влияющие на развитие опорно-двигательного аппарата. Рекомендации по физической активности для детей разного возраста. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия. Особенности детских травм опорно-двигательного аппарата. Меры по предупреждению травм в быту, на улице и в спорте.	2	
Лекция. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Возрастные особенности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Функции сердечно-сосудистой системы. Строение сердца. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард. Проводящая система: синусовый узел, атриовентрикулярный узел, пучок Гиса. Строение кровеносных сосудов. Артерии: толстые стенки, эластичные, транспорт крови от сердца. Вены: тонкие стенки, наличие клапанов, транспорт крови к сердцу. Капилляры: тонкие стенки, газообмен и обмен веществ. Основные показатели кровообращения. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы у детей. Факторы, влияющие на развитие сердечно-сосудистой системы. Рекомендации по физической активности для детей разного возраста. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.	2	
Практическое занятие. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Возрастные особенности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Функции дыхательной системы. Строение дыхательной системы: верхние дыхательные пути, нижние дыхательные	2	

пути. Механизм дыхания. Вдох и выдох: роль межреберных мышц и диафрагмы. Изменения объема грудной клетки и давления в легких. Нервная и гуморальная регуляция дыхания. Возрастные особенности дыхательной системы у детей. Факторы, влияющие на развитие дыхательной системы. Рекомендации по поддержанию здоровья дыхательной системы. Профилактика респираторных заболеваний. Рекомендации по физической активности для укрепления дыхательной системы.		
Лекция. Пищеварительная и мочевыделительная системы. Возрастные особенности пищеварительной и мочевыделительной систем. Функции пищеварительной системы. Механическая и химическая обработка пищи. Всасывание питательных веществ. Выведение непереваренных остатков. Строение пищеварительной системы: полость рта, глотка и пищевод, желудок, тонкий кишечник, толстый кишечник, дополнительные органы. Процесс пищеварения. Механическая обработка (измельчение, перемешивание). Химическое переваривание (ферменты). Всасывание (в тонком кишечнике). Возрастные особенности пищеварительной системы. Факторы, влияющие на развитие пищеварительной системы. Рекомендации по питанию для детей разного возраста. Профилактика заболеваний пищеварительной системы.	2	
Практическое занятие. Пищеварительная и мочевыделительная системы. Возрастные особенности пищеварительной и мочевыделительной систем. Строение и функции мочевыделительной системы. Основные органы: почки, мочеточники, мочевой пузырь, мочеиспускательный канал. Функции: фильтрация крови, образование мочи, выведение продуктов обмена и токсинов. Особенности строения почек. Процесс образования мочи. Регуляция мочеобразования. Возрастные особенности мочевыделительной системы. Факторы, влияющие на развитие мочевыделительной системы. Рекомендации по поддержанию водного баланса. Профилактика инфекций мочевыводящих путей. Нарушения мочевыделительной системы у детей. Инфекции мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь, недержание мочи: причины, профилактика и лечение. Профилактика заболеваний мочевыделительной систем.	2	
Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение 1. Изучить рекомендованную учебную и учебно-методическую литературу и электронные образовательные ресурсы. 2. Выполнить задания текущего контроля в соответствии с электронным курсом.	20	
Культура здоровья. Здоровый образ жизни	**16**	УК-7
Лекция. Культура здоровья и социально-биологические аспекты здорового образа жизни. Здоровый образ жизни населения (человека) -важный фактор формирования здоровья нации. Проблемы оптимизации здорового образа жизни. Приоритетные задачи социальной политики и развития общества. Нормы здорового образа жизни как основа полноценной социальной и профессиональной	2	

деятельности.		
Практическое занятие. Культура здоровья и психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни. Аддиктивное поведение подростков. Основные направления предупреждающих мероприятий. Стресс и способы защиты.	2	
Лекция. Культура здоровья и медико-педагогические аспекты здорового образа жизни Проблема наркомании и способы её преодоления. Токсикомания и её профилактика. Алкоголизм и его профилактика в подростково-молодёжной среде. Табакокурение и его профилактика в подростково-молодёжной среде. Интернет-зависимость: виды, факторы и пути преодоления.	2	
Практическое занятие. Культура здоровья и медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Гигиенические основы организации здорового образа жизни. Питание как важный фактор здорового образа жизни. Физическая культура и спорот как важные фактор здорового образа жизни. Здоровьесберегающие приёмы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности.	2	
Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение 1. Изучить рекомендованную учебную и учебно-методическую литературу и электронные образовательные ресурсы. 2. Выполнить задания текущего контроля в соответствии с электронным курсом.	8	
Иная контактная работа: зачет	0	

Раздел 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» рекомендуется начать с ознакомления с рабочей программой, ее структурой и содержанием разделов. Учебный материал структурирован, изучение дисциплины осуществляется в тематической последовательности. Занятия лекционного типа дают систематизированные знания по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», концентрируют внимание на наиболее сложных и важных вопросах. Во время лекционных занятий рекомендуется вести конспектирование учебного материала; обращать внимание на формулировки и категории, раскрывающие суть проблемы, явления или процесса; зафиксировать выводы и практические рекомендации.
Подготовка к занятиям семинарского типа включает ознакомление с планом практического занятия; работу с конспектом лекций, выполнение домашнего задания, работу с учебной и учебно-методической литературой, научными изданиями и электронными образовательными ресурсами, рекомендованными рабочей программой дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья». Содержание самостоятельной работы определяется рабочей программой дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», оценочными и методическими материалами, заданиями и указаниями преподавателя, в том числе заданиями текущего контроля на электронном курсе. Самостоятельная работа может осуществляться в аудиторной и внеаудиторной формах. Эффективным средством

осуществления самостоятельной работы является электронная информационно-образовательная среда университета, которая обеспечивает доступ к образовательной программе, рабочей программе дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», к электронным библиотечным системам, профессиональным базам данных и информационным справочным системам. Изучение дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» включает выполнение заданий на электронном курсе. Периодичность проведения, формы текущего контроля успеваемости, система оценивания хода освоения дисциплин представлены в рабочей программе и на электронном курсе. Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» является **зачёт.**

Раздел 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Учебно-методическое обеспечение

№№ п/п	Список используемой литературы	Количество экземпляров печатных изданий, имеющихся в библиотеке, или электронный адрес издания (ресурса) в сети Интернет
УЧЕБНЫЕ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ И НАУЧНЫЕ ИЗДАНИЯ		
1.	Брин, В. Б. Физиология человека в схемах и таблицах [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Брин В. Б. 9-е изд., стер. Санкт-Петербург: Лань, 2024. - 608 с. ISBN 978-5-507-47508-7.	https://e.lanbook.com/book/385055
2.	Пискунов, В. А. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] / Пискунов В.А., Максиняева М.Р., Тупицына Л.П., Егорова Т.И. Москва: Прометей"" (Московский Государственный Педагогический Университе, 2012 ISBN 978-5-7042-2355-9.	http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=64251
3.	Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Текст] : [учеб. пособие для студентов вузов] / Н. Ф. Лысова [и др.]; М-во образования и науки РФ, ГОУ ВПО "Новосиб. гос. пед. ун-т", ГОУ ВПО "Моск. пед. гос. ун-т". НовосибирскМ.: АРТА, 2011. - 333, [1] с. ISBN 978-5-902700-20-3. Экземпляры: всего 30.	30
4.	Гребнев, Иван Вячеславович. Концепт взаимосвязи духовности и телесности в философии, культуре и спорте [Текст] : монография / И. В. Гребнев; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГБОУ ВО "Поволж. гос. технол. ун-т". Йошкар-Ола: ПГТУ, 2016. - 199 с. ISBN 978-5-8158-1700-5. Экземпляры: всего 11.	11 / https://portal.volgatech.net/books/Grebnev_koncept_vzaimosviazi_duxovnogo_telesnogo_2016.pdf
ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ		
1.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	http://elibrary.ru
2.	Научная электронная библиотека «Киберленинка»	http://cyberleninka.ru
3.	Министерство спорта Российской Федерации	https://www.minsport.gov.ru/
4.	Государственная информационная система "Современная цифровая образовательная среда"	https://online.edu.ru
5.	Навигатор научно-методических разработок	https://apkpro.guppros.ru/nav

		igator
6.	Портал "Единое содержание общего образования"	https://edsoo.ru
7.	Портал "Российская электронная школа"	https://resh.edu.ru
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ		
1.	Справочно-правовая система Консультант+	http://www.consultant.ru
2.	Информационно-правовой портал Гарант	http://www.garant.ru

6.2. Материально-техническая база и программное обеспечение

№№ п/п	Аудитории для проведения учебных занятий, самостоятельной работы и проведения государственной итоговой аттестации	Перечень основного оборудования	Программное обеспечение
1.	336 (I)	Доска аудиторная 1.2*1.5 (1), Персональный компьютер 6 Atlant A2X2/2G(3)/монитор Viewsonic VA2013wm/3Y (1), ПК ICL REY H104.1 (системный блок,клав.мышь опт.,коврик, монитор VA2231W-LED) (1), Комплект учебной мебели (1)	Microsoft Windows Enterprise, Справочная правовая система "Консультант Плюс", Microsoft Office Standard, Агент Dr.Web, Комплект ГАРАНТ-Мастер, Microsoft Access, Microsoft Visio Professional, Microsoft Project Professional, Microsoft Visual Studio Enterprise, Комплект ПО для решения основных пользовательских задач

Раздел 7. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ/ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Критерии оценивания индикаторов достижения компетенций направлены на:
- усвоение теоретического материала (объем знаний, глубина усвоения), предусмотренного рабочей программой;
- умение излагать материал (четкость, грамотность изложения материала, точность и полнота воспроизведения учебного материала);
- умение применять теоретические знания при решении практических заданий.

Шкала оценивания представлена ниже.

Уровень сформированности элементов компетенции	Критерии оценивания	Шкала оценивания
Пороговый уровень	Обучающийся имеет знания основного материала, проявляет умение логично его излагать, но может допускать неточности в изложении материала, недостаточно правильные формулировки, испытывает	Зачтено

затруднения в выполнении практических заданий	

7.1. Текущий контроль успеваемости
Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины (модуля) и производится с применением технологии рейтингового контроля в соответствии с технологической картой дисциплины. Порядок составления технологической карты и алгоритм проведения процедуры оценивания видов деятельности обучающихся, направленных на освоение знаний, умений, навыков и/ или опыта деятельности, по накопительной системе в баллах устанавливается положением о системе РИТМ в ФГБОУ ВО «ПГТУ»

7.2. Промежуточная аттестация обучающихся
Промежуточная аттестация обучающихся направлена на оценивание результатов обучения по дисциплине (модулю) и проводится с использованием фондов оценочных средств.

Примеры типовых контрольных заданий из базы фонда оценочных средств по образовательной программе.

Задание 1. Выберите верный ответ
Какая структурная единица является основой строения и жизнедеятельности организма человека?
а) ткань;
б) орган;
в) клетка;
г) система органов.
Ответ: _____

Ключ: в

Задание 2. Ответьте на вопрос. В поле для ответа впишите словосочетание в именительном падеже и единственном числе со строчной буквы без знаков препинания
Как называется совокупность всех химических реакций (превращения веществ и энергии) в организме?
Ответ: _____

Ключ: обмен веществ

Задание 3. Заполните пропуски. В поле для ответа впишите два слова в порядке их упоминания в предложении в именительном падеже и единственном числе через пробел без знаков препинания и союзов (например, «нога рука»)
Центральная нервная система человека включает две основные части: _____ и _____ мозг.
Ответ: _____

Ключ: головной спинной

Полный перечень вопросов промежуточного контроля представлен в приложении 5 «Фонд оценочных средств»

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации
1. Основные этапы развития организма человека и ключевые анатомические и

физиологические изменения, происходящие в каждом периоде.

2. Роль наследственности и окружающей среды в формировании анатомических и физиологических особенностей человека.

3.Значение специфических возрастных особенностей, профилактики заболеваний и укреплении здоровья.

4. Анатомические и физиологические особенности детей и взрослых.

5. Влияние различных факторов (питание, физическая активность, стресс, окружающая среда) на развитие и здоровье человека.

6. Роль центральной нервной системы в регуляции функций организма и адаптации к изменениям внешней и внутренней среды.

7. Механизмы поддержания гомеостаза в организме человека.

8. Строение сердца и кровеносных сосудов, их функции.

9. Основные показатели кровообращения и их возрастные изменения.

10. Механизмы регуляции кровообращения.

11. Возрастные особенности сердечно-сосудистой системы.

12. Факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и меры их профилактики.

13. Строение дыхательной системы и механизм дыхания.

14. Регуляция дыхания.

15. Возрастные особенности дыхательной системы.

16. Влияние факторов окружающей среды (загрязнения воздуха, курения) на дыхательную систему.

17. Строение органов пищеварительной системы и их функции.

18. Процесс пищеварения (механическая и химическая обработка пищи).

19. Возрастные особенности пищеварительной системы.

20. Влияние питания на состояние пищеварительной системы и здоровье в целом.

21. Строение и функции мочевыделительной системы.

22. Возрастные особенности мочевыделительной системы.

23. Влияние образа жизни на состояние мочевыделительной системы.

24. Строение скелета и мышц, их функции.

25. Развитие костей и мышц в онтогенезе.

26. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.

27. Влияние физической активности на развитие и состояние опорно-двигательного

аппарата.

28. Строение и функции центральной и периферической нервной системы.

29. Роль вегетативной нервной системы в регуляции внутренних органов.

30. Возрастные особенности нервной системы.

31. Влияние эмоционального состояния на функционирование нервной системы.

32. Строение и функции основных желез внутренней секреции.

33. Роль гормонов в регуляции процессов жизнедеятельности.

34. Возрастные особенности функционирования эндокринной системы.

35. Влияние гормональных изменений на физическое и психическое развитие.

36. Нормы здорового образа жизни как основа полноценной социальной и профессиональной деятельности.

37. Аддиктивное поведение подростков и основные направления предупреждающих мероприятий.

38. Проблема наркомании, алкоголизма, табакокурения и их профилактика в подростково-молодёжной среде.

39. Гигиенические основы организации здорового образа жизни.

40. Здоровьесберегающие приёмы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности.