

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

Рабочая программа дисциплины (модуля)  
**ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ**

Направление и направленность (профиль)  
44.03.01 Педагогическое образование. Физическая культура

Год набора на ОПОП  
2023

Форма обучения  
очная

Владивосток 2023

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (утв. приказом Минобрнауки России от 22.02.2018г. №121) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 г. N245).

Составитель(и):

*Гайнуллина Ю.И., профессор, Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, Gaynullina.YI@vvsu.ru*

*Журавская Н.С., доктор медицинских наук, профессор, Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, Natalya.Zhuravskaya@vvsu.ru*

Утверждена на заседании кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы от 05.05.2023 , протокол № 6

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

<b>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ</b>	
Сертификат	1575558447
Номер транзакции	000000000B2DFF5
Владелец	Барабаш О.А.

## 1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Получение знаний и умений о строении и функциях, закономерностях возрастного развития организма человека, в том числе его физических качеств и двигательных умений для профилактики заболеваний и функциональных нарушений у подрастающего поколения, мотивации учащихся к здоровому образу жизни в будущей педагогической деятельности.

Задачи дисциплины:

1. изучить особенности анатомического строения органов, систем и организма в целом в ходе их пренатального и постнатального развития;
2. приобрести знания о возрастных особенностях анатомического строения органов и систем, их функциональном значении для предупреждения различных отклонений в физическом и умственном развитии детей и подростков;
3. дать представление о культуре здоровья, здоровом образе жизни и профилактике вредных привычек;
4. овладеть знаниями и умениями, необходимыми для поддержания должного уровня физической подготовленности при обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности;

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
			Код результата	Формулировка результата
44.03.01 «Педагогическое образование» (Б-ПО)				

## 2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Согласно требованиям ФГОС дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья» реализуется в рамках здоровьесберегающей части учебного плана.

## 3. Объем дисциплины (модуля)

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обучения	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоемкость (З.Е.)	Объем контактной работы (час)					СРС	Форма аттестации
					Всего	Аудиторная			Внеаудиторная		
				лек.		прак.	лаб.	ПА	КСР		

44.03.01 Педагогическое образование	ОФО	Б1.Б.В	1	2	37	18	18	0	1	0	35	3
--	-----	--------	---	---	----	----	----	---	---	---	----	---

## 4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

### 4.1 Структура дисциплины (модуля) для ОФО

Тематический план, отражающий содержание дисциплины (перечень разделов и тем), структурированное по видам учебных занятий с указанием их объемов в соответствии с учебным планом, приведен в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля для ОФО

№	Название темы	Код результата обучения	Кол-во часов, отведенное на				Форма текущего контроля
			Лек	Практ	Лаб	СРС	
1	Основы возрастной анатомии и физиологии. Общие принципы строения и функционирования организма. Культура здоровья.	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование
2	Периодизация индивидуального развития человека.	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, тест
3	Анатомия и физиология костно-мышечной системы человека.	РД1, РД2	2	2	0	3	Собеседование, конспект, тест
4	Анатомия и физиология пищеварительной системы	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, конспект, тест
5	Анатомия и физиология дыхательной системы человека	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, конспект, тест
6	Анатомия и физиология сердечно - сосудистой системы человека	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, конспект, тест
7	Анатомия и физиология мочеполовой системы человека	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, конспект, тест
8	Анатомия и физиология нейро-эндокринной системы человека	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, конспект, тест
9	Анатомия и физиология сенсорных систем. Понятие об органах чувств и анализаторах.	РД1, РД2	2	2	0	4	Собеседование, тест
<b>Итого по таблице</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>35</b>	

### 4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ОФО

*Тема 1 Основы возрастной анатомии и физиологии. Общие принципы строения и функционирования организма. Культура здоровья.*

Содержание темы: Исторические этапы и процесс познания строения и развития организма человека. Предмет и задачи дисциплины "Возрастной анатомия, физиология и культура здоровья" в системе профессиональной подготовки педагога. Общие принципы строения и функционирования организма как целостной биологической системы. Понятие организм, физиологические функции, функциональная система. Основопологающие системные принципы. Уровни регуляции физиологических функций организма. Здоровый образ жизни и его составляющие. Профилактика различных заболеваний, функциональных нарушений у подрастающего поколения и мотивация к здоровому образу жизни.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект по теме, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 2 Периодизация индивидуального развития человека.*

Содержание темы: Структурно-функциональные уровни организма человека: клетка, ткани, органы и системы органов. Строение клетки. Ткани, их характеристика. Понятие и периодизация онтогенеза человека. Основные признаки, составляющие основу периодизации. Основные закономерности роста и развития в периоды детства, половой зрелости и взрослого состояния человека. Гетерохронность развития, биологическая надежность функциональных систем и организма в целом. Влияние природной и социальной среды на рост и развитие организма. Роль знаний о возрастной периодизации для профессиональной педагогической деятельности.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект по теме, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 3 Анатомия и физиология костно-мышечной системы человека.*

Содержание темы: Опорно-двигательный аппарат, строение и функции, закономерности его развития. Скелет, его функции. Строение и свойства костей, химический состав. Части скелета и их развитие. Соединение костей. Различие в строении костей и их форме, значение их разнообразия и функций в спортивных локомоциях. Строение, форма, основные свойства скелетных мышц, их функциональное значение. Мышцы отдельных областей человеческого тела. Характеристика отдельных мускулов (положение, функции и вспомогательный аппарат). Мышечное утомление, его профилактика.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тест, конспект по теме, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 4 Анатомия и физиология пищеварительной системы.*

Содержание темы: Пищеварительная система. Строение органов пищеварения, их функционирование. Ротовая полость, глотка, пищевод, желудок, тонкий и толстый отделы кишечника. Пищеварение в различных отделах пищеварительной системы, возрастные особенности. Обмен веществ и энергии.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 5 Анатомия и физиология дыхательной системы человека.*

Содержание темы: Дыхательная система. Строение, функции, возрастные особенности. Функциональные показатели – частота дыхания, жизненная емкость легких,

минутный объем. Типы дыхания: грудной, брюшной. Внешнее и внутреннее дыхание, механизм вдоха и выдоха, газообмен в легких, транспорт газов кровью.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 6 Анатомия и физиология сердечно - сосудистой системы человека.*

Содержание темы: Сердечно-сосудистая система. Кровь. Строение и функции сердечно-сосудистой системы. Сердце, фазы сердечного цикла. Общая схема кровообращения, малый и большой круг кровообращения. Функциональные показатели сердечно-сосудистой системы - пульс, кровяное давление. Понятия: брадикардия, тахикардия, гипертония, гипотония, систолическое, диастолическое давление. Возрастные особенности. Форменные элементы крови.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 7 Анатомия и физиология мочеполовой системы человека.*

Содержание темы: Основная функция выделительной системы. Органы выделения – почки, мочеточник, мочевого пузыря и мочеиспускательный канал. Строение почки. Нефрон как структурно-функциональная единица почки. Строение мужских и женских половых органов, возрастные особенности. Половое развитие. Эндокринная функция половой системы. Оплодотворение, беременность, рождение человека.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 8 Анатомия и физиология нейро-эндокринной системы человека.*

Содержание темы: Регулирующие системы организма на разных возрастных этапах.. Эндокринная система. Строение и функции эндокринных желез. Понятие о гипо- и гиперфункции. Нервная система и ее значение в жизнедеятельности человека. Центральная, периферическая и вегетативная нервная система. Головной и спинной мозг, периферические нервы. Возникновение целостных поведенческих актов. Поддержание постоянства внутренней среды организма (гомеостаз) и приспособление его как единого целого к изменяющимся условиям внешней среды. Рефлекторная дуга. Механизм образования и виды рефлексов. Значение условных и безусловных рефлексов в учебно-воспитательном процессе.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект, чтение рекомендованных произведений по теме.

#### *Тема 9 Анатомия и физиология сенсорных систем. Понятие об органах чувств и*

*анализаторах.*

Содержание темы: Строение анализаторов, тренировка под влиянием обучения. Специфичность и общие закономерности органов чувств. Учение И. П. Павлова об анализаторах. Значение анализаторов в познавательной деятельности ребенка. Специфичность и общие закономерности функционирования органов чувств. Зрительный анализатор. Строение, функции, оптическая система глаза, проводящие пути и корковый отдел зрительного анализатора, развитие и возрастные особенности. Слуховой и вестибулярный анализатор, строение, возрастные особенности. Обонятельный, вкусовой, кожный и двигательный анализаторы. Строение, возрастные особенности. Тренировка анализаторов под влиянием обучения.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Самостоятельная работа; Лекционные занятия; Практические занятия. В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Подготовка к собеседованию, тесту, конспект, чтение рекомендованных произведений по теме.

## **5 Методические указания для обучающихся по изучению и реализации дисциплины (модуля)**

### **5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины и по обеспечению самостоятельной работы**

Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом и расписанием учебных занятий. Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

При формировании своей индивидуальной образовательной траектории обучающийся имеет право на переаттестацию соответствующих дисциплин (модулей), освоенных в процессе обучения, который, в том числе, освобождает обучающегося от необходимости их повторного освоения.

Основной вид занятий для студентов очной формы обучения – лекционные и практические занятия с применением современных методов обучения. Освоение курса предполагает посещение лекционных и практических занятий, самостоятельную работу по подготовке к аудиторным занятиям, как с применением компьютерных программ, так и без их применения, написание конспектов и выполнение тестовых заданий, самостоятельную работу по темам.

Успешное освоение курса предусматривает обязательное чтение литературы, список которой рекомендуется преподавателем.

В ходе лекционных и практических занятий используются активные и интерактивные формы обучения, в том числе с применением различных методов обучения (дискуссия, работа в малых группах). Всего на активные и интерактивные методы обучения отводится 100 % аудиторных занятий. Для студентов в качестве самостоятельной работы предполагается подготовка к собеседованию. В ходе подготовки к занятиям и непосредственно на них широко используются информационные технологии (Интернет-ресурсы).

На занятиях студенты осваивают методы логического анализа, выполняют индивидуальные и групповые задания, учатся развёрнуто высказывать и аргументировать свое мнение о прочитанном. Рекомендуется обращаться к дополнительным источникам, указанным преподавателем, с целью осуществления успешной подготовки к практическим занятиям.

Контроль успеваемости студентов осуществляется в соответствии с рейтинговой системой оценки знаний.

На лекционных и практических занятиях ведётся текущий поурочный контроль в форме групповых и индивидуальных заданий, дискуссий по основным моментам изучаемой темы, осуществляется проверка конспекта.

Аттестация студентов осуществляется в соответствии с Положением о рейтинговой системе ВГУЭС.

Итоговой формой контроля является зачет. Оценка складывается из результатов выполнения всех обязательных видов работ (обозначенных для каждой темы) и итогового тестирования.

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов является важнейшим условием успешного овладения программой курса. Внеаудиторные самостоятельные занятия учащихся представляют собой логическое продолжение аудиторных занятий, проводятся по заданию преподавателя, который инструктирует обучаемых и устанавливает сроки выполнения задания.

Основными задачами самостоятельной работы являются: закрепление и углубление знаний, умений и владений студентов, полученных в ходе плановых учебных занятий; объективное оценивание собственных учебных достижений; формирование умений студентов мотивированно организовывать свою познавательную деятельность; подготовка студентов к предстоящим занятиям. Самостоятельная работа должна носить непрерывный и систематический характер.

Выделяются следующие виды самостоятельной работы студентов по дисциплине:

- подготовка к собеседованию;
- подготовка к тестовым заданиям;
- чтение рекомендованной литературы;
- выполнение заданий;
- подготовка конспектов.

Формами текущей аттестации самостоятельной работы студента по дисциплине являются собеседование, конспекты, тесты.

Неотъемлемой частью самостоятельной работы студентов является работа с литературой. В разделе «Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины» размещен список учебников и учебных пособий, которые необходимо использовать для аудиторной и самостоятельной работы над теоретическим материалом и практическими навыками. В процессе изучения курса студент должен получить представление о базовых понятиях дисциплины. Этой цели отвечают в первую очередь источники, названные в списке основной литературы.

## **5.2 Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

При необходимости обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (по заявлению обучающегося) предоставляется учебная информация в доступных формах с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания, консультации и др.

## **6 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**



В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю) созданы фонды оценочных средств. Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 1.

## **7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **7.1 Основная литература**

1. Апчел В. Я., Макарова Л. П., Никитина Е. А. Основы возрастной анатомии и физиологии : Учебные пособия [Электронный ресурс] : Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена , 2021 - 208 - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/252503>
2. Григорьева Е. В., Мальцев В. П., Белоусова Н. А. ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ. Учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] : Москва : Издательство Юрайт , 2022 - 182 - Режим доступа: <https://urait.ru/book/voznrastnaya-anatomiya-i-fiziologiya-494027>
3. Лысова Н.Ф., Айзман Р.И. Возрастная анатомия и физиология : Учебное пособие [Электронный ресурс] : НИЦ ИНФРА-М , 2022 - 352 - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/document?id=390557>
4. Самко Ю.Н. Анатомия и физиология гомеостаза : Учебное пособие [Электронный ресурс] : НИЦ ИНФРА-М , 2022 - 94 - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/document?id=397327>

### **7.2 Дополнительная литература**

1. Бурганова, И.Н. Практикум по социологии физической культуры, социологии физической культуры и спорта : Допущено УМС ФГБОУ ВО «ОГПУ» в качестве практикума для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование» / И.Н. Бурганова .— : [б. и.], 2020 .— 74 с. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/716706> (дата обращения: 16.02.2024)
2. Лысова Н.Ф., Айзман Р.И. Возрастная анатомия и физиология : Учебное пособие [Электронный ресурс] : НИЦ ИНФРА-М , 2018 - 352 - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/document?id=302956>
3. Методические указания к семинарским и практическим занятиям по возрастной анатомии и физиологии : учеб.-метод. пособие : направление подгот. 44.03.01 Педагогическое образование, направление подгот. 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) / В. П. Мальцев, А. Э. Щербакова .— Сургут : РИО СурГПУ, 2020 .— 65 с. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/741661> (дата обращения: 16.02.2024)
4. Физиология с основами анатомии / Н.Б. Дырдуева, А.Н. Петунова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2018 .— 184 с. — ISBN 978-5-9793-1290-3 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/705002> (дата обращения: 16.02.2024)
5. Щанкин А. А. Краткий курс лекций по возрастной анатомии и физиологии : Учебники и учебные пособия для вузов [Электронный ресурс] - Москва|Берлин : Директ-Медиа , 2019 - 60 - Режим доступа: [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=577657](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=577657)

### **7.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы (при необходимости):**

1. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» -

Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>

2. Электронная библиотечная система ZNANIUM.COM - Режим доступа: <https://znanium.com/>

3. Электронно-библиотечная система "РУКОНТ"

4. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ - Режим доступа: <https://urait.ru/>

5. Электронно-библиотечная система "Лань" - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>

6. Open Academic Journals Index (ОАИ). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>

7. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prlib.ru/>

8. Информационно-справочная система "Консультант Плюс" - Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

## **8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения**

### Основное оборудование:

- Физкультурное оборудование
- Весы медицинские ВЭМ-150 "Масса-К"
- Колонки Microlab 2.0 SOLO4C
- Модель торса двуполого
- Монитор облачный 23" LG23CAV42K/мышь Genius Optical Wheel проводная/клавиатура Genius KB110 проводная
- Мультимедийный комплект №1 (Проектор Sanyo PLC-XD2600 потол. крепл.SMS CL F500, к/м Kramer WX-1N,коннектор VGA,экран Draper Star 178\*178, зап. лампа
- Мультимедийный проектор CASIO (Япония)
- Мультимедийный проектор №1 Casio XJ-V2
- Облачный монитор LG Electronics черный +клавиатура+мышь
- Проектор Acer X 118 800x600
- Сетевой монитор:Нулевой клиент Samsung SyncMaster NC240
- Скелет человека на подставке (170 см)
- Уст-во бесп.пит.SmartUPS 3000

### Программное обеспечение:

- Kaspersky
- Microsoft Windows XP Professional, x64 Ed. Russian
- Антиплагиат

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

Фонд оценочных средств  
для проведения текущего контроля  
и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

**ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ**

Направление и направленность (профиль)

44.03.01 Педагогическое образование. Физическая культура

Год набора на ОПОП  
2023

Форма обучения  
очная

Владивосток 2023

## 1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
44.03.01 «Педагогическое образование» (Б-ПО)		

Компетенция считается сформированной на данном этапе в случае, если полученные результаты обучения по дисциплине оценены положительно (диапазон критериев оценивания результатов обучения «зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). В случае отсутствия положительной оценки компетенция на данном этапе считается несформированной.

## 2 Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Таблица заполняется в соответствии с разделом 1 Рабочей программы дисциплины (модуля).

## 3 Перечень оценочных средств

Таблица 3 – Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)

Контролируемые планируемые результаты обучения	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства и представление его в ФОС		
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация	
Очная форма обучения				
РД1	Знание : Понимает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни	1.1. Основы возрастной анатомии и физиологии. Общие принципы строения и функционирования организма. Культура здоровья.	Кейс-задача	зачёт в форме теста
			Кейс-задача	Собеседование
			Кейс-задача	Список вопросов
			Конспект	зачёт в форме теста
			Конспект	Собеседование
			Конспект	Список вопросов
			Собеседование	зачёт в форме теста
			Собеседование	Собеседование
			Собеседование	Список вопросов
			Тест	зачёт в форме теста

		Тест	Собеседование
		Тест	Список вопросов
1.2. Периодизация индивидуального развития человека.	Кейс-задача	зачёт в форме теста	
	Кейс-задача	Собеседование	
	Кейс-задача	Список вопросов	
	Конспект	зачёт в форме теста	
	Конспект	Собеседование	
	Конспект	Список вопросов	
	Собеседование	зачёт в форме теста	
	Собеседование	Собеседование	
	Собеседование	Список вопросов	
	Тест	зачёт в форме теста	
	Тест	Собеседование	
	Тест	Список вопросов	
1.3. Анатомия и физиология костно-мышечной системы человека.	Кейс-задача	зачёт в форме теста	
	Кейс-задача	Собеседование	
	Кейс-задача	Список вопросов	
	Конспект	зачёт в форме теста	
	Конспект	Собеседование	
	Конспект	Список вопросов	
	Собеседование	зачёт в форме теста	
	Собеседование	Собеседование	
	Собеседование	Список вопросов	
	Тест	зачёт в форме теста	
	Тест	Собеседование	

	Тест	Список вопросов
1.4. Анатомия и физиология пищеварительной системы	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
	Тест	Список вопросов
	1.5. Анатомия и физиология дыхательной системы человека	Кейс-задача
Кейс-задача		Собеседование
Кейс-задача		Список вопросов
Конспект		зачёт в форме теста
Конспект		Собеседование
Конспект		Список вопросов
Собеседование		зачёт в форме теста
Собеседование		Собеседование
Собеседование		Список вопросов
Тест		зачёт в форме теста
Тест		Собеседование
Тест		Список вопросов

1.6. Анатомия и физиология сердечно - сосудистой системы человека	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
	Тест	Список вопросов
1.7. Анатомия и физиология мочеполовой системы человека	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
	Тест	Список вопросов
	Кейс-задача	зачёт в форме теста

		1.8. Анатомия и физиология нейро-эндокринной системы человека	Кейс-задача	Собеседование
			Кейс-задача	Список вопросов
			Конспект	зачёт в форме теста
			Конспект	Собеседование
			Конспект	Список вопросов
			Собеседование	зачёт в форме теста
			Собеседование	Собеседование
			Собеседование	Список вопросов
			Тест	зачёт в форме теста
			Тест	Собеседование
			Тест	Список вопросов
		1.9. Анатомия и физиология сенсорных систем. Понятие об органах чувств и анализаторах.	Кейс-задача	зачёт в форме теста
			Кейс-задача	Собеседование
			Кейс-задача	Список вопросов
			Конспект	зачёт в форме теста
			Конспект	Собеседование
			Конспект	Список вопросов
			Собеседование	зачёт в форме теста
			Собеседование	Собеседование
			Собеседование	Список вопросов
			Тест	зачёт в форме теста
			Тест	Собеседование
			Тест	Список вопросов
РД2	Умение : Умеет выбирать наиболее эффективные средства физической культуры, профилактики и вредных привычек, формирования здорового о		Кейс-задача	зачёт в форме теста
			Кейс-задача	Собеседование



бразы и стили жизни

1.1. Основы возрастной анатомии и физиологии. Общие принципы строения и функционирования организма. Культура здоровья.

Кейс-задача	Список вопросов
Конспект	зачёт в форме теста
Конспект	Собеседование
Конспект	Список вопросов
Собеседование	зачёт в форме теста
Собеседование	Собеседование
Собеседование	Список вопросов
Тест	зачёт в форме теста
Тест	Собеседование
Тест	Список вопросов

1.2. Периодизация индивидуального развития человека.

Кейс-задача	зачёт в форме теста
Кейс-задача	Собеседование
Кейс-задача	Список вопросов
Конспект	зачёт в форме теста
Конспект	Собеседование
Конспект	Список вопросов
Собеседование	зачёт в форме теста
Собеседование	Собеседование
Собеседование	Список вопросов
Тест	зачёт в форме теста
Тест	Собеседование
Тест	Список вопросов

Кейс-задача	зачёт в форме теста
Кейс-задача	Собеседование
Кейс-задача	Список вопросов

1.3. Анатомия и физиология костно-мышечной системы человека.

Конспект	зачёт в форме теста
Конспект	Собеседование
Конспект	Список вопросов
Собеседование	зачёт в форме теста
Собеседование	Собеседование
Собеседование	Список вопросов
Тест	зачёт в форме теста
Тест	Собеседование
Тест	Список вопросов
Кейс-задача	зачёт в форме теста
Кейс-задача	Собеседование
Кейс-задача	Список вопросов
Конспект	зачёт в форме теста
Конспект	Собеседование
Конспект	Список вопросов
Собеседование	зачёт в форме теста
Собеседование	Собеседование
Собеседование	Список вопросов
Тест	зачёт в форме теста
Тест	Собеседование
Тест	Список вопросов
Кейс-задача	зачёт в форме теста
Кейс-задача	Собеседование
Кейс-задача	Список вопросов
Конспект	зачёт в форме теста

1.4. Анатомия и физиология пищеварительной системы

1.5. Анатомия и физиология дыхательной системы человека	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
	Тест	Список вопросов
1.6. Анатомия и физиология сердечно - сосудистой системы человека	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
Тест	Список вопросов	
	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование

1.7. Анатомия и физиология мочеполовой системы человека	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
	Тест	Список вопросов
1.8. Анатомия и физиология нейро-эндокринной системы человека	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов
	Собеседование	зачёт в форме теста
	Собеседование	Собеседование
	Собеседование	Список вопросов
	Тест	зачёт в форме теста
	Тест	Собеседование
	Тест	Список вопросов
1.9. Анатомия и физиология сенсорных систем. Понятие об органах чувств	Кейс-задача	зачёт в форме теста
	Кейс-задача	Собеседование
	Кейс-задача	Список вопросов
	Конспект	зачёт в форме теста
	Конспект	Собеседование
	Конспект	Список вопросов

		ств и анализаторах.	Собеседование	зачёт в форме теста
			Собеседование	Собеседование
			Собеседование	Список вопросов
			Тест	зачёт в форме теста
			Тест	Собеседование
			Тест	Список вопросов

#### 4 Описание процедуры оценивания

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Вид учебной деятельности	Оценочное средство					
	Конспект по теме 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 (по 5 баллов за каждый)	Тест по темам 4, 5, 6, 7 (по 5 баллов за каждый)	Кейс-задачи по теме 1, 9 (по 5 баллов за каждый)	Собеседование по темам 2, 3, 8 (по 5 баллов за каждое)	Зачет	Итого
Лекционные занятия						
Практические занятия		20	10	15		45
Самостоятельная работа	45					45
Промежуточная аттестация					10	10
Итого	45	20	10	15	10	100

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «ОТЛИЧНО»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями и умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

## 5 Примерные оценочные средства

### 5.1 Задания для решения кейс-задачи

#### Кейс-задачи

Студент решает кейс-задачи по темам 1 и 9:

**Кейс задачи по теме №1. Основы возрастной анатомии и физиологии. Общие принципы строения и функционирования организма. представление о здоровом образе жизни.**

#### ЗАДАЧА № 1

В школе при профилактическом осмотре у школьника выявили нарушение осанки позвоночного столба во фронтальной плоскости.

**Вопрос:** Какие изгибы позвоночного столба вы знаете?

#### ЗАДАЧА № 2

В травмпункт доставлен мальчик 12 лет с переломом костей предплечья. С чем связана "хрупкость костей с этом возрасте?

**Вопрос:** Назовите эти кости, составляющие предплечье.

#### ЗАДАЧА № 3

При рентгенологическом исследовании у десятилетнего мальчика обнаружили

отсутствие единой крестцовой кости (крестца) и наличие вместо него отделенные друг от друга светлыми промежутками (хрящами) крестцовые позвонки.

**Вопрос:** Почему у мальчика отсутствует единая кость - крестец?

#### **ЗАДАЧА № 4**

Инородные тела, особенно у детей, чаще всего попадают в тот главный бронх, который шире и занимает более вертикальное положение, являясь как бы продолжением трахеи.

**Вопрос:** Назовите этот бронх, место и уровень его начала.

**Кейс задачи по теме № 9. Анатомия и физиология сенсорных систем. Понятие об органах чувств и анализаторах.**

#### **ЗАДАЧА № 1**

Спортсмен-тяжелотлет 14 лет, заметил снижение остроты зрения и обратился к врачу.

**Вопрос:** Как называются клетки глазного яблока, воспринимающие световое раздражение?

#### **ЗАДАЧА № 2** *Краткие методические указания*

- Изучить теоретический материал по теме
- Прочитать тексты рекомендованной литературы
- Выучить основные термины и понятия

#### *Шкала оценки*

К врачу-логопеду обратились родители с ребёнком, у которого было нарушено произношение некоторых звуков. При осмотре полости рта ребёнка было отмечено укорочение уздечки языка.

**Вопрос:** Где располагается уздечка языка?

#### **ЗАДАЧА № 3**

При собеседовании родителей ребенка 5 лет в музыкальной школе педагог сказал, что занятия музыкой так же сформируют у ребенка длинные красивые пальцы на кисти.

**Вопрос:** На каких анатомо-физиологических особенностях развития кисти основано данное предположение педагога?

#### *Краткие методические указания*

- Изучить теоретический материал по теме
- Прочитать тексты рекомендованной литературы
- Выучить основные термины и понятия

#### *Шкала оценки*

#### *Шкала оценки*

Оценка	Баллы	Описание
5	5	выставляется студенту, если студент всесторонне раскрыл тему
4	4	выставляется студенту, если студент в целом раскрыл тему, но в конспектах допустил незначительные неточности
3	3	выставляется студенту, если студент недостаточно полно раскрыл тему
2	2	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	1	выставляется студенту, если студент не выполнил более 10 % заданий, при этом в конспектах допущены небрежность и грубые ошибки

## **5.2 собеседование**

### **Собеседование**

#### **Вопросы для собеседования:**

#### **Тема №2. Периодизация индивидуального развития человека.**

1. Назвать и описать функции основных клеточных структур
2. Назвать критические периоды развития организма человека
3. Описать основные этапы развития зародыша и плода человека

4. Поддержание постоянства внутренней среды организма (гомеостаз) и приспособление его как единого целого к изменяющимся условиям внешней среды

### **Тема № 8. Анатомия и физиология нейро-эндокринной системы**

1. Охарактеризовать строение спинного мозга
2. Описать позвоночный столб, его отделы, соединения
3. Описать эндокринную систему человека, ее функционирование
4. Рассказать о строении и функционировании центральной нервной системы (ЦНС), периферической нервной системы и вегетативной нервной системы
5. Охарактеризовать зоны коры головного мозга с пояснением их функции.

*Краткие методические указания*

- Изучить теоретический материал по теме
- Прочитать тексты рекомендованной литературы
- Выучить основные термины и понятия

*Шкала оценки*

Оценка	Баллы	Описание
5	5	выставляется студенту, если студент всесторонне раскрыл тему
4	4	выставляется студенту, если студент в целом раскрыл тему, но в ответах допустил незначительные неточности
3	3	выставляется студенту, если студент неполно раскрыл тему
2	2	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	1	выставляется студенту, если студент не выполнил более 10 % заданий, при этом в ответах допущены грубые ошибки

### **5.3 Конспект лекции**

#### **Конспект лекции**

Студент выполняет краткий конспект по всем темам дисциплины. Объем конспекта 2-5 страниц, написанных от руки либо с использованием компьютерных технологий. В конспекте кратко излагает основное содержание разделов темы. Текст может сопровождаться схемами, рисунками и пр.

*Краткие методические указания*

- Изучить теоретический материал по теме
- Прочитать тексты рекомендованной литературы
- Выучить основные термины и понятия
- Оформить конспект

*Шкала оценки*

Оценка	Баллы	Описание
5	5	выставляется студенту, если студент всесторонне раскрыл тему
4	4	выставляется студенту, если студент в целом раскрыл тему, но в конспектах допустил незначительные неточности
3	3	выставляется студенту, если студент недостаточно полно раскрыл тему
2	2	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	1	выставляется студенту, если студент не выполнил более 10 % заданий, при этом в конспектах допущены небрежность и грубые ошибки

### **5.4 Примеры тестовых заданий**

#### **Тесты**

#### **1. Тест по теме № 4. Анатомия и физиология пищеварительной системы**

1. НАЗОВИТЕ ОТДЕЛЫ ТОЛСТОЙ КИШКИ И РАСПОЛОЖИТЕ ИХ В ПРАВИЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

- А) Ободочная, сигмовидная, слепая;
- Б) Слепая, ободочная, прямая;



В) Двенадцатиперстная, слепая, тощая, прямая;

Г) Прямая, слепая, подвздошная, сигмовидная.

2.ПРОТОК ОКОЛОУШНОЙ СЛЮННОЙ ЖЕЛЕЗЫ ОТКРЫВАЕТСЯ:

А) У корня языка.

Б) В области мягкого нёба.

В) На внутренней стенке щеки в области второго верхнего большого коренного зуба.

Г) На внутренней стенке щеки в области верхнего клыка.

3. СКЛАДКИ СЛИЗИСТОЙ ПИЩЕВОДА ИМЕЮТ НАПРАВЛЕНИЕ:

А) Продольное.

Б) Спиралевидное.

В) Кольцевое.

Г) Складчатость отсутствует.

4.СОЛЯНУЮ КИСЛОТУ ВЫРАБАТЫВАЮТ ЖЕЛЕЗЫ ЖЕЛУДКА:

А) Главные.

Б) Обкладочные.

В) Добавочные.

Г) Пилорические.

5.БРЫЖЕЙКА ИМЕЕТСЯ У:

А) Сигмовидной кишки.

Б) Двенадцатиперстной кишки.

В) Нисходящей ободочной кишки.

Г) Пищевода.

6.ВОРСИНКИ ИМЕЮТСЯ В:

А) Пищевод.

Б) Поперечной ободочной кишке.

В) Желудке.

Г) Подвздошной кишке.

7.МЫШЕЧНАЯ ОБОЛОЧКА ТОНКОЙ И ТОЛСТОЙ КИШКИ РАЗЛИЧАЕТСЯ:

А) Количеством мышечных слоёв.

Б) Особенности строения продольного слоя мышц.

В) Размерами мышечных клеток.

Г) Нет различий.

8.МЕЗОПЕРИТОНЕАЛЬНО РАСПОЛОЖЕНЫ:

А) Желудок.

Б) Подвздошная кишка.

В) Двенадцатиперстная кишка.

Г) Поперечная ободочная кишка.

9.ПРОТОК ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ ОТКРЫВАЕТСЯ В:

А) Двенадцатиперстную кишку.

Б) Желудок.

В) В правый печеночный проток.

Г) В общий печеночный проток.

10.ОСТРОВКИ ЛАНГЕРГАНСА РАСПОЛОЖЕНЫ В:

А) Печени.

Б) Стенке желудка.

В) Поджелудочной железе.

Г) Малом сальнике.

11.ПОЛОСТЬ БРЮШИНЫ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ ОТЛИЧАЮТСЯ ТЕМ, ЧТО:

А) У мужчин герметична, у женщин – нет.

Б) У женщин в полости больше серозной жидкости.

В) У мужчин объём меньше, чем у женщин.

Г) Нет различий.

12.ЛИМФАТИЧЕСКИЕ БЛЯШКИ (ПЕЙЕРОВЫ) ИМЕЮТСЯ В:

- А) Пищевод.
- Б) Желудке.
- В) Сигмовидной кишке.
- Г) Тощей кишке.

13.ИЛЕОЦЕКАЛЬНЫЙ КЛАПАН НАХОДИТСЯ МЕЖДУ:

- А) Пищеводом и желудком.
- Б) Двенадцатиперстной и тощей кишкой.
- В) Подвздошной и толстой кишкой.
- Г) Сигмовидной и ободочной кишкой.

14.ГЛИССОНОВА КАПСУЛА ПОКРЫВАЕТ:

- А) Поджелудочную железу.
- Б) Пищевод.
- В) Желудок.
- Г) Печень.

15.ОТ КАКОГО ОТДЕЛА КИШЕЧНИКА ОТХОДИТ ЧЕРВЕОБРАЗНЫЙ ОТРОСТОК?

- А) Брыжеечной части тонкой кишки
- Б) Слепой;
- В) Прямой;
- Г) Сигмовидной.

**2. Тест по теме № 5. Анатомия и физиология дыхательной системы человека**

1. Тканевое дыхание – это
  - А) газообмен между кровью и тканями
  - Б) газообмен между атмосферным и альвеолярным воздухом
  - В) утилизация кислорода и выделение углекислого газа клетками
  - Г) газообмен между альвеолярным воздухом и кровью
2. Жизненная емкость легких составляет
  - А) 1500-2000 мл
  - Б) 300-700 мл
  - В) 3000-4000 мл
  - Г) 6000-8000 мл
3. Внешнее дыхание – это
  - А) газообмен между кровью и тканями
  - Б) газообмен между атмосферным и альвеолярным воздухом
  - В) утилизация кислорода и выделение углекислого газа клетками
  - Г) газообмен между альвеолярным воздухом и кровью
4. В нижний носовой ход открывается
  - А) гайморова пазуха
  - Б) лобная пазуха
  - В) клиновидная пазуха
  - Г) носослезный канал
5. Правое легкое
  - А) имеет три доли
  - Б) имеет две доли
  - В) имеет 4 доли
  - Г) имеет 5 долей
6. Человек в состоянии покоя вдыхает и выдыхает воздуха в пределах:
  - А) до 300 мл
  - Б) 300-700 мл
  - В) 700-1100 мл
  - Г) 1100-1500 мл
7. Резервный объем выдоха равен в покое:

- А) 500-1000 мл
  - Б) 1000-1500 мл
  - В) 1500-2000 мл
  - Г) 2000-2500 мл
8. Остаточный объем легких составляет:
- А) 500-1000 мл
  - Б) 1000-1500 мл
  - В) 1500-2000 мл
  - Г) 2000-2500 мл
9. Частота дыхания у взрослого человека в норме составляет:
- А) 5-11 циклов/мин
  - Б) 16-18 циклов/мин
  - В) 19-25 циклов/мин
  - Г) 26-32 циклов/мин
10. Уменьшение частоты дыхания менее 12 циклов/мин – это:
- А) тахипноэ
  - Б) апноэ
  - В) брадипноэ
  - Г) диспноэ
11. Увеличение частоты дыхания более 18 циклов/мин – это:
- А) тахипноэ
  - Б) эйпноэ
  - В) апноэ
  - Г) гиперпноэ
12. Остановка дыхания – это:
- А) эйпноэ
  - Б) апноэ
  - В) диспноэ
  - Г) брадипноэ
13. Верхнечелюстная (гайморова) пазуха открывается:
- А) В верхний носовой ход.
  - Б) В нижний носовой ход.
  - В) В средний носовой ход.
  - Г) В лобную пазуху.
14. Скелет трахеи состоит из:
- А) 10 – 15 хрящевых полуколец.
  - Б) 16 – 20 хрящевых колец.
  - В) 16 – 20 хрящевых пластинок.
  - Г) 16 – 20 хрящевых полуколец.
15. Мерцательный эпителий отсутствует:
- А) В трахее.
  - Б) В альвеолах.
  - В) В гортани.
  - Г) В полости носа.

**3. Тест по теме №6. Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы человека**

1. Наибольшую толщину имеет стенка камеры сердца:
- А) правого предсердия
  - Б) левого предсердия
  - В) левого желудочка
  - Г) правого желудочка
2. Левое предсердно-желудочковое отверстие закрывается клапаном:
- А) четырехстворчатым

- Б) трехстворчатым  
В) двустворчатым (митральным)  
Г) из трех полулунных заслонок
3. Правое предсердно-желудочковое отверстие закрывается клапаном:  
А) из трех полулунных заслонок  
Б) четырехстворчатым  
В) двустворчатым (митральным)  
Г) трехстворчатым
4. Одной из главных функций гемоглобина является:  
А) Ферментативная  
Б) Дыхательная  
В) Питательная  
Г) Защитная
5. В норме в крови человека не должен находиться:  
А) Оксигемоглобин  
Б) Восстановленный гемоглобин  
В) Карбогемоглобин  
Г) Карбоксигемоглобин
6. Одним из основных свойств лейкоцитов является:  
А) Выработка антител  
Б) Выработка Ферментов  
В) Диапедез  
Г) Выработка антитоксинов
7. Основная функция тромбоцитов – это:  
А) Дыхательная  
Б) Буферная  
В) Антитоксическая  
Г) Свёртывающая
8. Время полного свёртывания капиллярной крови в норме составляет:  
А) 1-3 мин  
Б) 3-5 мин  
В) 5-7 мин  
Г) 7-9 мин
9. В норме главным водителем ритма сердца является:  
А) предсердно-желудочковый узел  
Б) синусно-предсердный узел  
В) предсердно-желудочковый узел  
Г) волокна Пуркинье
10. В условиях покоя нормальной частотой сердечных сокращений является число сокращений в минуту:  
А) 30-60  
Б) 60-90  
В) 90-120  
Г) 120-150
11. Тахикардией называется частоту сердечных сокращений в минуту:  
А) 60-70  
Б) 70-80  
В) 80-90  
Г) более 90
12. Брадикардией называют частоту сердечных сокращений в минуту:  
А) менее 50  
Б) 60-70  
В) 70-80

Г) 80-90

13. Кровеносные сосуды, несущие кровь от сердца – это:

А) артерии

Б) вены

В) венулы

Г) капилляры

14. Кровеносные сосуды, несущие кровь к сердцу, это:

А) артерии

Б) вены

В) артериолы

Г) капилляры

15. Микроскопические сосуды – это:

А) прекапилляры

Б) артериолы

В) венулы

Г) капилляры

1 6 . Давление, характеризующее степень тонуса артериальных стенок, – это давление:

А) среднединамическое

Б) систолическое

В) диастолическое

Г) пульсовое

1 7 . Давление, отражающее состояние миокарда левого желудочка, – это давление:

А) систолическое

Б) диастолическое

В) пульсовое

Г) среднединамическое

18. Разность между величинами максимального и минимального давлений – это давление:

А) систолическое

Б) среднединамическое

В) диастолическое

Г) пульсовое

19. Сосудодвигательный центр находится в отделе мозга:

А) спинном

Б) продолговатом

В) среднем мозге

Г) коре большого мозга

20. В состав лимфатической системы не входят:

А) лимфатические капилляры и сосуды

Б) лимфа

В) лимфатические протоки

Г) сердце

#### 4. Тест по теме № 7. Анатомия и физиология мочеполовой системы человека

1 . Стимулирует развитие мужских вторичных половых признаков, влияет на половую

функцию и размножению гормон:

А) кортикостерон;

Б) дезоксикортикостерон;

В) тестостерон;

Г) эстрогены.

2 . Вызывает гипертрофию слизистой оболочки матки в первую половину

менструального цикла гормоны:

- А) лютропин;
- Б) кортикостерон;
- В) прогестерон;
- Г) эстрогены.

3. Структурно-функциональной единицей почки является:

- А) Доля
- Б) Сегмент
- В) Нефрон
- Г) Долька

4. Суточный объём мочи у ребенка 4 - 5 лет составляет:

- А) 750 мл
- Б) 230 мл
- В) 1,5 л
- Г) 550 мл
- Д) 1 л
- Е) 2 л

5. Емкость мочевого пузыря у ребенка 5-ти лет составляет:

- А) 250 мл
- Б) 90 мл
- В) 100 мл
- Г) 180 мл
- Д) 360 мл
- Е) 150 мл

6. Ночной энурез является:

- А) психическим заболеванием
- Б) неврологическим расстройством
- В) соматическим заболеванием
- Г) нормой

7. В каком возрасте отмечается ускоренный рост предстательной железы:

- А) 1 - 3 год
- Б) 10 - 12 лет
- В) 13 - 14 лет
- Г) 20 - 22 лет
- Д) 16 - 17 лет
- Е) 25 - 30 лет

8. В каком возрасте яичники опускаются в полость малого таза:

- А) 1 - 3 года
- Б) 8 - 10 лет
- В) 4 - 7 лет
- Г) 15 - 16 лет
- Д) 11 - 13 лет
- Е) 17 - 18 лет

9. Период сперматогенеза у мальчиков начинается в:

- А) 11 лет
- Б) 1 год
- В) 15 лет
- Г) 20 лет
- Д) 13 лет
- Е) 8 лет

10. Пубертатный период активности яичников приходится на:

- А) 10 - 16 лет
- Б) 12 - 55 лет

- В) 11 - 15 лет
- Г) 11 - 25 лет
- Д) 12 - 17 лет
- Е) 13 - 35 лет

*Краткие методические указания*

1. Изучить теоретическую информацию
2. Изучить основные и дополнительные источники литературы по теме
3. Во время тестирования выбрать один правильный ответ из предложенных

*Шкала оценки*

Оценка	Баллы	Описание
5	5	выставляется студенту, если студент правильно ответил на все вопросы
4	4	выставляется студенту, если студент правильно ответил не менее чем на 80 % вопросов
3	3	выставляется студенту, если студент правильно ответил не менее чем на 70 % вопросов
2	2	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	1	выставляется студенту, если студент не выполнил более 10 % заданий, при этом в ответах допущены грубые ошибки

### 5.5 Итоговый тест

#### 1. 1. Вопросы для итогового теста

2. 1. В норме главным водителем ритма сердца является:

- А) предсердно-желудочковый узел
- Б) синусно-предсердный узел
- В) предсердно-желудочковый узел
- Г) волокна Пуркинье

1. 2. В условиях покоя нормальной частотой сердечных сокращений является число сокращений в минуту:

- А) 30-60
- Б) 60-90
- В) 90-120
- Г) 120-150

1. 3. Тахикардией называется частота сердечных сокращений в минуту:

- А) 60-70
- Б) 70-80
- В) 80-90
- Г) более 90

1. 4. Брадикардией называют частоту сердечных сокращений в минуту:

- А) менее 50
- Б) 60-70
- В) 70-80
- Г) 80-90–

1. 5. Кровеносные сосуды, несущие кровь от сердца – это:

- А) артерии
- Б) вены
- В) венулы
- Г) капилляры

1. 6. Кровеносные сосуды, несущие кровь к сердцу, это:

- А) артерии

- Б) вены
  - В) артериолы
  - Г) капилляры
1. 7. Микроскопические сосуды – это:
- А) прекапилляры
  - Б) артериолы
  - В) вены
  - Г) капилляры
1. 8. Давление, характеризующее степень тонуса артериальных стенок, – это давление:
- А) среднединамическое
  - Б) систолическое
  - В) диастолическое
  - Г) пульсовое
1. 9. Давление, отражающее состояние миокарда левого желудочка, – это давление:
- А) систолическое
  - Б) диастолическое
  - В) пульсовое
  - Г) среднединамическое
1. 10. Разность между величинами максимального и минимального давлений – это давление:
- А) систолическое
  - Б) среднединамическое
  - В) диастолическое
  - Г) пульсовое
1. 11. Сосудодвигательный центр находится в отделе мозга:
- А) спинном
  - Б) продолговатом
  - В) среднем мозге
  - Г) коре большого мозга
1. 12. Для определения частоты пульса на верхней конечности наиболее доступна артерия:
- А) подмышечная
  - Б) глубокая артерия плеча
  - В) локтевая
  - Г) лучевая
1. 13. Для определения частоты пульса на нижней конечности наиболее доступна и важна в клиническом плане (диагностика) артерия:
- А) бедренная
  - Б) подколенная
  - В) задняя большеберцовая
  - Г) тыльная артерия стоп
1. 14. В состав лимфатической системы не входят:
- А) лимфатические капилляры и сосуды
  - Б) лимфа



- В) лимфатические протоки
  - Г) сердце
1. **15.** Диаметр лимфатических капилляров по сравнению с кровеносными:
- А) одинаков
  - Б) меньше
  - В) незначительно больше
  - Г) больше во много раз
1. **16.** Тканевое дыхание – это
- А) газообмен между кровью и тканями
  - Б) газообмен между атмосферным и альвеолярным воздухом
  - В) утилизация кислорода и выделение углекислого газа клетками
  - Г) газообмен между альвеолярным воздухом и кровью
1. **17.** Жизненная емкость легких составляет
- А) 1500-2000 мл
  - Б) 300-700 мл
  - В) 3000-4000 мл
  - Г) 6000-8000 мл
1. **18.** Внешнее дыхание – это
- А) газообмен между кровью и тканями
  - Б) газообмен между атмосферным и альвеолярным воздухом
  - В) утилизация кислорода и выделение углекислого газа клетками
  - Г) газообмен между альвеолярным воздухом и кровью
1. **19.** В нижний носовой ход открывается
- А) гайморова пазуха
  - Б) лобная пазуха
  - В) клиновидная пазуха
  - Г) носослезный канал
1. **20.** Правое легкое
- А) имеет три доли
  - Б) имеет две доли
  - В) имеет 4 доли
  - Г) имеет 5 долей
1. **21.** Человек в состоянии покоя вдыхает и выдыхает воздуха в пределах:
- А) до 300 мл
  - Б) 300-700 мл
  - В) 700-1100 мл
  - Г) 1100-1500 мл
1. **22.** Резервный объем выдоха равен в покое:
- А) 500-1000 мл
  - Б) 1000-1500 мл
  - В) 1500-2000 мл
  - Г) 2000-2500 мл
1. **23.** Остаточный объем легких составляет:
- А) 500-1000 мл
  - Б) 1000-1500 мл

- В) 1500-2000 мл  
Г) 2000-2500 мл
1. **24.** Частота дыхания у взрослого человека в норме составляет:  
А) 5-11 циклов/мин  
Б) 16-18 циклов/мин  
В) 19-25 циклов/мин  
Г) 26-32 циклов/мин
1. **25.** Уменьшение частоты дыхания менее 12 циклов/мин – это:  
А) тахипноэ  
Б) апноэ  
В) брадипноэ  
Г) диспноэ
1. **26.** Увеличение частоты дыхания более 18 циклов/мин – это:  
А) тахипноэ  
Б) эйпноэ  
В) апноэ  
Г) гиперпноэ
1. **27.** Остановка дыхания – это:  
А) эйпноэ  
Б) апноэ  
В) диспноэ  
Г) брадипноэ
1. **28.** Наиболее важной «центральной» эндокринной железой является:  
А) надпочечник;  
Б) гипофиз;  
В) эпифиз;  
Г) щитовидная железа.
1. **29.** Смешанной эндокринной железой является:  
А) надпочечник;  
Б) гипофиз;  
В) эпифиз;  
Г) поджелудочная железа.
1. **30.** Гормон адреналин, норадреналин являются представителями:  
А) глюкокортикоиды;  
Б) минералкортикоиды;  
В) половые гормоны;  
Г) катехоламины.
1. **31.** Стимулирует адаптацию и повышает сопротивляемость организма к стрессу гормон:  
А) кортизон;  
Б) альдостерон;  
В) андрогены;  
Г) дезоксикортикостерон
1. **32.** Стимулирует развитие мужских вторичных половых признаков, влияет на половую

функцию и размножению гормон:

- А) кортикостерон;
- Б) дезоксикортикостерон;
- В) тестостерон;
- Г) эстрогены.

1. 33. Вызывает гипертрофию слизистой оболочки матки в первую половину менструального цикла гормон:

- А) лютропин;
- Б) кортикостерон;
- В) прогестерон;
- Г) эстрогены.

1. 34. Одной из главных функций гемоглобина является:

- А) Ферментативная
- Б) Дыхательная
- В) Питательная
- Г) Защитная

1. 35. Одним из основных свойств лейкоцитов является:

- А) Выработка антител
- Б) Выработка Ферментов
- В) Диapedез
- Г) Выработка антитоксинов

1. 36. Основная функция тромбоцитов – это:

- А) Дыхательная
- Б) Буферная
- В) Антиоксическая
- Г) Свёртывающая

1. 37. Время полного свёртывания капиллярной крови в норме составляет:

- А) 1-3 мин
- Б) 3-5 мин
- В) 5-7 мин
- Г) 7-9 мин

1. 38. Структурно-функциональной единицей почки является:

- А) Доля
- Б) Сегмент
- В) Нефрон
- Г) Долька

1. 39. Какая плоскость делит тело человека на правую и левую половины?

- А) Фронтальная;
- Б) Горизонтальная;
- В) Сагиттальная;
- Г) Вертикальная.

1. 40. Плечевая кость относится к:

- А) Губчатым длинным костям;
- Б) Губчатым коротким костям;
- В) Плоским костям;
- Г) Длинным трубчатым костям;

- Д) Коротким трубчатым костям.
1. 41. В какой плоскости находятся суставные поверхности у шейных позвонков?  
А) Горизонтальной;  
Б) Сагиттальной;  
В) Вертикальной;  
Г) Фронтальной;  
Д) Поверхностной.
1. 42. Наибольшую толщину имеет стенка камеры сердца:  
А) правого предсердия  
Б) левого предсердия  
В) левого желудочка  
Г) правого желудочка
1. 43. Левое предсердно-желудочковое отверстие закрывается клапаном:  
А) четырехстворчатым  
Б) трехстворчатым  
В) двустворчатым (митральным)  
Г) из трех полулунных заслонок
1. 44. Правое предсердно-желудочковое отверстие закрывается клапаном:  
А) из трех полулунных заслонок  
Б) четырехстворчатым  
В) двустворчатым (митральным)  
Г) трехстворчатым
1. 45. Кто сформировал учение о четырех типах телосложения и темпераментах?  
А) Гиппократ;  
Б) Аристотель;  
В) Герофил;  
Г) Эристрат;  
Д) Леонардо да Винчи.
1. 46. Какие кости не относятся к длинным трубчатым костям?  
А) Ключица;  
Б) Плечевая;  
В) Локтевая;  
Г) Лучевая.
1. 47. Что является структурно-функциональной единицей кости:  
А) Остеокласт;  
Б) Промежуточное вещество;  
В) Остеон;  
Г) Остеобласт.
48. Возрастная анатомия это:  
А) наука о строении, внешней форме и закономерностях развития растущего организма  
Б) наука, которая изучает биологические закономерности и механизмы роста и развития  
В) наука о строении и закономерностях развития растущего организма  
Г) наука, которая изучает более ранние этапы, относящиеся к внутриутробному развитию

49. К соматометрическим показателям организма относятся:

- А) артериальное давление
- Б) рост
- В) жизненная ёмкость лёгких
- Г) сила мышц кисти

50. К мальчикам пубертатного возраста относят детей следующих возрастов:

- А) 0-3 мес.
- Б) 14-17 лет
- В) 12-15 лет
- Г) 1- 2 года
- Д) 15-17 лет
- Е) 13 - 16 лет

*Краткие методические указания*

- Изучить теоретический материал
- Выбрать один правильный ответ из предложенных

*Шкала оценки*

Оценка	Баллы	Описание
5	5	выставляется студенту, если студент правильно ответил на все вопросы
4	4	выставляется студенту, если студент правильно ответил не менее чем на 80 % вопросов
3	3	выставляется студенту, если студент правильно ответил не менее чем на 70 % вопросов
2	2	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	1	выставляется студенту, если студент не выполнил более 10 % заданий, при этом в ответах допущены грубые ошибки

## 5.6 Список вопросов к устному собеседованию

Вопросы к зачету.

1. Строение трубчатой кости.
2. Химический состав кости и значение его при физических нагрузках
3. Особенности возрастной периодизации в тренировочных режимах (скачок роста костей, скачок развития мышечной силы).
4. Периоды окостенения скелета и мозгового черепа
5. Отдельные серии упражнений в процессе тренировки, направленные на тренировку мышечной силы, выносливости.
6. Охарактеризовать исследование П.Ф. Лесгафта о костях как теоретической основы процесса физического воздействия на опорно-двигательный аппарат.
7. Назвать и описать функции основных клеточных структур
8. Назвать критические периоды развития организма человека
9. Назвать части человеческого тела, типы телосложения.
10. Охарактеризовать скелет головы и его отделы
11. Охарактеризовать строение спинного мозга
12. Описать позвоночный столб, его отделы.
13. Круги кровообращения (описать по схеме) и коронарные сосуды сердца, их значение
14. Описать строение стенки артерий и вен, указать их отличие.
15. Составить пищевой конвейер расщепления и всасывания белков в желудочно-кишечном тракте с указанием ферментов
16. Составить пищевой конвейер расщепления и всасывания жиров в желудочно-кишечном тракте с указанием ферментов
17. Составить пищевой конвейер расщепления и всасывания углеводов в желудочно-кишечном тракте с указанием ферментов
18. Охарактеризовать женские половые органы, дать подробные пояснения по их строению. Дать понятие о менструальном цикле

19. Описать эндокринную систему человека, общее ее функционирование
20. Рассказать о строении и расположении лимфоузлов и их защитной функции
21. Описать строение и функционирование центральной нервной системы (ЦНС), периферической нервной системы.
22. Рассказать о симпатическом и парасимпатическом отделах вегетативной нервной системы
23. Чувствительное, центральное и эффекторное или двигательное звенья нервно-рефлекторной дуги
24. Рассказать о поддержании постоянства внутренней среды организма (гомеостаз) и приспособление его как единого целого к изменяющимся условиям внешней среды
25. Описать основные этапы развития зародыша и плода человека
26. Описать строение головного мозга с функциональной характеристикой его отделов
27. Охарактеризовать зоны коры головного мозга с пояснением их функции.

*Краткие методические указания*

1. Изучить теоретическую информацию
2. Выучить основные термины и понятия
3. Изучить основные и дополнительные источники литературы по темам дисциплины

*Шкала оценки*

Оценка	Баллы	Описание
5	14-15	выставляется студенту, если студент правильно ответил на все вопросы
4	12-13	выставляется студенту, если студент правильно ответил не менее чем на 80 % вопросов
3	8-11	выставляется студенту, если студент правильно ответил не менее чем на 70 % вопросов
2	4-6	выставляется студенту, если студент не верно ответил на более 40 % вопросов, при этом в ответах допущены грубые ошибки
1	1-3	выставляется студенту, если студент не верно ответил на 10-20 % вопросов