

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования_
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ - Психолого-педагогический факультет

УТВЕРЖДЕНО

решением Ученого совета ННГУ

протокол № 10 от 02.12.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Возрастная анатомия, физиология, культура здоровья и основы
медицинских знаний

Уровень высшего образования
Бакалавриат

Направление подготовки / специальность
44.03.01 - Педагогическое образование

Направленность образовательной программы
Начальное образование

Форма обучения
очно-заочная

г. Арзамас

2025 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.03.01 Возрастная анатомия, физиология, культура здоровья и основы медицинских знаний относится к обязательной части образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК-7.1: Знает научно-практические основы физической культуры, виды физических упражнений, здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. ИУК-7.2: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. ИУК-7.3: Владеет средствами и методами укрепления здоровья, физического самосовершенствования.	ИУК-7.1: Знать - научно-практические основы физической культуры, виды физических упражнений, здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИУК-7.2: Уметь - применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности ИУК-7.3: Владеть - средствами и методами укрепления здоровья, физического самосовершенствования	Опрос Отчет по лабораторным работам Реферат Тест	Зачёт: Контрольные вопросы
УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной	ИУК-8.1: Знает основы возрастной анатомии, физиологии, гигиены, основы безопасности жизнедеятельности,	ИУК-8.1: Знать: основы медицинских знаний; основы здорового образа жизни; правила по охране труда и требования	Доклад-презентация Контрольная работа Опрос Отчет по	Зачёт: Контрольные вопросы

<p>деятельности безопасные условия жизнедеятельности и для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>правила по охране труда и требования техники безопасности, способы оказания первой медицинской помощи, способы защиты от чрезвычайных ситуаций, правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p> <p>ИУК-8.2: Умеет выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ИУК-8.3: Владеет навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности; здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.</p>	<p>техники безопасности</p> <p>ИУК-8.2: Уметь: оказывать первую медицинскую помощь в чрезвычайных ситуациях; поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность.</p> <p>ИУК-8.3: Владеть: навыками здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.</p>	<p>лабораторным работам</p> <p>Тест</p>	
<p>ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p>	<p>ИОПК-3.1: Знает психологические и педагогические принципы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные закономерности возрастного развития.</p> <p>ИОПК-3.2: Умеет выбирать формы, методы и средства организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, с учетом возрастных особенностей, образовательных потребностей в соответствии с</p>	<p>ИОПК-3.1: Знать: особенности организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, ориентированными на сохранение и укрепление здоровья обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС</p> <p>ИОПК-3.2: Уметь организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность с учетом факторов, определяющих здоровый образ жизни, в том числе для обучающихся с особыми образовательными потребностями, в соответствии с</p>	<p>Доклад-презентация</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Отчет по лабораторным работам</p> <p>Тест</p>	<p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>

	<p>требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, требованиями инклюзивного образования.</p> <p>ИОПК-3.3: Владеет технологиями организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, требованиями инклюзивного образования.</p>	<p>требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>ИОПК-3.3: Владеть: технологиями организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, ориентированными на сохранение и укрепление здоровья обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС</p>		
<p>ОПК ОС-10: Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на формирование культуры здорового образа жизни</p>	<p>ИОПК ОС-10.1: Знает теоретические аспекты здорового образа жизни.</p> <p>ИОПК ОС-10.2: Умеет организовывать профессиональную деятельность с учетом факторов, определяющих здоровый образ жизни.</p> <p>ИОПК ОС-10.3: Владеет технологиями профессиональной педагогической деятельности, ориентированными на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.</p>	<p>ИОПК ОС-10.1: Знать - теоретические аспекты здорового образа жизни</p> <p>ИОПК ОС-10.2: Уметь - организовывать профессиональную деятельность с учетом факторов, определяющих здоровый образ жизни</p> <p>ИОПК ОС-10.3: Владеть - технологиями профессиональной педагогической деятельности, ориентированными на сохранение и укрепление здоровья обучающихся</p>	<p>Опрос Отчет по лабораторным работам Реферат Тест</p>	<p>Зачёт: Контрольные вопросы</p>

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очно-заочная
Общая трудоемкость, з.е.	3
Часов по учебному плану	108

в том числе	
аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	10
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	10
- КСР	1
самостоятельная работа	87
Промежуточная аттестация	0 Зачёт

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/ лабора торные работы), часы	Всего	
	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0	0 3 Ф 0	
Раздел 1. Возрастная анатомия, физиология	0			0	
Тема 1. Введение. Организм – единое целое. Адаптация организма к меняющимся факторам среды. Онтогенез. Антропометрические методы изучения организма.	8		1	1	7
Тема 2. Закономерности роста и развития организма. Гуморальная регуляция организма в онтогенезе.	8	1	1	2	6
Тема 3. Возрастные особенности нервной системы и высшей нервной деятельности. Развитие сенсорных систем в онтогенезе.	8	1	1	2	6
Тема 4. Возрастные особенности системы крови и кровообращения.	8	1	1	2	6
Тема 5. Возрастные особенности дыхательной и пищеварительной систем.	8	1	1	2	6
Тема 6. Развитие опорно-двигательного аппарата в онтогенезе.	8	1		1	7
Раздел 2. Культура здоровья и основы медицинских знаний	7			0	7
Тема 1. Основные признаки нарушения здоровья. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.	6			0	6
Тема 2. Понятие об иммунитете, его виды.	8	2		2	6
Тема 3. Понятие об инфекционных болезнях. Меры профилактики инфекционных заболеваний.	8		2	2	6
Тема 4. Критические состояния. Клиническая смерть. Реанимация	8		2	2	6
Тема 5. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.	8	2		2	6
Тема 6. Характеристика травматизма. Меры профилактики и первая помощь при травмах	7	1		1	6
Тема 7. Принципы и методы формирования здорового образа жизни.	7		1	1	6

Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	108	10	10	21	87

Содержание разделов и тем дисциплины

Раздел 1. Возрастная анатомия, физиология

Тема 1. Введение. Задачи и методы возрастной анатомии, физиологии и культуры здорового образа жизни.. Организм – единое целое. Адаптация организма к меняющимся факторам среды. Онтогенез. Антропометрические методы изучения организма.

Предмет анатомии и возрастной физиологии. Связь с другими науками. Основные методы научного исследования: метод наблюдения, эксперимента, функциональных нагрузок, поперечных и продольных срезов, телеметрии, близнецовый и др.. Задачи курса. Значение курса. Человек как целостная биологическая система. Регуляция функций в организме. Гуморальная, нервная регуляция. Саморегуляция. Понятие об онтогенезе. Пренатальный и постнатальный онтогенез. Физическое и психическое развитие. Оценка физического развития и здоровья детей и подростков. Соматометрия, соматоскопия, физиометрия. Адаптация по Кеннону к условиям среды. Возрастные особенности адаптации.

Тема 2. Закономерности роста и развития организма.

Рост и развитие. Общие закономерности роста и развития. Периоды вытягивания и округления. Гетерохронность и гармоничность развития. Реактивность и резистентность организма детей и подростков. Возрастная периодизация.

Тема 3. Возрастные особенности нервной системы и высшей нервной деятельности.

Анатомия и физиология нервной системы. Общая схема строения нервной системы: ЦНС и периферическая НС. Вегетативная и соматическая НС.

Нервная ткань. Нейроны и глия. Изменения соотношений между ними в разные периоды жизни.

Основные свойства нервной ткани: возбудимость, проводимость и лабильность.

Синапсы. Нервы и нервные волокна. Рефлекс и рефлекторная дуга. Нервный центр. Торможение.

Высшая нервная деятельность (ВНД). Учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова о ВНД. Особенности безусловных и условных рефлексов. Классификация рефлексов. Условия, механизмы и возрастные особенности выработки и торможения условных рефлексов. Роль подкорковых структур в образовании условных рефлексов. Аналитико-синтетическая деятельность КБП.

Тема 4. Развитие сенсорных систем в онтогенезе.

Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем. Значение сенсорной информации для детей и подростков. Общая схема строения анализаторов и функциональные особенности.

Морфо-функциональные особенности органов зрения у детей и подростков. Строение глаза и восприятие раздражений. Оптическая система глаза. Основные нарушения зрения. Острота зрения.

Бинокулярное зрение. Гигиена зрения. Гигиеническая оценка освещенности классных комнат.

Ориентация окон классных комнат по сторонам горизонта.

Морфо-функциональные особенности слухового анализатора у детей и подростков. Общая схема строения и функции слухового анализатора. Возрастные особенности слухового анализатора.

Функциональное значение вестибулярного анализатора.

Функциональное значение и возрастные особенности вкусового, обонятельного и кожного анализаторов. Гигиена кожи.

Тема 5. Гуморальная регуляция организма в онтогенезе.

Анатомия и физиология желез внутренней секреции и их развитие. Особенности строения желез внутренней секреции. Понятие о гормонах и эндокринной системе. Влияние изменений функционального состояния эндокринной системы детей и подростков на ВНД.

Тема 6. Возрастные особенности системы крови и кровообращения.

Кровь, ее значение, состав и общие свойства. Иммуитет, его виды. Возрастные изменения иммуитета. Прививки. Группы крови. Возрастные особенности крови у детей и подростков.

Значение системы кровообращения и общая схема строения. Кровяное давление. Регуляция деятельности сосудов и сердца. Возрастные особенности системы кровообращения у детей и подростков. Проблема сердечно-сосудистых заболеваний, их причины. Роль педагогов в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.

Тема 7. Возрастные особенности дыхательной и пищеварительной систем.

Анатомия, физиология и гигиена органов дыхания. Общая схема строения органов дыхания. Механизм вдоха и выдоха. ЖЕЛ. Газообмен. Нервно-гуморальная регуляция дыхания. Возрастные особенности дыхания. Влияние физической нагрузки на дыхание. Гигиена дыхания. Гигиенические требования к воздушной среде учебных заведений. Микроклимат. Температура и влажность воздуха учебного помещения. Режим проветривания.

Анатомия и физиология органов пищеварения. Значение, общая схема строения органов пищеварения. Возрастные особенности. Значение обмена веществ и энергии. Особенности обмена у детей и подростков. Питательные вещества, и значение. Питание детей и подростков. Терморегуляция.

Тема 8. Развитие опорно-двигательного аппарата в онтогенезе.

Анатомия, физиология и гигиена опорно-двигательного аппарата, роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. Скелет. Строение, химический состав и физические свойства костей. Соединения костей. Строение скелета. Развитие костной системы.

Строение и основные свойства мышечной ткани. Классификация скелетных мышц. Сократимость - основное свойство мышц. Динамическая и статическая работа мышц. Развитие мышечной системы в пре- и постнатальном онтогенезе. Роль физических упражнений в деятельности организма.

Нервные центры регуляции движений, их развитие в онтогенезе.

Раздел 2. Культура здоровья и основы медицинских знаний

Тема 1. Основные признаки нарушения здоровья. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.

Определение понятия «здоровье». Компоненты, уровни здоровья. Концепции здоровья. Предболезнь, болезнь. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Общественное здоровье. Факторы физического развития, физическое здоровье, психосоциальное благополучие, региональные нормативы, диапазон функциональных норм, пограничные состояния, патология.

Тема 2. Понятие об иммунитете, его виды.

Понятие иммунитета. История изучения иммунитета. Органы иммунной системы. Неспецифические и специфические механизмы иммунитета. Виды иммунитета. Вакцины и сыворотки. Календарь прививок. Показания и противопоказания к иммунизации.

Тема 3. Понятие об инфекционных болезнях. Меры профилактики инфекционных заболеваний.

История распространения инфекционных болезней. Инфекционный процесс. Эпидемический процесс. Основные противоэпидемические мероприятия. Виды инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 4. Критические состояния. Клиническая смерть. Реанимация

Основные понятия. Первая доврачебная помощь. Цели и правила оказания первой помощи. Приоритеты первой помощи. Безопасное положение. Критические состояния организма. Асфиксия. Признаки клинической и биологической смерти. Сердечно-легочная реанимация. Постреанимационные осложнения.

Тема 5. Приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Общие правила транспортировки пострадавших. Контузия, кома, обморок, коллапс. Эпилептический припадок. Первая помощь. Поражение электрическим током. Электротравма. Первая помощь при поражении электрическим током. Ожоги. Оказание неотложной помощи при термических и химических ожогах. Утопление. Схема оказания первой медицинской помощи при истинном («синем») и бледном утоплении. Отморожение и переохлаждение.

Тема 6. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.

Отравление бытовым газом, метаном, алкоголем. Передозировка наркотиков. Пищевое, лекарственное отравление. Шок. Первая помощь при шоке. Анафилактический шок. Бронхиальная астма. Первая помощь. Диабетические комы. Стенокардия. Первая помощь при стенокардии. Сердечный приступ (инфаркт миокарда). Гипертонический криз. Инсульт. Острые боли в животе.

Тема 7. Характеристика травматизма. Меры профилактики и первая помощь при травмах. Травматический шок. Раны и кровотечения. Оказание неотложной помощи при разных видах кровотечений. Способы наложения жгута. Внутреннее кровотечение. Ранения грудной клетки. Ранения живота. Повязки. Переломы костей. Иммобилизация при переломах. Ушибы. Вывихи. Травмы и поражения глаз. Профилактика травматизма.

Тема 8. Принципы и методы формирования здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Профилактика вредных привычек. Алкоголь — наркотический яд. Наркотическая зависимость. Опасность табакокурения. Двигательная активность и здоровье. Принципы физической тренировки. Питание и здоровье. Современные основы рационального питания.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

ВАФиГ / Культура здорового образа жизни (Кончина Т.А.), <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=8131> / <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=3466>.

Иные учебно-методические материалы:

Учебно-методические документы, регламентирующие самостоятельную работу

адрес доступа к документам:

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

https://arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf

<http://lib.arz.unn.ru/books/771> - РУКОВОДСТВО К ЛАБОРАТОРНЫМ РАБОТАМ ПО ОБЩЕЙ И ВОЗРАСТНОЙ ФИЗИОЛОГИИ

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Человек как целостная биологическая система.
2. Что такое биоритмы?
3. Критерии биологического возраста. Акселерация и ретардация развития
4. Перечислите функции спинного мозга.
5. Нейрофизиологический механизм и возрастные особенности памяти.
6. Как на практике применяются знания о развитии детей?
7. Возрастная периодизация и возрастные периоды.

8. Развитие речи.
9. Перечислите функции продолговатого мозга.
10. Нейрофизиологические механизмы и возрастные особенности мышления.
11. Дайте определение онтогенеза.
12. Типы ВНД и особенности характера.
13. Что такое дыхательные объемы и жизненная емкость легких?
14. Возрастные изменения дыхательной системы.
15. Перечислите функции среднего мозга.
16. Возрастные изменения сердечно-сосудистой системы.
17. Что такое гипоталамо-гипофизарная система?
18. Возрастные изменения терморегуляции.
19. Адаптация. Факторы обеспечивают успешность адаптации ребенка к школе.
20. Развитие гуморальной регуляции функций в организме.
21. Что такое динамическая и статическая работа мышц? Каковы их особенности у младших школьников?
22. Нейрофизиологические механизмы и возрастные особенности внимания.
23. Как реагирует кардиореспираторная система на физические и умственные нагрузки? Чем отличаются эти реакции у детей от взрослых, у тренированных от нетренированных?
24. Что такое «полуростовой» и пубертатный скачок роста? Назовите периоды вытягивания и округления.
25. Возрастные особенности иммунитета.

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции УК-8

1. Определение понятия «здоровье». Компоненты, уровни здоровья.
- 2 Адаптационная концепция здоровья. Оздоровительные доктрины мира.
- 3 Предболезнь, болезнь. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.
- 4 Перечислите критерии оценки индивидуального здоровья.
- 5 Показатели общественного здоровья.
- 6 Критерии оценки индивидуального здоровья.
- 7 Понятие иммунитета, виды иммунитета. Вакцины и сыворотки.
- 8 Иммунизация населения. Календарь прививок.
- 9 История распространения инфекционных заболеваний.
- 10 Инфекционный процесс. Стадии инфекционного процесса.
- 11 Эпидемический процесс. Звенья эпидемического процесса.
- 12 Воздушно-капельные инфекции, протекающие с высыпаниями на коже.
- 13 Острые респираторные заболевания (грипп, ротавирусная, короновирусная инфекция): клиника, профилактика.

- 14 Туберкулез. Клиника и профилактика.
- 15 Основные желудочно-кишечные инфекции (дизентерия, холера, тифопаратифозные заболевания, сальмонеллезы).
- 16 Пищевые отравления бактериальными токсинами.
- 17 Гематогенные инфекции и способы их профилактики.
- 18 Зоонозные инфекционные заболевания.
- 19 Основные проявления СПИДа и пути передачи ВИЧ-инфекции.
- 20 Направления профилактики болезней, передающихся половым путем.
- 21 Первые действия при оказании неотложной помощи пострадавшему.
- 22 Что такое «реанимация»? Перечислите последовательность действий. Назовите признаки эффективности реанимационных мероприятий.
- 23 Как отличить обморок, кому и клиническую смерть по трем основным признакам?
- 24 Охарактеризуйте механизмы развития стадий травматического шока.
- 25 Назовите виды кровотечений и способы их остановки.
- 26 Назовите признаки перелома костей конечностей. Последовательность и правила оказания неотложной помощи при переломах.
- 27 Назовите признаки ушиба, вывиха. Последовательность и правила оказания неотложной помощи.

5.3.3 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-3

- 28 Виды и первая помощь при отравлении.
- 29 Понятие шока, первая помощь.
- 30 Приступ бронхиальной астмы.
- 31 Диабетические комы – характеристика и помощь.
- 32 Симптомы и неотложная помощь при инсульте.
- 33 Симптомы стенокардии и первая помощь.
- 34 Признаки и первая помощь при инфаркте миокарда.
- 35 Признаки и первая помощь при гипертонии и гипертоническом кризе.
- 36 Здоровый образ жизни – понятие, принципы мотивации.
- 37 Роль двигательной активности в биологической эволюции
- 38 Понятие о гипокинезии и ее влияние на здоровье человека.
- 39 Профилактика вредных привычек. Влияние табачного дыма и алкоголя на организм человека.

40 Классификация и особенности действия на организм наркотических средств и психотропных веществ. Способы защиты от наркомании.

41 Двигательная активность и здоровье.

42 Питание и здоровье. Принципы организации рационального питания.

5.3.4 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК ОС-10

1. Критические и сенситивные периоды развития.
2. Какие питательные вещества и элементы должны присутствовать в рационе питания детей? В каком соотношении?
3. Что такое нервный центр?
4. Роль наследственности в развитии ребенка.
5. Какие методы используются для оценки функциональной организации мозга?
6. Роль среды в развитии организма ребенка.
7. Что такое рецептор? Виды рецепторов.
8. Предмет, задачи и методы курса возрастной анатомии и физиологии.
9. Что такое антропометрические показатели и как они определяются? Назовите соматоскопические, соматометрические и физиометрические показатели.
10. Санитарно-гигиенические нормы процесса обучения.
11. Гигиена зрения. Нормы освещенности в классных комнатах.
12. Перечислите факторы, определяющие здоровье и болезнь.
13. Перечислите критерии оценки индивидуального здоровья. Что такое норма?
14. Дайте определение понятия «профилактика». Назовите виды профилактики.
15. Определите роль учителя в укреплении здоровья школьников.
16. Назовите задачи гигиенического образования и воспитания населения.
17. Назовите основные федеральные законы, направленные на охрану здоровья населения.
18. В чем состоит значение воды для жизнедеятельности человека? В чем заключается влияние на здоровье «жесткой» и «мягкой» воды?
19. Назовите источники радиоактивности в доме, пути профилактики негативных последствий для здоровья.
20. Охарактеризуйте электромагнитные поля как неблагоприятный фактор среды жилых и общественных помещений.
21. Назовите источники шума в жилой среде и его влияние на здоровье.
22. Что вы знаете об экологической чистоте современных продуктов?
23. Дайте определение понятию «образ жизни» и назовите три категории образа жизни.
24. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни». Охарактеризуйте принципы ЗОЖ.
25. Перечислите и охарактеризуйте мотивации здоровья и ЗОЖ.

Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Оценка «отлично» выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный

Оценка	Критерии оценивания
	материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок. Оценка «хорошо» выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации. Оценка «удовлетворительно» выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении анализа информации.
не зачтено	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, в ответе которого обнаружились существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Тюрикова Галина Николаевна. Анатомия и возрастная физиология : Учебник / Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева. - 1. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 178 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-16-011645-7. - ISBN 978-5-16-104009-6., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=770923&idb=0>.
2. Айзман Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании / Айзман Р. И., Мельникова М. М., Косованова Л. В. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 282 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491312> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-07354-6 : 899.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786833&idb=0>.
3. Социальная медицина : учебник / А. В. Мартыненко [и др.] ; под редакцией А. В. Мартыненко. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 375 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/498834> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-534-10582-7 : 1459.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=819863&idb=0>.
4. Мисюк Марина Николаевна. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : Учебник и практикум для вузов / Мисюк М. Н. - 3-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 332 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-14054-5 : 839.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=737525&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Щанкин А.А. Возрастная анатомия и физиология: тесты : учебно-методическое пособие / Щанкин А.А. - Москва : Директ-Медиа, 2019. - 85 с. - ISBN 978-5-4499-0146-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=809027&idb=0>.

2. Григорьева Е. В. Возрастная анатомия и физиология / Григорьева Е. В., Мальцев В. П., Белоусова Н. А. - Москва : Юрайт, 2022. - 182 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494027> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-11443-0 : 629.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=785791&idb=0>.
3. Красноперова Н. А. Возрастная анатомия и физиология : практикум / Красноперова Н. А. - Москва : МПГУ, 2016. - 216 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции МПГУ - Медицина. - ISBN 978-5-4263-0459-8., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=718583&idb=0>.
4. Лифанов А. Д. Физическая культура и спорт как основа здорового образа жизни студента : учебно-методическое пособие / Лифанов А. Д., Гейко Г. Д., Хайруллин А. Г. - Казань : КНИТУ, 2019. - 152 с. - Книга из коллекции КНИТУ - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-7882-2606-4., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=826383&idb=0>.
5. Закоркина Н. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Закоркина Н. А. - Омск : ОмГПУ, 2019. - 143 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции ОмГПУ - Медицина. - ISBN 978-5-8268-2234-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=754130&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система

адрес доступа: http://elibrary.ru/project_risc.asp

ГАРАНТ. Информационно-правовой портал [Электронный ресурс]. – Адрес доступа:

<http://www.garant.ru>

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение «КонсультантПлюс»;

программное обеспечение Paint.NET;

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru/ebs>

Электронная библиотечная система "Znanium" <http://znanium.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ. – Адрес доступа: www.lib.unn.ru/

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: <http://lib.arz.unn.ru/>

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского»
<https://mooc.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации»
<https://online.edu.ru/public/promo>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами, специализированным оборудованием: Весы, Ростомер, Секундомер, Периметр, Динамометр, АПК Веда-пульс, Таблица Сивцева

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 44.03.01 - Педагогическое образование.

Автор(ы): Сабурцев Сергей Александрович, кандидат биологических наук, доцент
Кончина Татьяна Александровна, кандидат биологических наук, доцент.

Рецензент(ы): Волкова Светлана Ивановна, кандидат биологических наук.

Заведующий кафедрой: Недосеко Ольга Ивановна, доктор биологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 27.11.2024 г., протокол № №9.