

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Троицкий педагогический колледж»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине

ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

44.02.07 Преподавание в основной школе (по профилям)

Квалификации выпускника

Учитель труда (технологии)

Учитель основ безопасности и защиты Родины

Разработчик: Н.П. Тропникова,
методист

Троицк, 2025

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) разработаны на основе рабочей программы дисциплины ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

ФОС предназначен для проведения промежуточной аттестации по дисциплине в форме экзамена.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате освоения дисциплины ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена, студент должен обладать следующими умениями, знаниями, ОК:

Код ОК, ПК	Уметь	Знать	Владеть навыками
ОК.02	определять задачи для поиска информации, планировать процесс поиска, выбирать необходимые источники информации выделять наиболее значимое в перечне информации, структурировать получаемую информацию, оформлять результаты поиска оценивать практическую значимость результатов поиска применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач использовать современное программное обеспечение в профессиональной деятельности использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности приемы структурирования информации формат оформления результатов поиска информации современные средства и устройства информатизации, порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности, в том числе цифровые средства	-
ОК.08	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей применять рациональные	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни	-

	приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности средства профилактики перенапряжения	
ПК 1.1	определять цели и задачи урока, планировать его содержание на основе ФГОС и ФОП ООО с учетом особенностей методики преподавания учебного предмета, возраста, класса, индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся и в соответствии с современными требованиями к уроку (дидактическими, организационными, методическими, санитарно-гигиеническими нормами); формулировать различные виды учебных задач и проектировать их решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития обучающихся; проектировать программы развития универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных); организовывать проектно-исследовательскую деятельность в основной школе; проектировать процесс обучения с учетом преемственности между уровнями образования.	требований федерального государственного образовательного стандарта и федеральной образовательной программы основного общего образования; сущности и видов учебных задач, обобщённых способов деятельности; преемственных образовательных программ начального общего, основного общего образования и среднего общего образования; содержания основных учебных предметов основного общего образования в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и федеральной образовательной программы основного общего образования; особенностей организации обучения детей подросткового возраста, методик преподавания учебных предметов основного общего образования; основных принципов деятельностного подхода, видов и приемов современных педагогических технологий; способов достижения планируемых результатов	проектирования (определение цели и задач, подбор содержания урока, определение методов, приемов и средств для достижения поставленной цели и реализации задач) урока в соответствии с требованиями, предъявляемыми к современному уроку

		освоения программы основного общего образования; способов выявления и развития способностей обучающихся через урочную деятельность, в том числе с использованием возможностей иных образовательных организаций, а также организаций, обладающих ресурсами, необходимыми для реализации программы основного общего образования, и иных видов образовательной деятельности, предусмотренных программой основного общего образования; специфики обучения детей с особыми образовательными потребностями; способов организации проектно-исследовательской деятельности обучающихся	
ПК 1.2.	использовать современные возможности цифровой образовательной среды при реализации программы основного общего образования;	правил техники безопасности и санитарно-эпидемиологических требований при организации процесса обучения; современных образовательных технологий, в том числе информационно-коммуникационных;	соблюдения правил техники безопасности и санитарно-эпидемиологических требований при проведении учебных занятий
ПК 1.4.	анализировать учебные занятия; анализировать и интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся.	требований к учебным занятиям; требований к результатам обучения обучающихся основной школы; путей достижения образовательных результатов; педагогических и	наблюдения, анализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями основной школы;

		гигиенических требований к организации обучения на учебных занятиях.	разработки предложений по совершенствованию и коррекции процесса обучения; анализа образовательных результатов обучающихся, средств и методов их достижения.
ПК 2.1.	проектировать внеурочную деятельность с использованием современных средств (интерактивного оборудования, мобильных научных лабораторий, конструкторов и др.), с использованием ресурсов цифровой образовательной среды;	возможностей современных средств (интерактивного оборудования, мобильных научных лабораторий, конструкторов и др.), ресурсов цифровой образовательной среды для проектирования и реализации внеурочной деятельности в основной школе;	проектирования внеурочной деятельности с использованием современных средств обучения (интерактивного оборудования, мобильных научных лабораторий, конструкторов и др.);
ПК 2.4.	находить и анализировать методическую литературу, ресурсы сетевой (цифровой) образовательной среды, необходимые для организации внеурочной деятельности;	требований к разработке планирующей и отчетной документации в области внеурочной деятельности в основной школе	разработки учебно-методических материалов для реализации рабочих программ внеурочной деятельности с учетом их целесообразности, соответствия программному содержанию и возрасту обучающихся;
ПК 2.6.	анализировать эффективность организации внеурочной деятельности; осуществлять самоанализ при организации внеурочной деятельности; осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для повышения результативности	способы анализа и самоанализа профессионального саморазвития; способы проектирования совершенствования процесса обучения; способы осуществления внеурочной деятельности в соответствии с выстроенной системой совершенствования процесса обучения; образовательные запросы общества и государства в	совершенствования процесса обучения на основе анализа результатов эффективности внеурочной деятельности обучающихся, самоанализа педагогической деятельности

	внеурочной деятельности, совершенствования процесса обучения; проектировать совершенствование процесса обучения	области внеурочной деятельности обучающихся	
ПК 3.1	находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечивать его понимание и переживание обучающимися; проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную сферу обучающегося; проявлять толерантное отношение к представителям разных мировоззрений и культурных традиций; формулировать цели и задачи воспитания классного коллектива и отдельных обучающихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей; планировать воспитательную деятельность; разрабатывать рабочую программу воспитания на основе федеральной рабочей программы воспитания; взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума; взаимодействовать с родителями (законными представителями) обучающихся при решении воспитательных задач	основ государственной политики в сфере воспитания; федеральной рабочей программы воспитания; закономерностей проектирования рабочей программы воспитания; современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы; способов защиты достоинства и интересов обучающихся, оказавшихся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; теоретических и методических основ деятельности классного руководителя; образцов и ценностей социального поведения, поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях; методики воспитательной работы; основных принципов деятельностного подхода в воспитании; современных технологий воспитания; особенностей адаптации обучающихся к условиям основного общего образования; возрастных особенностей обучающихся на ступени основного общего образования; условий развития ученического	создания, поддержания уклада, атмосферы и традиций жизни образовательной организации; определения целей и задач, планирования воспитательной деятельности на основе федеральной рабочей программы воспитания, ценностного содержания образовательного процесса; разработки плана воспитательной работы в классе на основе федеральной рабочей программы воспитания; проектирования ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу обучающегося (культуру переживаний и ценностные ориентации обучающегося); планирования и проведения воспитательных мероприятий, акций; планирования воспитательных мероприятий с учетом культурных различий обучающихся, половых возрастных и

		самоуправления в общеобразовательной организации; условий формирования благоприятного психологического микроклимата и сотрудничества обучающихся в классе	индивидуальных особенностей
--	--	---	-----------------------------

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Формы и методы оценивания

Промежуточная аттестация по дисциплине ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена проводится в форме экзамена.

Уровень сформированности знаний, умений и ОК студентов по результатам промежуточной аттестации определяется 4-бальной системой (отлично – 5, хорошо – 4, удовлетворительно – 3, неудовлетворительно - 2).

4. ОЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценочные материалы предназначены для проведения экзамена и оценки результатов освоения дисциплины ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена специальности 44.02.07 Преподавание в основной школе (по профилям).

4.1. Проверяемые результаты

Уметь:

- определять задачи для поиска информации, планировать процесс поиска, выбирать необходимые источники информации;
- выделять наиболее значимое в перечне информации, структурировать получаемую информацию, оформлять результаты поиска;
- оценивать практическую значимость результатов поиска;
- применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;
- использовать современное программное обеспечение в профессиональной деятельности;
- использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач;
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;
- определять цели и задачи урока, планировать его содержание на основе ФГОС и ФОП ООО с учетом особенностей методики преподавания учебного предмета, возраста, класса, индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся и в соответствии с современными требованиями к уроку (дидактическими, организационными, методическими, санитарно-гигиеническими нормами);
- формулировать различные виды учебных задач и проектировать их решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития обучающихся;
- проектировать программы развития универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных);

- организовывать проектно-исследовательскую деятельность в основной школе;
- проектировать процесс обучения с учетом преемственности между уровнями образования.

Знать:

- номенклатуру информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;
- приемы структурирования информации;
- формат оформления результатов поиска информации;
- современные средства и устройства информатизации, порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности, в том числе цифровые средства;
- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения;
- требования федерального государственного образовательного стандарта и федеральной образовательной программы основного общего образования;
- сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности;
- преемственные образовательные программы начального общего, основного общего образования и среднего общего образования;
- содержание основных учебных предметов основного общего образования в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и федеральной образовательной программы основного общего образования;
- особенности организации обучения детей подросткового возраста, методик преподавания учебных предметов основного общего образования;
- основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;
- способы достижения планируемых результатов освоения программы основного общего образования;
- способы выявления и развития способностей обучающихся через урочную деятельность, в том числе с использованием возможностей иных образовательных организаций, а также организаций, обладающих ресурсами, необходимыми для реализации программы основного общего образования, и иных видов образовательной деятельности, предусмотренных программой основного общего образования;
- специфику обучения детей с особыми образовательными потребностями;
- способы организации проектно-исследовательской деятельности обучающихся.

4.2. Условия проведения и задания для экзамена

Место проведения: учебный кабинет.

Продолжительность: 6 академических часов.

Вопросы для экзамена

1. Определение содержания анатомии, физиологии и гигиены. Значение дисциплин для правильной организации учебно - воспитательной работы, совершенствования физического развития и повышения работоспособности учащихся.
2. Значение знаний строения, жизнедеятельности организма человека и гигиены для охраны здоровья. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.
3. Валеология - наука о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье.
4. Основные механизмы, обеспечивающие целостное единство организма.
5. Нервная и гуморальная регуляция деятельности организма.
6. Человек и окружающая его среда.
7. Закономерности роста и развития детей. Акселерация.
8. Периоды развития организма. Рост и пропорции тела на разных этапах развития.
9. Физическое развитие - важный показатель здоровья и социального благополучия. Значение антропометрических исследований.
10. Понятие о росте и развитии их характеристика.
11. Процессы физиологического созревания и развития ребенка их влияние на физическую и психическую работоспособность, поведение.
12. Гигиена детей и подростков и ее задачи. Гигиеническая характеристика возрастных особенностей детей и подростков.
13. Влияние внешней среды и социальных факторов на рост и развитие детей и подростков.
14. Гигиенические аспекты акселерации детей и подростков. Биологический возраст детей и подростков.
15. Роль и значение гигиенических факторов на различных возрастных этапах.
16. Основные процессы жизнедеятельности клетки (питание, дыхание, размножение, деление). Краткие сведения о строении и функциях органоидов.
17. Особенности строения эпителиальной ткани и выполняемые ею функции: защитная, разграничительная, всасывающая, выделительная и секреторная. Классификация эпителиальной ткани: по строению и по функциям (однослойный эпителий - плоский, кубический, цилиндрический; многослойный эпителий), по происхождению (кишечный, почечный, кожный, эпителий). Эпителиальная ткань - основная структура паренхиматозных органов - желез.
18. Кровь и лимфа. Кровь: плазма крови, форменные элементы, их строение. Функциональное значение.
19. Соединительная ткань. Общая характеристика и классификация соединительной ткани. Строение и функции рыхлой и плотной волокнистой соединительной ткани.
20. Хрящевая и костная ткани.
21. Роль И. М. Сеченова, И. П. Павлова в создании учения высшей нервной деятельности. Безусловные и условные рефлексы. Биологическое значение образования и торможения условных рефлексов.
22. Особенности высшей нервной деятельности человека.
23. Речь, мышление. Сознание, как функция мозга.
24. Сон, его значение для детей различного возраста.
25. Строение, химический состав и физические свойства костей.
26. Рост костей. Соединение костей.
27. Строение скелета головы, туловища, конечностей.
28. Строение и основные группы мышц человеческого тела. Работа мышц. Статическая и динамическая нагрузка.

29. Роль нервной системы в регуляции деятельности мышц. Утомление при мышечной работе.

30. Осанка и факторы ее определяющие. Предупреждение искривления позвоночника и развитие плоскостопия у детей младшего школьного возраста.

31. Значение физического воспитания и труда для правильного формирования скелета и развития мышц. Гиподинамия.

32. Значение утренней гимнастики. Гигиенические требования, предъявляемые к проведению физкультурных минуток и пауз на занятиях.

33. Внутренняя среда организма (кровь, межклеточная жидкость, лимфа). Гомеостаз. Значение крови и кровообращения.

34. Состав крови. Плазма крови. Строение и функции эритроцитов, лейкоцитов, тромбоцитов.

35. Кроветворные органы. Свертывание крови.

36. Группы крови. Переливание крови. Донорство. Резус фактор.

37. Иммуитет. Роль И. И. Мечникова в создании учения об иммуитете. Виды иммуитета: естественный и искусственный.

38. Значение системы кровообращения и общая схема ее строения.

39. Строение сердца. Физиологические свойства сердечной мышцы. Работа сердца: сердечный цикл, фазы работы сердца.

40. Кровяное давление. Кровеносные сосуды. Движение крови и лимфы в организме. Круги кровообращения.

41. Причины нарушения работы сердечно-сосудистой системы у детей.

42. Проблема сердечно-сосудистых заболеваний: врожденные пороки сердца, гипертония, ревматизм, стенокардия и др. их профилактика (влияние алкоголя, никотина, наркотиков).

43. Значение физического труда и физической культуры для повышения выносливости сердца у детей и подростков.

44. Анатомо - физиологические особенности органов дыхания у детей и подростков.

45. Значение и общая схема строения органов дыхания. Газообмен в легких и тканях.

46. Механизм вдоха и выдоха. Жизненная емкость легких. Частота дыхания и минутный объем дыхания. Нервно-гуморальная регуляция дыхания.

47. Воспитание навыков правильного дыхания у детей и подростков. Значение дыхания через нос. Вредное влияние неправильной осанки на форму грудной клетки и глубину дыхательных движений.

48. Понятие о микроклимате. Изменение состава воздуха под влиянием пребывания учащихся в классе. Показатели загрязнения воздуха в учебных помещениях. Значение и способы поддержания в них правильного воздушного режима. Естественная и искусственная вентиляция.

49. Заболевание органов дыхания. Ларингит, тонзиллит, ангина, пневмония.

50. Приемы и значение дыхательной гимнастики для жизнедеятельности организма.

51. Значение пищеварения. Общая схема строения и основные функции системы пищеварения.

52. Роль печени, поджелудочной железы в пищеварении. Всасывание. Роль И. П. Павлова в изучении функций органов пищеварения. Защитная функция печени.

53. Нейрогуморальная регуляция деятельности пищеварительных желез. Возрастные особенности органов пищеварения у детей и подростков.

54. Физиология и гигиена питания детей. Нормы питания. Возрастные суточные нормы потребления белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов. Возрастные особенности соотношения белков, жиров, углеводов в пищевом рационе.

55. Основные пищевые продукты. Калорийность качественный состав пищевого рациона. Значение разнообразия пищи.

56. Физиологическое обоснование режима питания. Санитарно-гигиенические требования к хранению продуктов и приготовлению пищи.

57. Воспитание у детей правильного отношения к еде и выработка санитарно-гигиенических норм и навыков, связанных с приемом пищи.

58. Составление и подсчет примерного суточного рациона питания школьника.

59. Значение обмена веществ и энергии в организме. Основные особенности обмена веществ и энергии у детей и подростков.

60. Пластический и энергетический обмен. Зависимость обмена веществ от характера деятельности ребенка.

61. Обмен белков, их значение в организме. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Жировой обмен. Жировое депо.

62. Обмен углеводов. Значение углеводов как источника энергии. Содержание глюкозы в крови. Гипо-и гипергликемия.

63. Значение минеральных веществ в организме. Обмен воды и минеральных веществ. Рефлекторная регуляция обмена веществ в организме.

64. Роль гормонов в регуляции обмена белков, жиров, углеводов. Участие коры в регуляции обмена веществ.

65. Витамины. Их роль в обмене веществ. Способы сохранения витаминов в пищевых продуктах. Понятие о гипер-гипоавитаминозах.

66. Рациональное питание. Режим питания школьников.

67. Заболевания, вызванные нарушением обмена веществ. Причины, симптомы, профилактика.

68. Строение почки. Состав мочи и механизм ее образования. Нервная и гуморальная регуляция мочеобразования и мочевыделения.

69. Возрастные особенности строения и функций мочевого выделения. Ночное недержание мочи (энурез). Гигиена мочеполовых органов детей и подростков.

70. Значение и строение кожи. Возрастные особенности строения кожи.

71. Значение сосудодвигательных реакций кожи и потоотделения. Особенности терморегуляции у детей.

72. Роль кожи в закаливании организма. Первая помощь при ожогах и обморожениях. Предупреждение солнечных и тепловых ударов.

73. Понятие о гормонах и эндокринной системе. Значение гормонов, особенности их физиологической активности.

74. Внутрисекреторная деятельность желез внутренней секреции. Гипофиз, его роль в регуляции роста и деятельности других органов.

75. Щитовидная железа, ее влияние на физическое и умственное развитие организма.

76. Кретинизм, причины его развития, профилактика.

77. Вилочковая железа, надпочечники, поджелудочная железы, особенности строения, функционирования, выделяемые гормоны.

78. Роль половых желез в развитии организма. Влияние половых желез на рост и развитие, формирование вторичных половых признаков. Отклонения от нормального хода полового развития и их причины.

79. Понятия об анализаторах. Роль И. П. Павлова. Анализаторы. Органы чувств.

80. Зрительный анализатор. Строение, функции и гигиена органа зрения.
81. Общая схема строения и основные функции слухового анализатора. Механизмы передачи и восприятия звука.
82. Возрастные особенности слухового анализатора. Гигиена слуха ребенка. Влияние шума на организм детей и подростков.
83. Заболевания органов слуха: отит, катар среднего уха. Симптомы, оказание доврачебной помощи.
84. Значение и общий план строения кожной, двигательной, обонятельной, вкусовой, вестибулярной сенсорных систем. Особенности их функционирования у детей различного возраста.
85. Физико-гигиенические основы режима дня школьника. Гигиенические основы учебно-воспитательного процесса в школе.
86. Гигиенические основы физического воспитания детей и подростков.
87. Санитарно-гигиенические требования к устройству и содержанию мест занятий. Требования к школьному зданию.
88. Нормативы внешнего оформления учебников, книг для чтения, учебных и наглядных пособий для учащихся 1 -4 классов.
89. Требования к естественному и искусственному освещению.
90. Определение светового коэффициента классной комнаты.

5. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Оценка за экзамен выставляется с учетом ответа на теоретические вопросы и выполнение практического задания. Наиболее важную роль играет оценка практического задания.

Оценка	Критерии оценки
5 (отлично)	Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знания по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ изложен литературным языком с использованием современной технической терминологии. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа. На вопросы практического задания дан полный ответ, подкрепленный теоретическими знаниями
4 (хорошо)	Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной технической терминологии. Могут быть допущены некоторые неточности или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя. Практическое задание выполнено в полном объеме.
3 (удовлетв.)	Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое

	оформление требует поправок, коррекции. Решение практического задания не подкреплено теоретическими знаниями.
2 (неудовл.)	1) Ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса по билету с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная, техническая терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. 2) Ответ на вопрос полностью отсутствует. 3) Отказ от ответа.