

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)  
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Шилов С.П.



ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
**ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Профили русский язык; литература

## 1. Паспорт оценочных материалов по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины (модуля) / Разделы (этапы) практики* в ходе текущего контроля, вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен, с указанием семестра)	Код и содержание контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного Средства (количество вариантов, заданий и т.п.)
1	2	3	4
1.	Общие закономерности онтогенеза человека	<b>ОПК-6.</b> Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Практическая работа 1. Конспекты вопросов и ответы на семинарских занятиях Экзамен
2.	Организация жизнедеятельности организма	<b>ОПК-6.</b> Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Конспекты вопросов и ответы на семинарских занятиях. Практические работы 2,3 Контрольная работа (тест) Экзамен
3.	Физиологические и психофизиологические особенности ребёнка и здоровый образ жизни	<b>ОПК-6.</b> Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными	Конспекты вопросов и ответы на семинарских занятиях Защита реферата Экзамен

		потребностями	
--	--	---------------	--

## 2. Виды и характеристика оценочных средств

### Практическая работа

Выполняется по теме «Определение типа конституции на основе индекса Пинье» в соответствии с макетом.

### Реферат

Выполнение реферата предполагает осмысление студентом литературоведческого явления, научных работ по теме, заявленной в названии реферата, рассмотрение степени изученности заявленной проблемы с изложением наиболее значимых дискуссионных теорий, формулирование выводов относительно проблемы исследования. Тема работы выбирается студентом самостоятельно из предложенных преподавателем.

Выполнение работы включает в себя следующие этапы:

- 1) выбор темы,
- 2) подбор и систематизацию материалов научно-исследовательской литературы,
- 3) выделение важных моментов исследований по избранной теме,
- 4) самостоятельное осмысление конкретной литературоведческой проблемы, представленной в изученной литературе,
- 5) оформление работы или реферата.

При оценивании работы учитывается объем изученных источников, полнота и глубина раскрытия темы.

### Ситуационная задача

Ситуационные задачи содержат описание конкретных реальных ситуаций (или случаев), проблему (или противоречие). Решение задачи требует от студентов проанализировать предложенную ситуацию и найти оптимальное решение. Ситуационные задачи имеют практическую направленность и позволяют оценить умения применить теоретические знания к решению практических задач. Решение предполагает совместный разбор жизненных ситуаций и обеспечивает более эффективное усвоение материала за счет высокой эмоциональной вовлеченности и активного участия обучаемых. Решение кейс-задач включает следующие этапы:

- исследования предложенной ситуации;
- сбор и анализ недостающей информации;
- обсуждение возможных вариантов решения проблемы;
- выработки наилучшего решения.

### Контрольная работа

Контрольная работа - это наиболее традиционный способ оценки знаний, **навыков**, умений, средство для установления эффективности осуществления образовательной деятельности. Контрольная работа проводится в течение определённого периода времени под контролем

## 3. Оценочные средства

### **Практические работы**

### Схема конституции человека по М.В. Черноруцкому

Оборудование: сантиметровая лента, напольные весы

Отнесение к тому или иному типу конституции производится на основании величины индекса Пинье (ИП).

$$\text{ИП} = L - (P + T),$$

где L – длина тела (см);

P – масса тела (кг);

T – окружность грудной клетки (см).

Затем необходимо оценить полученный результат:

индекс больше 30 – (гипо) (а)- стеники (астенический тип, худощавое телосложение);

индекс от 10 до 30 – нормостеники (атлетический тип, нормальное телосложение);

индекс меньше 10 – гиперстеники (пикнический тип, тучное телосложение).

Вывод: дать характеристику своего типа конституции

### Определение частоты пульса в состоянии покоя и после физических упражнений

Цель: определение влияния физических упражнений на частоту пульса

Оборудование: секундомер.

Ход работы

1. Подсчитать частоту пульса в покое.
2. Ритмично выполнить десять приседаний.
3. Повторно измерить частоту пульса сразу после приседаний и через 2 минуты после приседаний.
4. Занести данные в таблицу 1.

Таблица 1. Частота пульса в покое и после физических упражнений

Показатели	Частота пульса в покое (А)	Частота пульса после 10 приседаний (В)	Частота пульса через 2 минуты после приседаний	В – А*	Задержка дыхания на выдохе
Собственные					
Возрастная норма	65-75				

Таблица 2. Показатели биологического возраста

Тесты	Возрастные показатели								
	20 лет	30 лет	35 лет	40 лет	45 лет	50 лет	55 лет	60 лет	65 лет
<b>1. Пульс после 10 приседаний</b>	<b>106</b>	<b>108</b>	<b>112</b>	<b>116</b>	<b>120</b>	<b>122</b>	<b>124</b>	<b>126</b>	<b>128</b>
<b>2. Пульс через 2 мин.</b>	<b>94</b>	<b>96</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	<b>104</b>	<b>106</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>110</b>
3. Задержка дыхания на выдохе (сек.)	40	38	35	30	28	25	23	21	19
4. Приседание (раз)	110	100	95	90	85	80	70	60	50
5. Стойка на одной ноге с закрытыми глазами (сек.)	40	30	25	20	17	15	12	10	8

5. Сделать **ВЫВОД** о том, почему меняется частота пульса после физической нагрузки. Если восстановление пульса за 2 минуты не произошло, то объяснить причину.

6. Сравнить свои показатели с возрастными нормативами в таблице 2.

*\*Примечание. О хороших адаптивных возможностях системы кровообращения и её регуляторных механизмов свидетельствует учащение пульса не более чем на 11 ударов, удовлетворительных – на 12-18 ударов, неудовлетворительных – на 19 ударов и более.*

*У здоровых людей состояние сердечно-сосудистой системы оценивается как хорошее при учащении пульса не более чем на 50% – 75%, неудовлетворительное – при учащении пульса, более чем на 75%.*

Составление меню девочки – подростка 11-13 лет (2500 ккал)

Наименование блюд	граммы	ккал
Завтрак (25%)		
Итого		
Обед (50%)		
Итого		
Полдник (10%)		
Итого		
Ужин (15%)		
Итого		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		

### Контрольная работа

по теме «Высшая нервная деятельность»

I.

1. Автор книги «Рефлексы головного мозга», которая вышла в 1863 г.	А – И.П. Павлов, Б- И.М. Сеченов, В – Н.И. Пирогов, Г- Гиппократ.
2. Впервые понятие о ВНД ввёл	А – И.П. Павлов, Б- И.М. Сеченов, В – Н.И. Пирогов, Г- Гиппократ.
3. Создатель учения об условных и безусловных рефлексах	А – И.П. Павлов, Б- И.М. Сеченов, В – Н.И. Пирогов, Г- Гиппократ.
4. Объективное изучение материального субстрата психической деятельности мозга является предметом	А – психологии, Б- психиатрии, В- физиологии ВНД, Г- анатомии.
5. Высказывание о том, что знания, не подкреплённые телесным опытом или чувственным впечатлением, не усваиваются, принадлежит	А – И.П. Павлов, Б- И.М. Сеченов, В – Н.И. Пирогов, Г- Гиппократ.
6. Основная функция ВНД	А- контроль за процессом пищеварения, Б – контроль за деятельностью ЦНС, В-регенерация организма, Г–приспособление к окружающей среде.
7. За ВНД отвечает	А – мозжечок, Б- средний мозг, В – кора больших полушарий, Г- продолговатый мозг, Д- гипоталамус.
8. Низшая нервная деятельность осуществляется по принципу	А – условных рефлексов, Б – безусловных рефлексов.
9. И.П. Павлов в основу классификации типов ВНД положил следующие свойства нервных	А – сила, Б- уравновешенность, В – импульсивность, Г- подвижность

импульсов	
10. Сильный уравновешенный подвижный тип ВНД соответствует темпераменту	А – меланхолика, Б- флегматика, В – сангвиника, Г- холерика.
11. Сильный неуравновешенный тип ВНД соответствует темпераменту	А – меланхолика, Б- флегматика, В – сангвиника, Г- холерика.
12. Неврастении чаще подвержен	А – меланхолик, Б- флегматик, В – сангвиник, Г- холерик.
13. Рефлексы, свойственные всем представителям вида	А - безусловные, Б- условные.
14. Приобретенные в течение жизни или специального обучения приспособительные реакции	А – безусловные рефлексы, Б- условные рефлексы.
15. Обеспечивает возможность существования биологической особи в относительно постоянных условиях обитания.	А – безусловные рефлексы, Б- условные рефлексы
16. Реакция человека на зеленый цвет светофора — это рефлекс	А- врожденный, Б- приобретенный, В - безусловный, Г- наследуемый
17. Слюноотделение у человека при виде лимона	А – условный, Б- безусловный, В - защитный, Г- ориентировочный
18. Плачущему малышу дали в руки куклу-неваляшку, которая зазвенела, и ребенок перестал плакать в результате	А - безусловного рефлекса, Б- рассудочной деятельности, В - процесса возбуждения, Г - процесса торможения.
19. Реакция собаки на команду хозяина – это пример рефлекса:	А – безусловного, Б – условного, В- передающегося по наследству, Г - характерного для всех особей вида
20. Основной признак безусловных рефлексов:	А- индивидуальные Б- кратковременные В - наследственные Г- приобретённые

II. Какие высказывания относятся к условным рефлексам, а какие к безусловным?

Безусловные рефлексы	
Условные рефлексы	

1. Врожденные, наследственно передающиеся реакции, большинство из них начинают функционировать сразу же после рождения.
2. Возникают в ответ на адекватные раздражения, действующие на определенное рецептивное поле.
3. Возникают на любые раздражители, действующие на разные рецептивные поля.
4. Реакции, приобретенные в процессе индивидуальной жизни.
5. Непостоянны - могут возникать и исчезать.
6. Являются видовыми, т.е. свойственны всем представителям данного вида.
7. Являются преимущественно функцией коры больших полушарий.
8. Являются преимущественно функцией коры больших полушарий.
9. Постоянны и сохраняются в течение всей жизни.
10. Индивидуальные.

1. Школьные трудности и «школьные факторы риска».
2. Синдром дефицита внимания и гиперактивность.
3. Особенности развития и трудности обучения леворуких детей.
4. Особенности развития и трудности обучения медлительных детей.
5. Психофизиологические особенности организации эффективной работы учащихся при использовании компьютера.
6. Физиолого-педагогические основы организации двигательной активности.
7. Конституция человека и организация физического воспитания.
8. Особенности обучения детей с девиантным поведением.
9. Психофизиологические основы готовности к школьному обучению.
10. Особенности рационального питания современного школьника.
11. Специфика здоровьесберегающих технологий в современной школе.
12. Проблемы одарённых детей.
13. Морфофункциональная готовность ребенка к систематическому школьному обучению.
14. Обзор методов определения готовности детей к обучению.
15. Комплексный анализ когнитивных процессов на нейрофизиологическом и поведенческом уровне как адекватное изучение онтогенеза познавательных функций.
16. Изменения скорости и направленности процессов роста и развития в онтогенезе.
17. Мозговая организация когнитивных функций. Этапы формирования.
18. Функциональные возможности ребенка на разных этапах воспитания и обучения.
19. Психофизиологическое развитие - показатель индивидуального здоровья человека.
20. Размеры и форма тела. Телосложение и конституция.
21. Отклонения психофизического развития, их значение для здоровья. Социальные и другие факторы, оказывающие влияние на развитие.
22. Адаптивность развития. Адаптивные типы (Т.А. Алексеева).
23. Критические периоды в развитии базовых механизмов адаптации у детей младенческого, младшего школьного и подросткового возраста.
24. Психофизиологические аспекты поведения ребенка.
25. Возрастные изменения функциональной организации коры головного мозга при вербальной деятельности.
26. Речь как специфическая деятельность мозга человека.
27. Морфофункциональная готовность ребенка к систематическому школьному обучению. Определение готовности к обучению.
28. Состояние здоровья современных детей и подростков.

### **Вопросы к зачету**

1. Педагогическая физиология: определение, предмет и задачи.
2. Основные этапы онтогенеза.
3. Закономерности роста и развития организма.
4. Возрастная периодизация.
5. Календарный и биологический возраст.
6. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.
7. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

8. Общая характеристика сенсорных систем. Функциональное созревание сенсорных систем.
9. Значение и функции нервной системы.
10. Вегетативная нервная деятельность.
11. Общая характеристика желез внутренней секреции.
12. Физиология органов дыхания.
13. Внутренняя среда организма.
14. Способы остановки кровотечения.
15. Сердце. Система кровообращения.
16. Строение и функции почек, их возрастные особенности.
17. Функции и гигиена кожи.
18. Первая помощь при ожогах кожи.
19. Физиология органов пищеварения.
20. Первая помощь при пищевом отравлении.
21. Структура клетки и её функциональное значение.
22. Витамины и их значение для организма детей и взрослых.
23. ВНД.
24. Организм ребёнка как целостная система.
25. Возрастная периодизация. Схема возрастной периодизации.
26. Пренатальный и постнатальный онтогенез.
27. Этапы индивидуального возрастного развития человека.
28. Характеристика развития дошкольника (период первого детства).
29. Характеристика развития младшего школьника (период второго детства).
30. Особенности развития детей подросткового возраста. Процесс полового созревания.
31. Критические и сенситивные периоды онтогенеза.
32. Сроки функционального созревания детского организма. Стадии полового созревания.
33. Энергетические затраты на процессы роста и развития. Биологически обусловленная продолжительность жизни.
34. Специфика познавательной деятельности на разных этапах онтогенеза.
35. Биологические основы развития психических процессов и этапы их формирования.
36. Повышенная сенситивность детского организма к условиям окружающей среды.
37. Адаптация к умственным и физическим нагрузкам младшего школьника.
38. Утомление. Профилактика утомления школьников.
39. Школьные трудности как фактор нарушения здоровья.
40. Факторы семейного риска негативного влияния на развитие и здоровье ребёнка.
41. Система здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.
42. Морфофункциональная готовность ребёнка к систематическому школьному обучению – «школьная зрелость».
43. Уровень физического развития как основной критерий здоровья.
44. Возрастные и индивидуальные особенности адаптации школьников. Этапы адаптации.