

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Узунов Федор Владимирович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 28.04.2026 16:43:34  
Уникальный программный ключ:  
fd935d10451b860e912264c0378f8448452b6d5603f94388008e29877a6bcbf5

*Приложение к РПД*

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ» «УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И  
УПРАВЛЕНИЯ»**

**Факультет экономики, управления и юриспруденции  
Кафедра социально-гуманитарных дисциплин**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И КУЛЬТУРА  
ЗДОРОВЬЯ**

Направление подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование**

Профиль подготовки  
**Начальное образование**

Квалификация  
**Бакалавр**

Для всех  
форм обучения

**Симферополь 2026**

## 1. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Средства оценивания в ходе текущего контроля:

- устные опросы в ходе семинарских занятий;
- рефераты;
- тестирование;
- задания, выполняемые в ходе семинарского занятия или рекомендуемые для самостоятельной работы.

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>В результате освоения дисциплины студент должен:</p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные закономерности роста и развития детского организма;</li> <li>- анатомо-физиологические особенности систем организма детей младшего школьного возраста;</li> <li>- гигиенические требования к организации образовательного процесса (расписание, режим дня, освещение, мебель);</li> <li>- основы профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать функциональное состояние и физическое развитие детей;</li> <li>- применять здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе;</li> <li>- отбирать адекватные возрасту физические упражнения для укрепления здоровья.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами анализа соответствия условий обучения гигиеническим нормативам;</li> <li>- навыками пропаганды здорового образа жизни среди обучающихся и их родителей.</li> </ul>

### 1.1 Вопросы к текущему контролю

1. Перечислите основные периоды онтогенеза человека и дайте их краткую характеристику.
2. Каковы особенности строения и функций нервной системы у детей разного возраста?

3. Опишите этапы развития опорно-двигательного аппарата в детском и подростковом возрасте.
4. Какие изменения происходят в сердечно-сосудистой системе в процессе взросления?
5. Каковы особенности дыхательной системы у новорождённых и детей раннего возраста?
6. Назовите основные этапы развития эндокринной системы и их влияние на рост и развитие организма.
7. Как изменяется иммунная система в процессе онтогенеза?
8. Опишите особенности пищеварительной системы у детей и подростков.
9. Каковы возрастные особенности обмена веществ и энергии?
10. Что такое акселерация и ретардация развития? Приведите примеры.
11. Каковы критерии оценки физического развития детей и подростков?
12. Перечислите основные показатели здоровья школьников.
13. Какие факторы влияют на формирование здоровья в детском и подростковом возрасте?
14. Каковы принципы рационального питания для разных возрастных групп?
15. Опишите влияние гиподинамии на развитие детского организма.
16. Каковы основные гигиенические требования к организации учебного процесса в школе?
17. Назовите основные причины нарушений осанки и плоскостопия у детей.
18. Каковы особенности психофизиологического развития подростков?
19. Опишите влияние учебной нагрузки на здоровье школьников.
20. Каковы возрастные особенности адаптации к физическим нагрузкам?
21. Перечислите основные соматотипы и их характеристики у детей и подростков.
22. Каковы методы оценки функционального состояния организма школьников?
23. Опишите влияние экологических факторов на здоровье детей.
24. Каковы возрастные особенности терморегуляции у детей?
25. Назовите основные инфекционные заболевания, характерные для детского возраста, и меры их профилактики.
26. Каковы принципы закаливания и его значение для здоровья детей?
27. Опишите влияние вредных привычек (курение, алкоголь) на развитие организма подростков.
28. Каковы особенности режима дня для детей разного возраста?
29. Перечислите основные показатели, используемые при оценке биологического возраста ребёнка.
30. Какова роль физической культуры и спорта в формировании культуры здоровья у детей и подростков?

## **1.2. Темы рефератов и проектных работ**

1. Влияние современных гаджетов на развитие опорно-двигательного аппарата у подростков.
2. Особенности сердечно-сосудистой системы у детей и подростков в условиях гиподинамии.
3. Роль рационального питания в профилактике заболеваний у школьников.
4. Влияние учебной нагрузки на психофизиологическое состояние старшеклассников.
5. Гигиенические требования к организации учебного места школьника.
6. Возрастные особенности развития нервной системы и их влияние на обучение.
7. Профилактика нарушений зрения у детей в условиях цифровизации образования.
8. Влияние экологических факторов на здоровье детей и подростков.
9. Роль закаливания в укреплении иммунитета у детей дошкольного возраста.

10. Особенности обмена веществ и энергии у подростков в период полового созревания.
11. Влияние режима дня на здоровье и успеваемость школьников.
12. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки у детей.
13. Возрастные особенности дыхательной системы и их значение для физической активности.
14. Влияние вредных привычек (курение, алкоголь) на развитие организма подростков.
15. Роль физической культуры в формировании культуры здоровья у молодёжи.
16. Особенности эндокринной системы подростков и их влияние на поведение и здоровье.
17. Методы оценки физического развития и здоровья детей школьного возраста.
18. Влияние стресса на физиологические процессы у подростков.
19. Профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах.
20. Значение сна для здоровья и развития детей и подростков.

### 1.3 Тестовые задания

1. Какой период онтогенеза характеризуется наиболее интенсивным ростом и развитием организма?
  - а) пожилой возраст;
  - б) грудной возраст;
  - в) зрелый возраст.Ответ: б) грудной возраст.
2. Какая система органов у детей отличается незрелостью и повышенной проницаемостью?
  - а) дыхательная;
  - б) пищеварительная;
  - в) нервная.Ответ: б) пищеварительная.
3. Какой фактор наиболее существенно влияет на формирование осанки у школьников?
  - а) питание;
  - б) режим дня;
  - в) организация рабочего места.Ответ: в) организация рабочего места.
4. В каком возрасте происходит наиболее активное развитие эндокринной системы?
  - а) в раннем детстве;
  - б) в подростковом возрасте;
  - в) в пожилом возрасте.Ответ: б) в подростковом возрасте.
5. Какое заболевание чаще всего связано с длительным использованием гаджетов у подростков?
  - а) ожирение;
  - б) нарушение зрения;
  - в) сахарный диабет.Ответ: б) нарушение зрения.
6. Какой режим дня считается оптимальным для школьников?
  - а) подъём в 12:00, сон 5 часов;
  - б) подъём в 7:00, сон 8–9 часов;
  - в) подъём в 9:00, сон 6 часов.Ответ: б) подъём в 7:00, сон 8–9 часов.
7. Какое значение имеет закаливание для детского организма?

- а) снижает иммунитет;
- б) укрепляет иммунитет;
- в) не влияет на здоровье.

Ответ: б) укрепляет иммунитет.

8. Какой тип питания считается рациональным для подростков?

- а) преимущественно фастфуд;
- б) сбалансированное, с достаточным количеством белков, жиров, углеводов и

витаминов;

- в) вегетарианское без учёта потребностей организма.

Ответ: б) сбалансированное, с достаточным количеством белков, жиров, углеводов и

витаминов.

9. Какое влияние оказывает гиподинамия на здоровье детей?

- а) укрепляет мышцы;
- б) способствует развитию заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- в) не оказывает влияния.

Ответ: б) способствует развитию заболеваний опорно-двигательного аппарата.

10. Какой показатель используется для оценки физического развития детей?

- а) только рост;
- б) только масса тела;
- в) совокупность роста, массы тела, окружности грудной клетки и др.

Ответ: в) совокупность роста, массы тела, окружности грудной клетки и др.

11. В каком возрасте завершается формирование скелета?

- а) к 5 годам;
- б) к 18–21 году;
- в) к 40 годам.

Ответ: б) к 18–21 году.

12. Какое значение имеет полноценный сон для подростков?

- а) не влияет на здоровье;
- б) способствует восстановлению организма, улучшает память и внимание;
- в) снижает физическую активность.

Ответ: б) способствует восстановлению организма, улучшает память и внимание.

13. Какой фактор наиболее опасен для здоровья школьников в условиях мегаполиса?

- а) высокая учебная нагрузка;
- б) загрязнение воздуха;
- в) недостаток времени на отдых.

Ответ: б) загрязнение воздуха.

14. Какова основная функция физической культуры в школе?

- а) только развитие силы;
- б) формирование культуры здоровья, развитие физических качеств, профилактика заболеваний;

- в) развлечение.

Ответ: б) формирование культуры здоровья, развитие физических качеств, профилактика заболеваний.

15. Какой метод используется для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы у детей?

- а) измерение температуры тела;
- б) проба Руфье или индекс Руфье;
- в) анализ мочи.

Ответ: б) проба Руфье или индекс Руфье.

**Вставьте пропущенное слово**

16. В подростковом возрасте происходит интенсивный рост и перестройка \_\_\_\_\_ системы.

Ответ: эндокринной.

17. Для профилактики нарушений зрения у школьников важно соблюдать \_\_\_\_\_ при работе за компьютером.

Ответ: зрительный режим.

18. Закаливание способствует укреплению \_\_\_\_\_ системы у детей.

Ответ: иммунной.

19. Рациональное питание должно обеспечивать организм достаточным количеством белков, жиров, углеводов, витаминов и \_\_\_\_\_.

Ответ: минеральных веществ.

20. Гиподинамия — это недостаток \_\_\_\_\_ активности, негативно влияющий на здоровье.

Ответ: физической.

21. В дошкольном возрасте особенно важно формирование правильной \_\_\_\_\_ и профилактика плоскостопия.

Ответ: осанки.

22. Для оценки физического развития детей используют показатели роста, массы тела, окружности грудной клетки и \_\_\_\_\_ возраста.

Ответ: биологического.

23. Полноценный \_\_\_\_\_ необходим для восстановления организма и нормального развития подростков.

Ответ: сон.

24. В условиях мегаполиса на здоровье детей особенно негативно влияет загрязнение \_\_\_\_\_.

Ответ: воздуха.

25. Физическая культура в школе способствует формированию \_\_\_\_\_ здоровья и развитию физических качеств.

Ответ: культуры.

#### 1.4 Задания для текущего контроля (кейсы)

1. Кейс: ученик 7-го класса жалуется на быструю утомляемость, головные боли и снижение успеваемости. При осмотре выявлено нарушение осанки и ухудшение зрения. Задание: проанализируйте возможные причины, предложите рекомендации по режиму дня, организации рабочего места и профилактике нарушений.

2. Кейс: подросток 15 лет резко прибавил в росте, стал раздражительным, появились жалобы на боли в ногах по вечерам. Задание: объясните физиологические причины состояния, дайте советы по физической активности и питанию.

3. Кейс: школьник 10 лет проводит за компьютером более 4 часов в день, мало гуляет, часто перекусывает чипсами и газировкой. Задание: оцените риски для здоровья, предложите меры по коррекции образа жизни.

4. Кейс: ученица 9-го класса готовится к экзаменам, спит по 5–6 часов, часто пропускает завтрак, жалуется на снижение внимания и памяти. Задание: проанализируйте влияние режима дня и питания на когнитивные функции, дайте рекомендации.

5. Кейс: ребёнок 6 лет часто болеет простудными заболеваниями, быстро устаёт на прогулках, предпочитает пассивные игры. Задание: определите возможные причины снижения иммунитета, предложите программу закаливания и физической активности.

6. Кейс: подросток 14 лет жалуется на боли в области сердца после уроков физкультуры, избегает физических нагрузок. Задание: проанализируйте возможные причины, предложите алгоритм действий для родителей и учителя.

7. Кейс: ученик 3-го класса носит рюкзак, масса которого превышает 30% его веса, жалуется на боли в спине. Задание: оцените риски для опорно-двигательного аппарата, дайте рекомендации по выбору и ношению рюкзака.

8. Кейс: девочка 12 лет резко похудела, ограничивает себя в еде, боится поправиться, стала замкнутой. Задание: проанализируйте возможные риски для здоровья, предложите меры психологической и медицинской поддержки.

9. Кейс: школьник 8-го класса жалуется на ухудшение зрения, при этом не соблюдает расстояние до учебника и книги при чтении. Задание: объясните влияние зрительной нагрузки на развитие миопии, предложите профилактические меры.

10. Кейс: ученик 5-го класса часто опаздывает на уроки, не высыпается, утром вялый и раздражительный. Задание: проанализируйте влияние режима сна на здоровье и успеваемость, дайте рекомендации по организации режима дня.

11. Кейс: подросток 16 лет начал курить, отмечаются частые головные боли, снижение выносливости при физических нагрузках. Задание: объясните влияние курения на организм подростка, предложите меры профилактики и отказа от вредной привычки.

12. Кейс: ребёнок 7 лет после перенесённой ангины жалуется на боли в суставах, отмечается одышка при физической нагрузке. Задание: проанализируйте возможные осложнения, предложите алгоритм обращения к врачу и профилактики.

13. Кейс: ученик 11-го класса готовится к поступлению в вуз, испытывает стресс, отмечает нарушение сна и аппетита. Задание: оцените влияние стресса на физиологические функции, предложите методы саморегуляции и профилактики.

14. Кейс: девочка 13 лет отмечает нерегулярные менструации, быструю утомляемость, бледность кожи. Задание: проанализируйте возможные причины, предложите рекомендации по питанию и обращению к врачу.

15. Кейс: школьник 9 лет часто жалуется на боли в животе после еды, отмечается склонность к запорам. Задание: оцените возможные нарушения работы пищеварительной системы, дайте рекомендации по питанию и режиму.

16. Кейс: подросток 15 лет активно занимается спортом, но отмечает частые мышечные боли и усталость. Задание: проанализируйте причины переутомления, предложите меры по восстановлению и профилактике травм.

17. Кейс: ученик 4-го класса не может сосредоточиться на уроках, отвлекается, часто болеет. Задание: оцените влияние здоровья на когнитивные функции, предложите комплекс мер по укреплению здоровья и развитию внимания.

18. Кейс: ребёнок 5 лет посещает детский сад, часто контактирует с больными детьми, но не болеет. Задание: объясните механизмы устойчивости к инфекциям, дайте рекомендации по поддержанию иммунитета.

19. Кейс: подросток 17 лет отмечает появление угревой сыпи, связывает это с питанием и стрессом. Задание: проанализируйте влияние гормональных изменений и образа жизни на состояние кожи, предложите рекомендации.

20. Кейс: ученик 6-го класса после перехода в новую школу стал замкнутым, снизилась успеваемость, появились жалобы на головные боли. Задание: оцените влияние психоэмоционального состояния на здоровье, предложите меры поддержки и адаптации.

## 2. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вид контроля	Наименование работы	Наименование оценочных средств	Шкала оценивания
Текущий контроль	Вопросы для обсуждения на занятиях; Устные опросы по ранее изученному материалу; Письменные работы:	Оценка выступлений на практическом (семинарском) занятии, проверка заданий, устный	отлично  хорошо  удовлетворительно

	рефераты, тестовые задания; Практические задания; Рефераты и доклады по темам (вопросам), вынесенным на самостоятельную работу.	опрос, оценивание докладов, рефератов	неудовлетворительно
--	---	---------------------------------------	---------------------

### Критерии оценивания устных ответов обучающихся

Шкала оценивания	Характеристика оценивания
отлично	оценивается ответ, который показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа.
хорошо	оценивается ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.
удовлетворительно	оценивается ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа.
неудовлетворительно	оценивается ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа.

### Критерии оценивания работы обучающихся на семинарских занятиях

Шкала оценивания	Показатели	Критерии
Отлично	1. Полнота выполнения практического и тестового задания (полнота ответа); 2. Своевременность выполнения задания; 3. Последовательность	Задание решено самостоятельно. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логических рассуждениях, в выборе формул и решении нет ошибок, получен верный ответ, задание решено рациональным способом. Дан правильный и исчерпывающий ответ на поставленные теоретические и тестовые вопросы, в которых обучающийся показал всестороннее системное знание программного материала, усвоение

Шкала оценивания	Показатели	Критерии
	ь и рациональность выполнения практического задания (логичность и четкость ответа);	основной и дополнительной литературы, четкое владение понятийным аппаратом.
Хорошо	4. Правильность ответов на вопросы; 5. Самостоятельность решения (владение дополнительным материалом); 6. Знание нормативно-законодательной базы и терминологии курса	Задание решено с помощью преподавателя. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логическом рассуждении и решении нет существенных ошибок; правильно сделан выбор формул для решения; есть объяснение решения, но задание решено нерациональным способом или допущено не более двух несущественных ошибок, получен верный ответ. На поставленные теоретические и тестовые вопросы, при которых обучающийся показал достаточный уровень знаний основного программного материала: освоение информации лекционного курса и учебных пособий, овладение понятийным аппаратом, методикой исследований при попытке анализа различных ситуаций.
Удовлетворительно		Задание решено с подсказками преподавателя. Задание решено в общем виде. Обучающийся показал средний уровень знаний основного программного материала, но не мог убедительно аргументировать свой ответ, ошибся в использовании понятийного аппарата, показал недостаточные знания литературных источников.
Неудовлетворительно		Задание не решено. Обучающийся продемонстрировал значительные пробелы в знаниях основного программного материала, не аргументировал свой ответ, показал неудовлетворительные знания понятийного аппарата и специальной литературы.

### Критерии оценивания рефератов

Средство контроля	Критерии оценивания	Шкала оценивания
Реферат	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. Реферат раскрывает поднятую проблематику в полном объеме.	отлично
	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая	хорошо

	<p>последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.</p> <p>В реферате имеются неточности и предметная область выступления раскрыта не в полной мере.</p>	
	<p>Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.</p> <p>В реферате не в полной степени раскрыт понятийный аппарат, имеются существенные неточности в процессе формирования выводов.</p>	удовлетворительно
	<p>Тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.</p> <p>Тема реферата не раскрыта или выполнена не по существу ранее поставленного вопроса.</p> <p>Реферат не сдан / доклад не сделан.</p>	неудовлетворительно

### Критерии оценивания тестов

Средство контроля	Критерии оценивания – процент положительных ответов	Шкала оценивания
Тестирование	90-100 %	отлично
	70-89 %	хорошо
	40-69 %	удовлетворительно
	< 39 %	неудовлетворительно

### 3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Средства оценивания в ходе промежуточной аттестации:

- вопросы к зачёту;
- практические задания (ситуационные задачи).

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>В результате освоения дисциплины студент должен:</p> <p><i>Знать:</i></p> <p>- основные закономерности роста и развития</p>

		<p>детского организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомио-физиологические особенности систем организма детей младшего школьного возраста;</li> <li>- гигиенические требования к организации образовательного процесса (расписание, режим дня, освещение, мебель);</li> <li>- основы профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать функциональное состояние и физическое развитие детей;</li> <li>- применять здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе;</li> <li>- отбирать адекватные возрасту физические упражнения для укрепления здоровья.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами анализа соответствия условий обучения гигиеническим нормативам;</li> <li>- навыками пропаганды здорового образа жизни среди обучающихся и их родителей.</li> </ul>
--	--	---

### 3.1 Вопросы к зачету

1. Дайте определение понятию «онтогенез». Назовите основные периоды онтогенеза человека.
2. Опишите особенности строения и функций нервной системы у детей раннего возраста.
3. Каковы возрастные особенности развития сердечно-сосудистой системы?
4. Перечислите этапы развития опорно-двигательного аппарата у детей и подростков.
5. Как изменяется дыхательная система в процессе взросления?
6. Охарактеризуйте особенности пищеварительной системы у детей.
7. Каковы возрастные особенности обмена веществ и энергии?
8. Опишите развитие эндокринной системы в подростковом возрасте.
9. Как формируется и изменяется иммунная система в онтогенезе?
10. Что такое акселерация и ретардация развития? Приведите примеры.
11. Назовите основные критерии оценки физического развития детей и подростков.
12. Какие показатели используются для комплексной оценки здоровья школьников?
13. Перечислите факторы, влияющие на формирование здоровья в детском и подростковом возрасте.
14. Каковы принципы рационального питания для разных возрастных групп?
15. Опишите влияние гиподинамии на развитие детского организма.
16. Каковы основные гигиенические требования к организации учебного процесса в школе?
17. Назовите причины и меры профилактики нарушений осанки и плоскостопия у детей.
18. Каковы особенности психофизиологического развития подростков?
19. Влияние учебной нагрузки на здоровье школьников: анализ и профилактика.
20. Каковы возрастные особенности адаптации к физическим нагрузкам?
21. Перечислите основные соматотипы и их характеристики у детей и подростков.

22. Какие методы используются для оценки функционального состояния организма школьников?
23. Опишите влияние экологических факторов на здоровье детей.
24. Каковы возрастные особенности терморегуляции у детей?
25. Назовите основные инфекционные заболевания, характерные для детского возраста, и меры их профилактики.
26. Каковы принципы закаливания и его значение для здоровья детей?
27. Влияние вредных привычек (курение, алкоголь) на развитие организма подростков.
28. Каковы особенности режима дня для детей разного возраста?
29. Перечислите основные показатели, используемые при оценке биологического возраста ребёнка.
30. Роль физической культуры и спорта в формировании культуры здоровья у детей и подростков.

### **3.2. Практические задания к зачету (ситуационные задачи / кейсы)**

**1. Задача.** В 7 классе ученик стал жаловаться на быструю утомляемость, головные боли и ухудшение зрения. При осмотре выявлено нарушение осанки. Задача. Проанализируйте возможные причины. Дайте рекомендации по организации рабочего места, режиму дня и профилактике нарушений.

**2. Задача.** Подросток 14 лет за лето вырос на 8 см, стал раздражительным, жалуется на боли в ногах по вечерам. Задача. Объясните физиологические причины состояния. Предложите рекомендации по физической активности и питанию.

**3. Задача.** Школьник 10 лет проводит за компьютером и телефоном более 4 часов в день, мало гуляет, часто перекусывает фастфудом. Задача. Оцените риски для здоровья. Разработайте программу коррекции образа жизни.

**4. Задача.** Ученица 9 класса готовится к экзаменам, спит по 5 часов, часто пропускает завтрак, жалуется на снижение памяти и внимания. Задача. Проанализируйте влияние режима дня и питания на когнитивные функции. Дайте рекомендации по оптимизации режима.

**5. Задача.** Ребёнок 6 лет часто болеет простудными заболеваниями, быстро устаёт на прогулках, предпочитает пассивные игры. Задача. Определите возможные причины снижения иммунитета. Предложите программу закаливания и повышения физической активности.

**6. Задача.** Подросток 15 лет жалуется на боли в области сердца после уроков физкультуры, избегает физических нагрузок. Задача. Проанализируйте возможные причины. Предложите алгоритм действий для родителей и учителя.

**7. Задача.** Ученик 3 класса носит рюкзак, масса которого превышает 30% его веса, жалуется на боли в спине. Задача. Оцените риски для опорно-двигательного аппарата. Дайте рекомендации по выбору и ношению рюкзака.

**8. Задача.** Девочка 12 лет резко похудела, ограничивает себя в еде, боится поправиться, стала замкнутой. Задача. Проанализируйте возможные риски для здоровья. Предложите меры психологической и медицинской поддержки.

**9. Задача.** Школьник 8 класса жалуется на ухудшение зрения, при этом читает лёжа и при плохом освещении. Задача. Объясните влияние зрительной нагрузки на развитие миопии. Предложите профилактические меры.

**10. Задача.** Ученик 5 класса часто опаздывает на уроки, не высыпается, утром вялый и раздражительный. Задача. Проанализируйте влияние режима сна на здоровье и успеваемость. Дайте рекомендации по организации режима дня.

**11. Задача «Выявление инфекционного больного».** У ученика утром поднялась температура, появилась сыпь на лице и туловище. Какое заболевание можно заподозрить? Каковы действия учителя? Нужно ли изолировать класс?

12. **Задача «Педикулёз в классе».** При плановом осмотре медсестра обнаружила гниды и вшей у трёх учеников. Что должна сделать медсестра? Каковы действия классного руководителя?

13. **Задача «Вакцинация».** Родители одного из учеников отказываются от прививок без медицинских противопоказаний. Какова позиция учителя? Какие документы регламентируют вакцинацию?

14. **Задача «Профилактика гриппа».** В классе несколько детей заболели ОРВИ. Какие мероприятия вы проведёте в классе? Что такое «карантин» и как он объявляется?

15. **Задача «Пищевое отравление».** После завтрака в школе несколько детей пожаловались на тошноту, боли в животе, у одного началась рвота. Ваши первые действия. Кому сообщить?

16. **Задача «Судорожный синдром».** У ребёнка на уроке внезапно начались генерализованные судороги с потерей сознания. Что вы должны сделать? Почему нельзя разжимать зубы и вставлять ложку?

17. **Задача «Аллергическая реакция».** После укуса осы у ученика появились отёк губ, затруднённое дыхание, крапивница. Ваши действия. Что такое анафилактический шок?

18. **Задача «Иммобилизация при переломе голени».** У ученика закрытый перелом большеберцовой кости со смещением. подручные средства – доски, линейки, бинты. Продемонстрируйте транспортную иммобилизацию.

19. **Задача «Правила вызова скорой помощи».** Ребёнок получил черепно-мозговую травму: потерял сознание на 2 минуты, сейчас тошнота, головокружение. Как правильно вызвать скорую помощь? Какую информацию сообщить?

20. **Задача «Профилактика травматизма на уроке физкультуры».** Перечислите не менее пяти мер, которые должен предусмотреть учитель для снижения риска травм. Какие медицинские противопоказания к занятиям бывают?

21. **Задача «Уход за лихорадящим ребёнком».** У ученика температура 39,5°C, озноб, холодные конечности. Можно ли дать жаропонижающее? Каковы правила физического охлаждения? Когда нужно вызывать скорую?

22. **Задача «Столбняк и укусы».** Ребёнок уколол ногой ржавый гвоздь на прогулке. Почему это опасно? Что нужно сделать в первые часы? Роль вакцинации.

23. **Задача «Синдром длительного сдавливания».** При обрушении конструкции у ребёнка придавлена нога (более 2 часов). После освобождения конечности – какова первая помощь? Почему нельзя накладывать жгут до освобождения?

24. **Задача «Психологическая поддержка».** В классе у ребёнка случился приступ эпилепсии. Одноклассники испугались. Какие действия учителя по организации помощи и нормализации обстановки?

25. **Задача «Взаимодействие с медработником».** Ученик принёс справку после пневмонии. Какие ограничения по физической нагрузке вам нужно уточнить у врача? Как долго действуют освобождения?

26. **Задача «Гигиена умственного труда».** Разработайте рекомендации для родителей по организации рабочего места первоклассника дома (освещение, поза, режим работы за компьютером).

27. **Задача «Формирование ЗОЖ».** Предложите тему классного часа для 3 класса о вреде энергетических напитков. Назовите три ключевых факта, которые нужно донести до детей.

28. **Задача «Закаливание».** Родители спрашивают, с каких методов закаливания можно начать для часто болеющего ребёнка 7 лет. Дайте обоснованные рекомендации (принципы, противопоказания).

29. **Задача «Профилактика сколиоза».** Какие упражнения и организационные моменты на уроке помогают профилактике нарушений осанки? Что не должен допускать учитель?

30. **Задача «Пищевые привычки».** Составьте примерное меню здорового завтрака для школьника и объясните, почему продукты должны содержать белки, сложные углеводы и витамины.

#### **4. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

##### **Шкала оценивания уровня сформированности компетенций – зачета**

Уровень освоения компетенций	Критерии оценивания	Оценка
Высокий (зачтено)	Обучающийся демонстрирует системные знания по всем разделам дисциплины, свободно владеет алгоритмами оказания первой помощи, правильно решает ситуационные задачи, аргументирует свои действия. Ответ полный, логичный, без ошибок.	зачтено
Базовый (зачтено)	Обучающийся знает основной теоретический материал, в целом верно выполняет практические задания, но допускает незначительные неточности (например, в последовательности действий или трактовке терминов). При наводящих вопросах исправляет ошибки.	зачтено
Пороговый (зачтено)	Обучающийся демонстрирует минимально достаточные знания основного материала, испытывает затруднения при решении ситуационных задач, но с помощью преподавателя (экзаменатора) справляется с большинством заданий. Допускает ошибки, не имеющие принципиального характера для безопасности.	зачтено
Неудовлетворительный (не зачтено)	Обучающийся не знает ключевых разделов дисциплины, не может назвать алгоритмы первой помощи, не справляется с решением практических задач. Демонстрирует отсутствие готовности к обеспечению безопасных условий жизнедеятельности.	не зачтено

Текущий контроль и промежуточная аттестация осуществляются в соответствии с «Положением о текущей и промежуточной аттестации обучающихся в Автономной некоммерческой организации «Образовательная организация высшего образования» «Университет экономики и управления».

Вид промежуточной аттестации – зачет.

Форма проведения промежуточной аттестации – устный зачет.