

Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
«Мамадышский политехнический колледж»»

УТВЕРЖДАЮ

заместитель директора по ТО

 А.Д.Ахметшина

«02» 09. 2024г

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

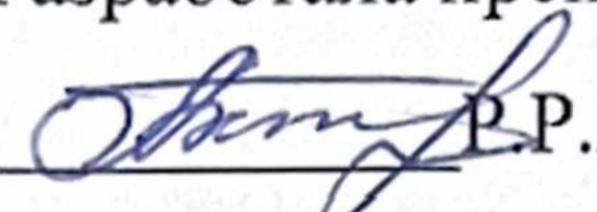
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
по дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Мамадыш
2024г.

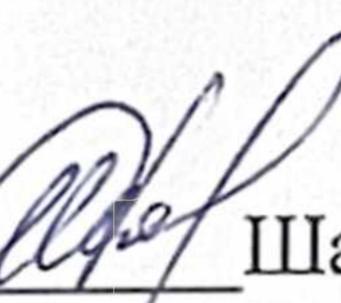
Фонд оценочных средств разработан на основе рабочей программы учебной дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена_в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности по специальности 49.02.01 Физическая культура

(утв. приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ №1568 от 9 декабря 2016 г.)

Обсуждена и одобрена на заседании
цикловой методической комиссии
общепрофессиональных дисциплин

Разработала преподаватель:
 Р.Р.Ахтямова

Протокол № 1
«28» 08 2024г.

Председатель ПЦК  Шамсутдинова В.В.

Содержание

1	4
Паспорт фонда оценочных средств	4
1.1	4
Область применения фонда оценочных средств	4
1.2	4
Требования к результатам освоения дисциплины	4
2	5
Результаты освоения дисциплины	5
3	6
Фонд оценочных средств	6
3.1	6
Текущий контроль успеваемости	6
3.2	12
Промежуточная аттестация	12

1 Паспорт фонда оценочных средств 1.1 Область применения фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств разработан в соответствии с требованиями ФГОС СПО 49.02.01 «Физическая культура», учебным планом, рабочей программой дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Фонд оценочных средств предназначен для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям образовательной программы среднего профессионального образования 49.02.01 «Физическая культура». ФОС включает в себя контрольно-оценочные материалы, которые позволяют оценить общие и профессиональные компетенции, умения, знания.

1.2 Требования к результатам освоения дисциплины

Фонд оценочных средств позволяет оценить достижения запланированных результатов обучения по дисциплине ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины.

Рабочей программой дисциплины ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена предусмотрено формирование следующих компетенций:

ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ЛР 2: Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками

ЛР 4: Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни. Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа»

ЛР 9: Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ,

азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

ЛР 14 Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения

ЛР 15 Проявляющий активную позицию в развитии физической культуры и спорта, участвующий в деятельности Студенческого спортивного клуба, волонтерском движении в области физической культуры и спорта и других объединениях, а также мероприятиях, деятельность которых ориентирована на развитие и популяризацию физической культуры и спорта

2 Результаты освоения дисциплины

Основные показатели и критерии оценки результата сформированности компетенций и результата обучения представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты освоения (объекты оценивания)	Основные показатели оценки результата	Критерии оценки результата	Тип задания	Форма аттестации (в соответствии с учебным планом)
OK 01.; OK 02.; OK 08.; ЛР 2; ЛР 4; ЛР 9; ЛР 14; ЛР 15	<p>-Демонстрирует топографическое расположение и строение органов и частей тела на манежах и таблицах; -Называет места расположения органов и частей тела;</p> <p>-Называет элементы строения органов и частей тела;</p> <p>-Показывает по возможности на собственном теле.</p> <p>-Понимает необходимость этих знаний при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; - Приводит примеры возможного использования знаний по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности</p> <p>-Подразделяет факторы внешней среды на положительно влияющие на функционирование и развитие органов человека в детском и подростковом возрасте и оказывающие отрицательное воздействие на организм;</p> <p>-Называет эти факторы; -Демонстрирует готовность использовать положительные факторы с целью улучшения развития органов человека в детском и подростковом возрасте, использовать здравосберегающие технологии;</p> <p>-Понимает необходимость и значимость мероприятий по профилактике заболеваний детей;</p> <p>-Готов проводить разъяснительную</p>	<ul style="list-style-type: none"> - основные положения и терминология анатомии, физиологии и гигиены человека; - основные закономерности роста и развития организма человека; - строение и функции систем органов здорового человека; - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; - возрастные анатомо-физиологические особенности детей; - влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение; - основы гигиены детей; - гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; - основы профилактики инфекционных заболеваний; - гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещениям дошкольного образовательного 	<p>практическая работа (комплексы упражнений, контрольные нормативы); темы докладов (сообщений) для самостоятельной проработки; тест.</p>	<p>Другие формы контроля (4 семестр) Экзамен (5 семестр)</p>

	<p>работу</p> <p>-Понимание необходимости и значимости соблюдения гигиенических требований в кабинете при организации обучения младших школьников;</p> <p>-Готовность соблюдать гигиенические правила и нормы: Правила проветривания помещений. Правила расстановки мебели. Правила подбора мебели и рассаживания детей. Гигиенические требования к освещенности.</p> <p>-Оценка соблюдаемых гигиенических требований в кабинете при организации обучения</p>	учреждения.		
--	---	-------------	--	--

3 Фонд оценочных средств

3.1 Текущий контроль успеваемости

Текущий контроль проводится с целью установления соответствия достижений, обучающихся требованиям образовательной программы к результатам обучения и формирования компетенций, обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающихся. Текущий контроль успеваемости осуществляется в ходе повседневной учебной работы по учебному предмету. Практические и тестовые задания представлены в качестве демонстрационного варианта

Перечень оценочных средств			
№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Тест	Форма контроля, направленная на проверку уровня освоения контролируемого теоретического материала по дидактическим единицам учебного предмета (терминологический аппарат, основные методы, информационные технологии, приемы, документы)	Тестовые задания по темам учебного предмета
2	Вопросы для обсуждения (собеседования) на занятиях	Вопросы для обсуждения, необходимые для контроля усвоения теоретических знаний. Используется при проведении фронтального опроса по темам учебного предмета.	Перечень вопросов для обсуждения по темам учебного предмета
3	Рекомендуемые темы докладов (сообщений)	Необходимы для подготовки и публичного представления по выбранной теме.	Темы для подготовки докладов (сообщений)

Критерии и шкалы оценивания в результате изучения учебного предмета при проведении текущего контроля

Шкалы оценивания	Критерии оценивания письменных, комбинированных и устных заданий (за исключением тестовых заданий)
«отлично»	Обучающийся правильно ответил на теоретические вопросы. Показал отличные знания в рамках учебного материала. Показал отличные умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при выполнении упражнений, иных заданий. Ответил на все дополнительные вопросы
«хорошо»	Обучающийся с небольшими неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал хорошие знания в рамках учебного материала, умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при выполнении упражнений, иных заданий. Ответил на большинство дополнительных вопросов.
«удовлетворительно»	Обучающийся с существенными неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал удовлетворительные знания в рамках учебного материала. Показал удовлетворительные знания в рамках учебного материала, умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при выполнении упражнений, иных заданий. Допустил много неточностей при ответе на дополнительные вопросы
«неудовлетворительно»	Обучающийся при ответе на теоретические вопросы продемонстрировал недостаточный уровень знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов.

Критерии оценивания тестовых заданий

«отлично»	85% - 100 %
«хорошо»	65% - 85%
«удовлетворительно»	50% - 65%
«неудовлетворительно»	менее 50%

Тестовые задания (демонстрационный вариант)

I вариант

- Перечислите функции крови.
- Указать название органа, который выполняет ту или иную функцию.

Функции	Орган
А) закрывает вход в гортань	
Б) обеспечивает газообмен	
В) защищает гортань спереди	
Г) дыхательная трубка, проводит воздух	
Д) образование речи, звука	
Е) согревание и увлажнение воздуха	

3. Решите тест.

Что относится 1) к эритроцитам

2) к плазме

3) к лимфе?

А) свертывание крови Б) образование антител

В) фагоцитоз

Г) транспорт кислорода Д) поддержание постоянства состава Е)

транспорт углекислого газа Ж) образование лимфоцитов

3) связь между клетками, транспорт растворенных веществ

4. Выполните ранжирование. Расставьте по порядку то, что относится к большому кругу кровообращения:

А) левое предсердие Б) левый желудочек

В) аорта

Г) легочные вены Д)

легочная артерия Е)

верхняя полая вена Ж)

нижняя полая вена З)

правое предсердие И)

правый желудочек К)

сонная артерия Л)

легочный ствол

5. Решите задачу: Спортсмен, пробегает 5 км за 815 сек.

Сколько крови перекачало сердце за это время, если оно сокращалось 150 раз в минуту, выбрасывая каждый раз 150 см^3 крови.

II вариант

Перечислите виды иммунитета.

2. Указать название органа, который выполняет ту или иную функцию.

Функции	Орган
А) закрывает вход в гортань	
Б) обеспечивает газообмен	
В) защищает гортань спереди	
Г) дыхательная трубка, проводит воздух	
Д) образование речи, звука	
Е) согревание и увлажнение воздуха	

3. Решите тест.

Что относится

1) к лейкоцитам

2) к тромбоцитам

3) к тканевой жидкости?

А) к

р

о

в

и

Б

)

о

б

р

а

4. Выполните ранжирование. Расставьте по порядку то, что относится к малому кругу кровообращения:

- А) левое предсердие
- Б) левый желудочек
- В) аорта
- Г) легочные вены Д)
- легочная артерия Е)
- верхняя полая вена Ж)
- нижняя полая вена
- З) правое предсердие
- И) правый желудочек
- К) сонная артерия Л)
- легочный ствол

5. Решите задачу: В течение 1 минуты через печень протекает 1,5 л крови. Рассчитайте, сколько раз кровь проходит через печень в течение суток (если кровь составляет 8 % от массы тела (в среднем 75 кг)).

Каждое задание контрольной работы оценивается в баллах

№ задания	Оценка в баллах
1	0, 1,2,3,4,5
2	0, 1, 2,3,4,5,6
3	0, 1, 2,3,4,5,6
4	0, 1, 2,3,4,5
5	0, 1, 2,3,4,5

Максимальное количество баллов - 27 баллов

3.2 Промежуточная аттестация

Учебным планом специальности 49.02.01 Физическая культура по учебной дисциплине ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена предусмотрен на третьем курсе в пятом семестре экзамен.

Тестовые задания для проведения среза знаний по ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

1. **Что означает слово «анатомия»**

- А) Рассекаю Б)
- Природа
- В)
- Здоровье Г)
- Душа

2. **Основной структурной единицей всех живых организмов является...**

- А)
- ДНК Б)
- Клетка
- В) Орган
- Г) Органоид

3. **Ученый -создатель современной анатомии.**

- А)
- Герофил Б)
- Гиппократ
- В)
- Везалий Г)
- Павлов

В) Эндоплазматическая сеть шероховатая Г) Митохондрии

5. **К соединительной ткани относятся:**

А) Мышечная Б) Нервная

В) Эпителиальная Г) Костная

6. **Две системы управления организмом человека:**

А) Нервная и Эндокринная системы Б) Нервная и Кровеносная системы

В) Нервная и Пищеварительная системы

Г) Нервная и Опорно-двигательная системы

7. **Серое вещество нервной системы это:**

А) Совокупность глиальных клеток

Б) Совокупность аксонов в миелиновой оболочке

В) Совокупность дендритов

Г) Совокупность тел нервных клеток и дендритов

8. **Белое вещество нервной системы это:**

А) Совокупность аксонов в миелиновой оболочке Б) Совокупность дендритов

В) Совокупность глиальных клеток

Г) Совокупность тел нервных клеток и дендритов

9. **Серое вещество в спинном мозге:**

А) имеет форму бабочки на срезе

Б) оформлено в виде слоев нервных клеток

В) располагается в виде ядер

Г) оформлено в виде слоев нервных клеток и располагается в виде ядер

10. **Серое вещество в стволе головного мозга:**

А) имеет форму бабочки на срезе Б) располагается в виде ядер

В) оформлено в виде слоев нервных клеток

Г) оформлено в виде слоев нервных клеток и располагается в виде ядер

11. **Серое вещество в коре больших полушарий головного мозга:**

А) имеет форму бабочки на срезе Б) располагается в виде ядер

В) оформлено в виде слоев нервных клеток

Г) оформлено в виде слоев нервных клеток и располагается в виде ядер

12. **Серое вещество в мозжечке:**

А) имеет форму бабочки на срезе Б) располагается в виде ядер

В) оформлено в виде слоев нервных клеток

Г) оформлено в виде слоев нервных клеток и располагается в виде ядер

13. **Несовершенство мелкой моторики пальцев рук дошкольника связано с незрелостью**

ядер:

А) Продолговатого мозга Б) Спинного мозга

В) Среднего мозга

Г) Промежуточного мозга

14. **Центры условных рефлексов располагаются:**

А) В среднем мозге Б) В спинном мозге

В) В продолговатом мозге Г) В больших полушариях

15. Двигательный центр речи находится :

- A) В мозжечке
- Б) В левом полушарии головного мозга
- В) В правом полушарии головного мозга Г)
- Г) спинном мозге

16. Выберите игру для ребенка с сильным неуравновешенным типом нервной системы:

- A) шахматы Б) эстафета
- В) конструктор Г) путаница

17. Выберите для ребенка со слабым типом нервной системы игру:

- A) шахматы Б) конструктор
- В) эстафета Г) путаница

18. Рецепторы зрительного анализатора:

- A) Свободные нервные окончания Б) Тельца Мейсснера и Руффини
- В) Колба Краузе и тельце Пачини Г) Палочки и колбочки

19. Рецепторы слухового анализатора:

- A) Свободные нервные окончания Б) Тельца Мейсснера и Руффини
- В) Волосковые клетки

Г) Колба Краузе и тельце Пачини

20. Заболевание среднего уха - средний отит, чаще встречается у дошкольников так

как

- A) дети много времени проводят на свежем воздухе
- Б) детям чаще попадает вода в уши при водных процедурах
- В) дети чаще засовывают мелкие предметы в слуховой проход
- Г) евстахиева труба у детей относительно широкая, короткая и прямая

Вопросы к экзамену

1. Предмет возрастной физиологии и психологии (ВФиП). Значение ВФиП для психологии, педагогики, методики преподавания биологии. Содержание ВФиП. ВФиП - научная основа гигиены.

2. Кривая роста человека. Пренатальный и постнатальный рост, рост различных тканей и частей тела человека.

- 3. Пубертатный скачок роста.
- 4. Определение возраста по степени развития и понятие физиологической зрелости.
- 5. Гормональные факторы регулирующие рост.
- 6. Генетические и средовые факторы регулирующие рост.
- 7. Акселерация.
- 8. Общие закономерности роста и развития: системогенез, гетерохронность.
- 9. Возрастная характеристика периодов онтогенеза - период новорожденности и грудной возраст.

- 10. Раннее детство.
- 11. Период дошкольного возраста.
- 12. Период младшего школьного возраста.
- 13. Подростковый период, юношеский период.
- 14. Возрастные изменения свойств нервных волокон в связи с их миелинизацией.
- 15. Формирование синапсов в онтогенезе.

16. Спинной мозг, возрастные особенности.
17. Подкорковые отделы головного мозга, возрастные особенности.
18. Структурно-функциональная организация коры головного мозга, возрастные особенности.

(Сенсорные, моторные и ассоциативные области коры больших полушарий).

19. Развитие коры больших полушарий.
20. Возрастные особенности энцефалограммы детей и подростков.
21. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения в ЦНС.
22. Иррадиация и концентрация возбуждения, торможение, индукция.
23. Доминанта - основа внимания. Возрастные особенности формирования доминанты.
24. Возрастные особенности вегетативной нервной системы.
25. Эндокринная система: строение, функции, нарушения развития в онтогенезе, их профилактика.
26. Щитовидная железа, строение, функции, нарушения развития в онтогенезе, их профилактика.
27. Вилочкова железа, строение, функции, нарушения развития в онтогенезе, их профилактика.
28. Поджелудочная железа, строение, функции, нарушения развития в онтогенезе, их профилактика.

профилактика.

29. Надпочечники, строение, функции, нарушения развития в онтогенезе, их профилактика.
30. Гипофиз, строение, функции, нарушения развития в онтогенезе, их профилактика.
31. Гипоталамо-гипофизарная система регуляции функций организма.
32. Сенсорные системы, их развитие. Влияние сенсорной депривации и сенсорнообогащенной среды на развитие ЦНС и ВНД ребенка.

33. Возрастные особенности зрительного анализатора.
34. Понятие о рефракции, аккомодации, конвергенции. Аномалии рефракции. Близорукость, механизм развития, ее причины. Астигматизм. Бинокулярное зрение, его нарушения.
35. Профилактика нарушений зрения. Гигиена чтения и письма. Офтальмопрепаратор.
36. Гигиенические требования к естественному и искусственному освещению учебных помещений. Значение света для растущего организма.

37. Слуховой анализатор, строение. Акустические свойства уха. Возрастные особенности слухового анализатора.

38. Нарушения слуха, профилактика.
39. Возрастные особенности двигательного (кинетического анализатора)
40. Возрастные особенности вкусового, обонятельного и кожного анализаторов.
41. Возрастные особенности системы крови.
42. Возрастные особенности системы кровообращения.
43. Проблема сердечно-сосудистых заболеваний.
44. Анатомо-физиологические особенности органов дыхания у детей и подростков.
45. Пищеварение в ротовой полости (возрастные особенности).
46. Пищеварение в желудке (возрастные особенности).
47. Роль печени и поджелудочной железы в пищеварении (возрастные особенности).
48. Всасывание и моторная функция кишечника (возрастные особенности).
49. Возрастные особенности обмена веществ и энергии.
50. Возрастные особенности потребления белков, жиров, углеводов, воды, минеральных солей, витаминов.

51. Понятие о сбалансированном питании.
52. Концепция адекватного питания.
53. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.
54. Осанка, ее формирование.
55. Нарушение осанки, профилактика.
56. Правильная посадка, ее физиологическое обоснование.

57. Важнейшие закономерности условно-рефлекторной деятельности. Специфические особенности ВНД человека. (Безусловные и условные рефлексы. Классификация рефлексов. Условные рефлексы высшего порядка).

58. Торможение условных рефлексов. Безусловное торможение и особенности его проявления у школьников. Условное торможение, его виды. Особенности условного торможения у школьников. Условное торможение - физиологическая основа воспитания.

59. Типы ВНД, формирование типов ВНД у детей.

60. Нейрофизиологические механизмы мотиваций и эмоций.

61. Возрастные проявления эмоций.

62. Нейрофизиологические основы внимания и памяти. Кратковременная, долговременная память.

63. Динамический стереотип как основа привычек и навыков, как физиологическая основа режима дня. Механизм формирования динамического стереотипа и роль в процессе обучения биологии.

64. Физиология речи и речеобразования. Локализация центра речи в больших полушариях.

65. Центр речи. Афазия Брока, афазия Вернике.

66. Развитие речи у ребенка.

67. Нарушение речи у детей (алалия, дислалия, косноязычие, заикание, логоневроз).

68. Нейрофизиологические основы мышления.

69. Особенности условнорефлекторной деятельности от рождения до 7 лет.

70. Высшая нервная деятельность детей школьного возраста.

71. Биологические ритмы активности организма, виды биологических ритмов.

72. Биоритмы и работоспособность детей и подростков.

73. Гигиенические требования к режиму дня школьников.

74. Изменение работоспособности у учащихся в процессе учебной деятельности.

Понятие об утомлении и переутомлении. Фазы утомления. Переутомление и его профилактика.

75. Гигиена учебного процесса в общеобразовательной школе. Гигиенические требования к расписанию уроков.

76. Домашний режим школьника, его значение и физиологические основы. Гигиенические требования к приготовлению домашних заданий.

Критерии оценки:

Отметка «5» ставится, если ответ обучающемуся полностью раскрывает вопрос, не допускает ошибок и неточностей; демонстрирует гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; готовность к служению Отечеству, его защите;

Отметка «4» ставится, если ответ студента полный, но в ответе студент допускает отдельные неточности в изложении материала или допускает 2-3 ошибки в изложении фактического материала; незначительно нарушает логику изложения материала;

Отметка «3» ставится, если ответ студента неполный, поверхностный; при этом в ответе студент допускает неточности (более 5) или ошибки (более 3) в изложении материала, отдельные нарушения логики изложения материала; неполноту раскрытия вопроса;

Отметка «2» ставится, если в ответе студент допускает большое количество неточностей и ошибок в изложении материала, не раскрывает сущность вопроса.