

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.09.2025 17:19:20  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b5559f6041

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

**«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»  
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)**

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕН на  
заседании кафедры  
современных оздоровительных технологий и  
адаптивной физической культуры  
Протокол № 7 от «26» февраля 2025г.  
Зав. кафедрой Семенова С.А.



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по учебной дисциплине

**Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья**

**Направление подготовки**  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

**Профиль:**  
Физическая культура и дополнительное образование

**Квалификация**  
Бакалавр

**Форма обучения**  
Очная

Москва  
2025 г.

## Содержание

|                                                                                                                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....                                                                                                           | 3  |
| 2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....                                                                                           | 3  |
| 3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы..... | 5  |
| 4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....                                                    | 10 |

**1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

| <b>Код и наименование компетенций</b>                                                                                        | <b>Этапы формирования</b>                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| ПК-7. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности. | 1.Работа на учебных занятиях<br>2.Самостоятельная работа |

**2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах формирования, описание шкал оценивания**

| Оцениваемые компетенции | Уровень сформированности | Этапы сформированности                                        | Описание показателей                                                                                                                                                                                                                                                            | Критерии оценивания                              | Шкала оценивания                                                                                         |
|-------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ПК-7</b>             | Пороговый                | 1.Работа на учебных занятиях<br><br>2.Самостоятельная работа. | <b>Знать:</b><br>-меры профилактики детского травматизма;<br>- факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физической культуре;<br>- физиологические основы здоровья сбережения в процессе физкультурно-спортивной деятельности               | Устный опрос, лабораторная работа,               | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания лабораторной работы                                  |
|                         | Продвинутый              | 1.Работа на учебных занятиях<br><br>2.Самостоятельная работа. | Уметь<br>- планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма в процессе занятий физической культурой;<br><br>- оценивать подбор средств для занятий физической культурой в соответствии с возрастными особенностями развития индивида | Устный опрос, лабораторная работа, тестирование, | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания лабораторной работы<br>Шкала оценивания тестирования |

## Описание шкал оценивания

### Шкала оценивания устного опроса

| Критерии                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Количество баллов   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| высокая активность студента на занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.                           | <b>20-40 баллов</b> |
| участие в работе на практических занятиях, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения. | <b>10-19 баллов</b> |
| низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.                                                                                                                                                  | <b>0-9 баллов</b>   |
| отсутствие активности на практических занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.                                                                                                                                                                                                 | <b>0 - балл</b>     |

### Шкала оценивания тестирования

| Количество правильных ответов в % | Количество баллов |
|-----------------------------------|-------------------|
| 1-10                              | 1                 |
| 11-20                             | 2                 |
| 21-30                             | 3                 |
| 31-40                             | 4                 |
| 41-50                             | 5                 |
| 51-60                             | 6                 |
| 61-70                             | 7                 |
| 71-80                             | 8                 |
| 81-90                             | 9                 |
| 91-100                            | 10                |

### Шкала оценивания лабораторной работы

| Критерии              | Количество баллов  |
|-----------------------|--------------------|
| выполнено без ошибок. | <b>8-10 баллов</b> |

|                                                   |                   |
|---------------------------------------------------|-------------------|
| выполнено с одной ошибкой.                        | <b>4-7 баллов</b> |
| выполнено с двумя и более существенными ошибками. | <b>1-3 балла</b>  |
| не выполнено                                      | <b>0 баллов</b>   |

**3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### **Примерный список вопросов для устного опроса**

**Тема 1. Клетка. Строение и жизненный цикл. Учение о тканях. Эпителиальные, мышечные, соединительные и нервная ткани. Органы и системы органов.**

#### ***Вопросы к практическому занятию***

1. Определение понятия «клетка».
2. Строение клетки.
3. Функции клетки.
4. Химический состав клетки.
5. Жизненный цикл клетки.
6. Возбудимые клетки.
7. Ткани, определение и классификация.
8. Эпителиальная ткань положение, строение, функции, свойства.
9. Соединительная ткань положение, строение, функции, свойства.
10. Мышечная ткань положение, строение, функции, свойства.
11. Нервная ткань положение, строение, функции, свойства

## **ПРИМЕР ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ**

### **Лабораторная работа**

**тема:** Нервная система.

**Цель:** Изучить анатомо-функциональные особенности нервной системы

**Оборудование:** таблицы, рисунки.

#### ***Ход работы:***

1. Рассмотреть таблицы отражающие строение нервной системы
2. Изучить анатомо-функциональные особенности нервной системы.
3. Изучить строения нервной ткани на микроскопических препаратах
4. Зарисовать строение нейтронов

5. Зарисовать схему рефлекторной дуги

### **ПРИМЕР ВОПРОСОВ ДЛЯ ТЕСТИРОВАНИЯ**

#### **«Анатомия органов систем исполнения движений человека»**

1. Анатомические термины для обозначения частей верхних и нижних конечностей

- а) проксимальный и дистальный,
- б) латеральный и медиальный,
- в) вентральный и дорсальный,
- г) каудальный и краниальный.

2. Плоскость, которая делит тело на передний и задний отделы

- а) сагиттальная,
- б) фронтальная,
- в) горизонтальная,
- г) перпендикулярная.

3. Эпифиз образован ... костным веществом

- а) компактным,
- б) волокнистым,
- в) губчатым,
- г) диплоэ.

4. Сократительный элемент мышечной ткани

- а) саркоlemma,
- б) эндомиоцит,
- в) ядра,
- г) миофибриллы.

5. Белки миофибрилл - это

- а) фибриноген, фибрин,
- б) альбумин, глобулин,
- в) актин, миозин,
- г) гемоглобин, оксигемоглобин.

6. Желтый костный мозг находится в

- а) позвонках,
- б) диафизах,
- в) грудине,
- г) эпифизах.

7. Эпифизы и диафиз - это части ... кости

- а) плоской,
- б) смешанной,
- в) трубчатой,
- г) губчатой.

8. Трубчатая кость растет в толщину за счет

- а) надкостницы,
- б) компактного вещества,
- в) трабекул,
- г) гиалинового хряща.

9. Трубчатая кость растет в длину за счет

- а) надкостницы,
- б) губчатого вещества,
- в) костных каналов,
- г) эпифизарного хряща.

10. Прерывные соединения костей - это

- а) фиброзные,
- б) диартрозы,
- в) синхондрозы,
- г) синостозы.

### **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ**

1. Предмет, задачи и методы изучения анатомии.
2. История развития анатомии.
3. Клеточное строение организма человека.
4. Основные типы межклеточных соединений, определяющие свойства тканей человека.
5. Основные виды тканей организма человека.
6. Топография, строение и функции эпителиальной, соединительной, нервной-мышечной тканей.
7. Кровь и лимфа. Особенности состава межклеточного вещества.
8. Особенности строения хрящевой ткани. Основные виды и свойства хрящевой ткани.
9. Особенности строения костной ткани.
10. Форма и строение костей. Общий план строения скелета.
11. Основные типы межкостных соединений и их характеристика.
12. Строение и классификация суставов.
13. Влияние физической культуры и спорта на формирование и функции суставов человека.
14. Строение позвонков. Особенности строения позвонков в различных отделах позвоночного столба.
15. Общий план строения позвоночника, объем движений, формирование изгибов.
16. Особенности грудных, шейных и поясничных позвонков.
17. Особенности строения крестца и копчика.
18. Строение грудной клетки.
19. Межкостные соединения грудной клетки.
20. Возрастные и половые особенности строения позвоночного столба.
21. Влияние физической культуры и спорта на формирование и отделы черепа человека и их функциональная характеристика.
22. Кости мозгового отдела черепа. Топография, особенности строения костей и межкостных соединений.
23. Кости лицевого отдела черепа. Топография, особенности строения костей и межкостных соединений.

24. Характеристика межкостных соединений черепа, их возрастные особенности.
25. Скелет свободной верхней конечности: строение, функция.
26. Кости и соединения костей плечевого пояса: строение, виды и объем движений.
27. Суставы верхней конечности. Строение, виды и объем движений.
28. Скелет свободной нижней конечности: строение, функция, развитие.
29. Кости таза и их соединения. Таз в целом. Особенности мужского и женского таза.
30. Суставы нижней конечности. Строение, виды и объем движений.
31. Мышца как орган. Строение и классификация мышц.
32. Вспомогательные аппараты мышц.
33. Мимические мышцы: топография, строение, функции.
34. Жевательные мышцы: топография, строение, функции.
35. Мышцы и фасции спины: топография, строение, функции.
36. Мышцы и фасции груди: строение, функции.
37. Мышцы и фасции брюшной стенки: топография, строение, функции.
38. Мышцы и фасции шеи: топография, строение, функции.
39. Диафрагма: строение и функции.
40. Мышцы и фасции плечевого пояса: топография, строение, функции.
41. Мышцы и фасции плеча: топография, строение, функции.
42. Мышцы и фасции предплечья: топография, строение, функции.
43. Мышцы и фасции бедра: топография, строение, функции.
44. Мышцы и фасции голени: топография, строение, функции.
45. Мышцы и фасции стопы: топография, строение, функции.
46. Системы внутренних органов, их функциональное значение. Типы органов.
47. Пищеварительная система: функциональное значение, отделы.
48. Зубы: строение, отличия резцов, клыков, малых и больших коренных зубов.  
Язык: топография, строение слизистой оболочки и мышц.
49. Слюнные железы: топография, классификация, строение.
50. Желудок: части, топография, строение, функциональное значение.
51. Двенадцатиперстная кишка: части, топография, строение, функциональное значение.
52. Тонкая кишка: отделы, топография, строение, функциональное значение.
53. Толстая кишка: отделы, топография, строение, функциональное значение.
54. Печень: топография, строение, функциональное значение.
55. Желчный пузырь: топография, строение, функциональное значение.
56. Поджелудочная железа: топография, строение, функциональное значение.
57. Дыхательная система: функциональное значение, отделы.
58. Наружный нос и полость носа: носовые ходы, пазухи носа.
59. Гортань: топография, строение, функциональное значение.
60. Трахея и бронхи: топография, строение, функциональное значение.
61. Легкие: топография, строение, функциональное значение.
62. Почка: топография, строение, функциональное значение.
63. Внутреннее строение почки. Нефрон.

64. Мочеточник: части, топография, строение, функциональное значение.
65. Мочевой пузырь: топография, строение, функциональное значение.
66. Половые железы: топография, строение, функциональное значение.
67. Женские половые органы: топография, строение, функциональное значение.
68. Железы внутренней секреции
69. Гипофиз: топография, строение, функциональное значение.
70. Щитовидная железа: топография, строение, функциональное значение.
71. Надпочечники: топография, строение, функциональное значение.
72. Паращитовидные железы: топография, строение, функциональное значение.
73. Сердечно-сосудистая система: роль в организме, отделы. Круги кровообращения.
74. Сердце: топография, строение, функциональное значение.
75. Сосуды кровеносной системы: классификация, строение.
76. Артерии и вены малого круга кровообращения.
77. Наиболее крупные артерии и вены большого круга кровообращения.
78. Лимфоидная система: функции, морфофункциональные особенности, структурные звенья.
79. Красный костный мозг: топография, строение, функциональное значение.
80. Вилочковая железа: топография, строение, функциональное значение.
81. Селезенка: топография, строение, функциональное значение.
82. Периферические органы лимфоидной системы: миндалины, лимфатические узлы.
83. Нервная система: роль в организме. Отделы нервной системы человека, их общая характеристика.
84. Структурно-функциональные элементы нервной системы. Нейроны: строение, классификация по форме и функции.
85. Спинной мозг: внешнее строение, топография.
86. Спинной мозг: строение серого и белого вещества. Понятие о сегментарном аппарате спинного мозга.
87. Мозг: топография, строение, функциональное значение.
88. Средний мозг: топография, строение, функциональное значение.
89. Промежуточный мозг: топография, строение, функциональное значение.
90. Мозжечок: топография, строение, функциональное значение.
91. Строение коры полушарий большого мозга.
92. Вегетативная (автономная) нервная система: отделы, функциональное значение.
93. Органы чувств, как периферические отделы анализаторов, их классификация и общая характеристика.
94. Орган зрения: топография, строение.
95. Орган вкуса: топография, строение.
96. Орган слуха: топография, строение.
97. Общий покров тела. Кожа: функции, строение.
98. Железы кожи. Потовые железы: виды, строение. Сальные железы: строение, локализация.
99. Молочная железа: топография, строение, функциональное назначение

#### 4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Формами текущего контроля являются устный опрос на практическом занятии, лабораторная работа, тестирование.

Общее количество баллов по дисциплине – 100 баллов.

Максимальное количество баллов, которое может набрать студент в течение семестра за текущий контроль, равняется 60 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на экзамене, равняется 40 баллам.

Формой промежуточной аттестации является экзамен.

Экзамен проходит в форме устного собеседования по вопросам, отраженным в билете.

##### Шкала оценивания экзамена

| Критерии                                                                                                                                             | Количество баллов   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| Ответ правильный, полный, допускаются мелкие неточности, не влияющие на существо ответа.                                                             | <b>20-40 баллов</b> |
| Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно. | <b>10-19 баллов</b> |
| Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов. | <b>0-9 баллов</b>   |
| Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано.                                                                                | <b>0 балла</b>      |

##### Итоговая шкала выставления оценки по дисциплине

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение всего срока освоения дисциплины, а также баллы на промежуточной аттестации.

| Баллы, полученные обучающимися в течение освоения дисциплины | Оценка по дисциплине |
|--------------------------------------------------------------|----------------------|
| 81 – 100                                                     | отлично              |
| 61 – 80                                                      | хорошо               |
| 41 – 60                                                      | удовлетворительно    |
| 0 – 40                                                       | неудовлетворительно  |