Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Рабочая программа дисциплины

Возрастная анатомия, физиология, гигиена

Направление подготовки	**История**
Код	46.03.01
Направленность (профиль)	Социокультурная история
Квалификация выпускника	Бакалавр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 026443C200E0B15FBB4FC3DAFEDBC09294
Владелец: МАНЮШИС АЛЬГИРДАС ЮОЗО
Действителен: с 03.09.2024 до 03.12.2025

Москва
2025

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Самоорганизация и саморазвитие	УК-7

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Анализирует и критически осмысляет влияние образа жизни на показатели здоровья и физическую подготовленность человека, в том числе собственных. УК-7.2 Свободно ориентируется в нормах здорового образа жизни, здоровьесберегающих технологиях, методах и средствах поддержания уровня физической подготовленности. УК-7.3 Адекватно выбирает методы и средства физической культуры и спорта для поддержания собственного уровня физической подготовленности, восстановления работоспособности в условиях повышенного нервного напряжения, для коррекции собственного здоровья УК-7.4 Имеет представление о рациональных способах и приемах профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервноэмоционального утомления на рабочем месте

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-7		
	- ценности, функции физической культуры и спорта. - роль физической культуры и спорта в развитии общества. - методы и средства	- планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия. - применять различные системы упражнений с целью совершенствования	- принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и

	физической культуры и спорта. - принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья. - методы сохранения и укрепления здоровья	физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья. - использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни	спортом; в том числе оздоровительной физической культурой. - способами и средствами организации здорового образа жизни. - навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.

4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология, гигиена» относится к обязательной части учебного плана ОПОП. Дисциплина находится в логической и содержательно-методической взаимосвязи с такими дисциплинами, как: «Педагогика и методика обучения истории и обществознанию», «Коммуникативный практикум», «Русский язык и культура речи», «Психолого-педагогические основы образовательной деятельности».

Изучение дисциплины позволит обучающимся реализовывать профессиональные компетенции в профессиональной деятельности.

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: педагогического, научно-исследовательского и культурно-просветительского.

Профиль (направленность) программы установлена путем её ориентации на сферу профессиональной деятельности выпускников: Социокультурная история.

5. Объем дисциплины

Виды учебной работы	**Очно-заочная**
Общая трудоемкость: зачетные единицы/часы	2/72
Контактная работа:	
Занятия лекционного типа	19
Занятия семинарского типа	19
Промежуточная аттестация: **зачет с оценкой**	0,15
Самостоятельная работа (СРС)	33,85

6. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам / разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

6.1. Распределение часов по разделам/темам и видам работы

6.1.1. Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Раздел/тема	Виды учебной работы (в часах)						
		Контактная работа						Самостоятельная работа
		Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				
		Лекции	*Иные учебные занятия*	*Практические занятия*	*Семинары*	*Лабораторные работы*	*Иные занятия*	
1.	Общие закономерности роста и развития организма	7			7			11,95
2.	Возрастные особенности физиологических систем	6			6			11,95
3.	Гигиена учебно-воспитательного процесса	6			6			9,95
	Итого	**19**			**19**			**33,85**
Промежуточная аттестация			**0,15**					

6.2. Программа дисциплины, структурированная по темам / разделам

6.2.1. Содержание лекционных занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание лекционного занятия
1.	Общие закономерности роста и развития организма	Организм как единое целое. Единство организма и среды. Периоды развития организма. Гетерохронность, непрерывность и гармоничность развития. Основные возрастно-половые закономерности физического развития. Физическое развитие – важный показатель состояния здоровья и социального благополучия. Периодизация онтогенеза. Критические этапы онтогенеза. Понятие об акселерации, ретардации, реактивности и резистентности организма.
2	Возрастные особенности физиологических систем	Анатомия, физиология и гигиена нервной системы, ее возрастные особенности. ВНД, ее становление в процессе развития ребенка. Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем. Возрастные особенности крови. Органы кровообращения. Сердечно-сосудистая система. Возрастные особенности и гигиена сердечно-сосудистой системы. Анатомия и физиология желез внутренней секреции. Возрастные особенности и гигиена

		опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к оборудованию школ. Анатомия и физиология органов пищеварения. Возрастные особенности органов пищеварения. Гигиена питания.
3	Гигиена учебно-воспитательного процесса	Свободное время учащихся, его организация. Продолжительность ночного сна для детей и подростков. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой, спортивному оборудованию и инвентарю. Гигиенические требования к организации трудового обучения, общественно полезного и производительного труда в промышленном и сельскохозяйственном производстве с учетом возраста, пола и состояния здоровья учащихся, степени воздействия факторов, сопутствующих работе (шум, вибрация, запыленность и др.). Законодательные акты, нормирующие планировку, строительство, оборудование и эксплуатацию учебных заведений.

6.2.2. Содержание практических занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание практического занятия
1.	Общие закономерности роста и развития организма	1. Роль нервной системы и желез внутренней секреции в обеспечении целостности организма. Нейрогуморальная регуляция функций организма. 2. Гомеостаз и определяющие его факторы. Биологическая надежность и принципы ее обеспечения. 3. Состояния физического развития обучающихся и методы его определения. Пропорции тела и их изменения на различных этапах онтогенеза. Влияние условий жизни на рост и развитие детей и подростков.
2.	Возрастные особенности физиологических систем	1. Закономерности роста и развития детского организма. Сенситивные периоды развития ребенка. Анатомо-физиологические особенности созревания мозга. 2. Индивидуальное развитие. Пренатальный онтогенез. Постнатальный онтогенез. Критические периоды развития. Механизмы терморегуляции человека. Значение опорно-двигательного аппарата. 3. Нейрофизиологические механизмы внимания и их формирование с возрастом. Физиологические механизмы памяти.

		Мотивация и эмоции, их значение в целенаправленном поведении. 4. Морфофункциональный тип человека. Анатомия, физиология и гигиена нервной системы, ее возрастные особенности.
3.	Гигиена учебно-воспитательного процесса	1. Гигиенические требования к подготовке уроков. Требования к частоте, продолжительности и условиям просмотра телевизионных передач. 2. Гигиенические требования к оформлению и применению учебно- наглядных пособий, технических средств обучения. Продолжительность работы, ее плотность, микропаузы и регламентированные перерывы. 3. Допустимый вес переносимых детьми и подростками тяжестей с учетом пола и возраста. Гигиеническая оценка планировки здания образовательного учреждения и прилегающей к нему территории.

6.2.3. Содержание самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание самостоятельной работы
1.	Общие закономерности роста и развития организма	Организм как единое целое. Единство организма и среды. Периоды развития организма. Гетерохронность, непрерывность и гармоничность развития. Основные возрастно-половые закономерности физического развития. Физическое развитие – важный показатель состояния здоровья и социального благополучия. Периодизация онтогенеза. Критические этапы онтогенеза. Понятие об акселерации, ретардации, реактивности и резистентности организма.
2.	Возрастные особенности физиологических систем	Анатомия, физиология и гигиена нервной системы, ее возрастные особенности. ВНД, ее становление в процессе развития ребенка. Анатомия, физиология и гигиена сенсорных систем. Возрастные особенности крови. Органы кровообращения. Сердечно-сосудистая система. Возрастные особенности и гигиена сердечно-сосудистой системы. Анатомия и физиология желез внутренней секреции. Возрастные особенности и гигиена опорно-двигательного аппарата. Гигиенические требования к оборудованию школ. Анатомия и физиология органов пищеварения. Возрастные особенности

		органов пищеварения. Гигиена питания.
3.	Гигиена учебно-воспитательного процесса	Свободное время учащихся, его организация. Продолжительность ночного сна для детей и подростков. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой, спортивному оборудованию и инвентарю. Гигиенические требования к организации трудового обучения, общественно полезного и производительного труда в промышленном и сельскохозяйственном производстве с учетом возраста, пола и состояния здоровья учащихся, степени воздействия факторов, сопутствующих работе (шум, вибрация, запыленность и др.). Законодательные акты, нормирующие планировку, строительство, оборудование и эксплуатацию учебных заведений.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Предусмотрены следующие виды контроля качества освоения конкретной дисциплины:

- текущий контроль успеваемости
- промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен в **ПРИЛОЖЕНИИ** к РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины в процессе обучения.

7.1. Паспорт фонда оценочных средств для проведения текущей аттестации по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые разделы (темы)	Наименование оценочного средства
1.	Общие закономерности роста и развития организма	Опрос, тестирование, исследовательский проект.
2.	Возрастные особенности физиологических систем	Опрос, тестирование, исследовательский проект.
3.	Гигиена учебно-воспитательного процесса	Опрос, тестирование, информационный проект.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Типовые вопросы

1. Наследственность и здоровье человека.
2. Окружающая среда и ее влияние на организм человека.
3. Экология и особенности развития детского организма.
4. Закономерности роста и развития детского организма.

5. Сенситивные периоды развития ребенка.
6. Возрастные особенности обмена энергии и терморегуляции.
7. Закономерности онтогенетического развития опорно-двигательного аппарата.
8. Анатомо-физиологические особенности созревания мозга.
9. Индивидуально-типологические особенности ребенка.
10. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка.
11. Критические периоды развития.
12. Обмен веществ и энергии.

Типовые тесты

1. Пластический материал для роста детей это…
1) Белки
2) Жиры
3) Витамины
4) Углеводы

2. К какому виду иммунитета относят иммунитет, приобретенный в результате прививок?
1) к искусственному пассивному
2) к врожденному естественному
3) к приобретенному активному (искусственному)
4) к приобретенному (естественному)

3. Какие элементы крови осуществляют защитную функцию?
1) лейкоциты и кровяные пластинки вместе с фибриногеном
2) лейкоциты, эритроциты, кровяные пластинки
3) лейкоциты
4) эритроциты и кровяные пластинки

4. Слуховой аппарат ребенка воспринимает звуки высотой до
1) 20000 Гц
2) 35000 Гц
3) 16000 Гц
4) 10000 Гц

5. Почему сердце не утомляется, производя за сутки работу, равную работе подъемного крана, поднимающего груз в 1 т на высоту 5-ти этажного дома?
1) потому что сердечная мышца хорошо снабжается кровью
2) благодаря тому, что мышечные стенки желудочков толстые
3) благодаря строгому чередованию фаз работы и отдыха каждого его отдела
4) потому что вначале сокращаются предсердия, а затем желудочки

6. Чем объяснить кратковременную остановку («замирание») сердца при испуге, гневе?
1) регулирующей ролью нервной системы
2) гуморальной регуляцией работы сердца
3) преобладанием гуморальной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции
4) преобладанием нервной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции

7. Чем объяснить кратковременную остановку сердца («замирание») при быстром погружении в холодную воду?
1) регулирующей ролью нервной системы
2) гуморальной регуляцией работы сердца
3) преобладанием гуморальной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции
4) преобладанием нервной регуляции в едином нервно-гуморальном механизме регуляции

8. Эритроциты человека имеют форму
1) круглых клеток, напоминающих лепешки
2) плоских двояковогнутых безъядерных клеток
3) двояковогнутых ядерных шариков
4) двояковыпуклых ядерных шариков

9. Эритроциты выполняют функцию
1) связывают и переносят кислород
2) переносят питательные вещества и кислород
3) переносят минеральные вещества
4) защитную

10. Укажите питательные вещества
1) хлеб, мясо, масло, овощи, фрукты, яйца
2) белки, жиры, углеводы
3) аминокислоты, глюкоза, жиры
4) белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества

Темы для исследовательских, информационных проектов

1. Вопросы влияния различных факторов на функциональное состояние центральной нервной системы человека.
2. Методы определения умственной работоспособности учащихся.
3. Меры профилактики нарушений зрения и слуха у школьников.
4. Определение основного обмена испытуемого по таблицам за сутки и за час.
5. Основные гигиенические требования, предъявляемые к классной комнате и школьному оборудованию.
6. Методика определения индивидуального профиля двигательной асимметрии учащихся.

7.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Все задания, используемые для текущего контроля формирования компетенций условно можно разделить на две группы:

1. задания, которые в силу своих особенностей могут быть реализованы только в процессе обучения на занятиях (например, дискуссия, круглый стол, диспут, мини-конференция);

2. задания, которые дополняют теоретические вопросы (практические задания, проблемно-аналитические задания, тест).

Выполнение всех заданий является необходимым для формирования и контроля знаний, умений и навыком. Поэтому, в случае невыполнения заданий в процессе обучения, их необходимо «отработать» до зачета (экзамена). Вид заданий, которые необходимо выполнить для ликвидации «задолженности» определяется в индивидуальном порядке, с учетом причин невыполнения.

1) Требование к теоретическому устному ответу

Оценка знаний предполагает дифференцированный подход к студенту, учет его индивидуальных способностей, степень усвоения и систематизации основных понятий и категорий по дисциплине. Кроме того, оценивается не только глубина знаний, поставленных вопросов, но и умение использовать в ответе практический материал. Оценивается культура речи, владение навыками ораторского искусства.

Критерии оценивания: последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала, использование профессиональных терминов, культура речи, навыки ораторского искусства. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда материал излагается исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно, при этом раскрываются не только основные понятия, но и анализируются точки зрения различных авторов. Обучающийся не затрудняется с ответом, соблюдает культуру речи.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но при ответе на вопрос допускает несущественные погрешности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающийся не отвечает на поставленные вопросы.

2) Исследовательский проект

Исследовательский проект **–** проект, структура которого приближена к формату научного исследования и содержит доказательство актуальности избранной темы, определение научной проблемы, предмета и объекта исследования, целей и задач, методов, источников, историографии, обобщение результатов, выводы.

Результаты выполнения исследовательского проекта оформляется в виде реферата (объем: 12-15 страниц.; 14 шрифт, 1,5 интервал).

Критерии оценивания - поскольку структура исследовательского проекта максимально приближена к формату научного исследования, то при выставлении учитывается доказательство актуальности темы исследования, определение научной проблемы, объекта и предмета исследования, целей и задач, источников, методов исследования, выдвижение гипотезы, обобщение результатов и формулирование выводов, обозначение перспектив дальнейшего исследования.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда обучающийся демонстрирует полное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся демонстрирует значительное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся, демонстрирует частичное понимание проблемы, большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающийся демонстрирует непонимание проблемы, многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены.

3) Информационный проект (презентация)

Информационный проект **–** проект, направленный на стимулирование учебно-познавательной деятельности студента с выраженной эвристической направленностью

(поиск, отбор и систематизация информации об объекте, оформление ее для презентации). Итоговым продуктом проекта может быть письменный реферат, электронный реферат с иллюстрациями, слайд-шоу, мини-фильм, презентация и т.д.

Информационный проект отличается от исследовательского проекта, поскольку представляет собой такую форму учебно-познавательной деятельности, которая отличается ярко выраженной эвристической направленностью.

Критерии оценивания - при выставлении оценки учитывается самостоятельный поиск, отбор и систематизация информации, раскрытие вопроса (проблемы), ознакомление студенческой аудитории с этой информацией (представление информации), ее анализ и обобщение, оформление, полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда обучающийся полностью раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 5 профессиональных терминов, широко использует информационные технологии, ошибки в информации отсутствуют, дает полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 2 профессиональных терминов, достаточно использует информационные технологии, допускает не более 2 ошибок в изложении материала, дает полные или частично полные ответы на вопросы аудитории.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся, раскрывает вопрос (проблему) не полностью, представляет информацию не систематизировано и не совсем последовательно, использует 1-2 профессиональных термина, использует информационные технологии, допускает 3-4 ошибки в изложении материала, отвечает только на элементарные вопросы аудитории без пояснений.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если вопрос не раскрыт, представленная информация логически не связана, не используются профессиональные термины, допускает более 4 ошибок в изложении материала, не отвечает на вопросы аудитории.

4) Дискуссионные процедуры

Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты, мини-конференции являются средствами, позволяющими включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения. Задание дается заранее, определяется круг вопросов для обсуждения, группы участников этого обсуждения.

Дискуссионные процедуры могут быть использованы для того, чтобы студенты:

–лучше поняли усвояемый материал на фоне разнообразных позиций и мнений, не обязательно достигая общего мнения;

– смогли постичь смысл изучаемого материала, который иногда чувствуют интуитивно, но не могут высказать вербально, четко и ясно, или конструировать новый смысл, новую позицию;

– смогли согласовать свою позицию или действия относительно обсуждаемой проблемы.

Критерии оценивания – оцениваются действия всех участников группы. Понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Соответствие реальной действительности решений, выработанных в ходе игры. Владение терминологией, демонстрация владения учебным материалом по теме игры, владение методами аргументации, умение работать в группе (умение слушать, конструктивно вести беседу, убеждать, управлять временем, бесконфликтно общаться), достижение игровых целей, (соответствие роли – при ролевой игре). Ясность и стиль изложения.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда все требования выполнены в полном объеме.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Решения, выработанные в ходе игры, полностью соответствуют реальной действительности. Но некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены нормы общения, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия в целом соответствуют заданным целям. Однако, решения, выработанные в ходе игры, не совсем соответствуют реальной действительности. Некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающиеся не понимают проблему, их высказывания не соответствуют заданным целям.

5) Тестирование

Является одним из средств контроля знаний обучающихся по дисциплине.

Критерии оценивания – правильный ответ на вопрос

Оценка *«отлично»* ставится в случае, если правильно выполнено 90-100% заданий

Оценка *«хорошо»* ставится, если правильно выполнено 70-89% заданий

Оценка *«удовлетворительно»* ставится в случае, если правильно выполнено 50-69% заданий

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если правильно выполнено менее 50% заданий

6) Требование к письменному опросу (контрольной работе)

Оценивается не только глубина знаний поставленных вопросов, но и умение изложить письменно.

Критерии оценивания: последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда соблюдены все критерии.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но допускает несущественные погрешности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающийся не отвечает на поставленные вопросы.

7) Информационный проект (презентация)

Информационный проект **–** проект, направленный на стимулирование учебно-познавательной деятельности студента с выраженной эвристической направленностью (поиск, отбор и систематизация информации об объекте, оформление ее для презентации). Итоговым продуктом проекта может быть письменный реферат, электронный реферат с иллюстрациями, слайд-шоу, мини-фильм, презентация и т.д.

Информационный проект отличается от исследовательского проекта, поскольку представляет собой такую форму учебно-познавательной деятельности, которая отличается ярко выраженной эвристической направленностью.

Критерии оценивания - при выставлении оценки учитывается самостоятельный поиск, отбор и систематизация информации, раскрытие вопроса (проблемы),

ознакомление студенческой аудитории с этой информацией (представление информации), ее анализ и обобщение, оформление, полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда обучающийся полностью раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 5 профессиональных терминов, широко использует информационные технологии, ошибки в информации отсутствуют, дает полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 2 профессиональных терминов, достаточно использует информационные технологии, допускает не более 2 ошибок в изложении материала, дает полные или частично полные ответы на вопросы аудитории.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся, раскрывает вопрос (проблему) не полностью, представляет информацию не систематизировано и не совсем последовательно, использует 1-2 профессиональных термина, использует информационные технологии, допускает 3-4 ошибки в изложении материала, отвечает только на элементарные вопросы аудитории без пояснений.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если вопрос не раскрыт, представленная информация логически не связана, не используются профессиональные термины, допускает более 4 ошибок в изложении материала, не отвечает на вопросы аудитории.

8) Дискуссионные процедуры

Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты, мини-конференции являются средствами, позволяющими включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения. Задание дается заранее, определяется круг вопросов для обсуждения, группы участников этого обсуждения.

Дискуссионные процедуры могут быть использованы для того, чтобы студенты:

–лучше поняли усвояемый материал на фоне разнообразных позиций и мнений, не обязательно достигая общего мнения;

– смогли постичь смысл изучаемого материала, который иногда чувствуют интуитивно, но не могут высказать вербально, четко и ясно, или конструировать новый смысл, новую позицию;

– смогли согласовать свою позицию или действия относительно обсуждаемой проблемы.

Критерии оценивания – оцениваются действия всех участников группы. Понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Соответствие реальной действительности решений, выработанных в ходе игры. Владение терминологией, демонстрация владения учебным материалом по теме игры, владение методами аргументации, умение работать в группе (умение слушать, конструктивно вести беседу, убеждать, управлять временем, бесконфликтно общаться), достижение игровых целей, (соответствие роли – при ролевой игре). Ясность и стиль изложения.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда все требования выполнены в полном объеме.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Решения, выработанные в ходе игры, полностью соответствуют реальной действительности. Но некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены нормы общения, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия в целом соответствуют заданным целям. Однако, решения, выработанные в ходе игры, не совсем соответствуют реальной

действительности. Некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающиеся не понимают проблему, их высказывания не соответствуют заданным целям.

9) Тестирование

Является одним из средств контроля знаний обучающихся по дисциплине.

Критерии оценивания – правильный ответ на вопрос

Оценка *«отлично»* ставится в случае, если правильно выполнено 90-100% заданий

Оценка *«хорошо»* ставится, если правильно выполнено 70-89% заданий

Оценка *«удовлетворительно»* ставится в случае, если правильно выполнено 50-69% заданий

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если правильно выполнено менее 50% заданий

10) Требование к письменному опросу (контрольной работе)

Оценивается не только глубина знаний поставленных вопросов, но и умение изложить письменно.

Критерии оценивания: последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда соблюдены все критерии.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но допускает несущественные погрешности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающийся не отвечает на поставленные вопросы.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1. Основная литература:

1. Любошенко, Т. М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Часть 1: учебное пособие / Т. М. Любошенко, Н. И. Ложкина. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 200 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/64957.html

2. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/65272.html

8.2. Дополнительная литература:

1. Возрастная анатомия человека: учебное пособие / Л. М. Железнов, Г. А. Попов, О. В. Ульянов, И. М. Яхина. — Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. — 96 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/21795.html

2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/93803.html

8.3. Перечень периодических изданий:

1. Журнал «Физиология человека». – Режим доступа: URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1504633
2. Журнал «Биологические науки в школе и вузе». - Режим доступа: URL:http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=53180
3. Журнал «Вестник Московского государственного технического университета им. Н. Э. Баумана. Сер. Естественные науки.». - Режим доступа: URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1559120

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Институт физиологии им. И.П. Павлова Российской академии наук. – URL: http://www.infran.ru/
2. Научно-исследовательский институт физиологии и фундаментальной медицины» (НИИФФМ). – URL: http://www.physiol.ru/
3. Российская академия медицинских наук. – URL: http://www.ramn.ru/
4. Институт перспективных научных исследований Российской академии наук. – URL: http://chernoi.ru/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Успешное освоение данного курса базируется на рациональном сочетании нескольких видов учебной деятельности – лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы. При этом самостоятельную работу следует рассматривать одним из главных звеньев полноценного высшего образования, на которую отводится значительная часть учебного времени.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

1. работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;
2. внеаудиторная подготовка к контрольным работам, выполнение докладов, рефератов и курсовых работ;
3. выполнение самостоятельных практических работ;
4. подготовка к экзаменам (зачетам) непосредственно перед ними.

Для правильной организации работы необходимо учитывать порядок изучения разделов курса, находящихся в строгой логической последовательности. Поэтому хорошее усвоение одной части дисциплины является предпосылкой для успешного перехода к следующей. Задания, проблемные вопросы, предложенные для изучения дисциплины, в том числе и для самостоятельного выполнения, носят междисциплинарный характер и базируются, прежде всего, на причинно-следственных связях между компонентами окружающего нас мира. В течение семестра, необходимо подготовить рефераты (проекты) с использованием рекомендуемой основной и дополнительной литературы и сдать рефераты для проверки преподавателю. Важным составляющим в изучении данного курса является решение ситуационных задач и работа над проблемно-аналитическими заданиями, что предполагает знание соответствующей научной терминологии и т.д.

Для лучшего запоминания материала целесообразно использовать индивидуальные особенности и разные виды памяти: зрительную, слуховую, ассоциативную. Успешному

запоминанию также способствует приведение ярких свидетельств и наглядных примеров. Учебный материал должен постоянно повторяться и закрепляться.

При выполнении докладов, творческих, информационных, исследовательских проектов особое внимание следует обращать на подбор источников информации и методику работы с ними.

Для успешной сдачи экзамена (зачета) рекомендуется соблюдать следующие правила:

- Подготовка к экзамену (зачету) должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
- Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до экзамена.
- Время непосредственно перед экзаменом (зачетом) лучше использовать таким образом, чтобы оставить последний день свободным для повторения курса в целом, для систематизации материала и доработки отдельных вопросов.

На экзамене высокую оценку получают студенты, использующие данные, полученные в процессе выполнения самостоятельных работ, а также использующие собственные выводы на основе изученного материала.

Учитывая значительный объем теоретического материала, студентам рекомендуется регулярное посещение и подробное конспектирование лекций.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

1. Операционные системы семейства Windows;
2. Microsoft Office;
3. Libre Office свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом;
4. Информационно-справочная система: Система КонсультантПлюс (КонсультантПлюс): веб версия;
5. Информационно-правовое обеспечение Гарант: Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (Система ГАРАНТ): веб версия;
6. Электронная информационно-образовательная система ММУ: https://elearn.mmu.ru/

Перечень используемого программного обеспечения указан в п.12 данной рабочей программы дисциплины.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

12.1. Учебная аудитория для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя, проектор, экран, колонки

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Операционные системы семейства Windows, антивирус Kaspersky Endpoint Security.

КонсультантПлюс веб версия, Гарант веб версия

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Яндекс Браузер, LibreOffice, МТС Линк, VLC Media Player

Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду ММУ.

12.2. Помещение для самостоятельной работы обучающихся.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя; компьютеры в сборе для обучающихся; колонки; проектор, экран.

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Операционные системы семейства Windows, Microsoft Office, антивирус Kaspersky Endpoint Security.

КонсультантПлюс веб версия, Гарант веб версия

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Яндекс Браузер, LibreOffice, МТС Линк, Notepad++, Pinta, GIMP, Inkscape, OpenShot, FreeCAD, LibreCAD, Jamovi, AnyLogic, Visual Studio, Unity

13.Образовательные технологии, используемые при освоении дисциплины

Для освоения дисциплины используются как традиционные формы занятий – лекции (типы лекций – установочная, вводная, текущая, заключительная, обзорная; виды лекций – проблемная, визуальная, лекция конференция, лекция консультация); и семинарские (практические) занятия, так и активные и интерактивные формы занятий - деловые и ролевые игры, решение ситуационных задач и разбор конкретных ситуаций.

На учебных занятиях используются технические средства обучения мультимедийной аудитории: компьютер, монитор, колонки, настенный экран, проектор, микрофон, пакет программ Microsoft Office для демонстрации презентаций и медиафайлов, видеопроектор для демонстрации слайдов, видеосюжетов и др. Тестирование обучаемых может осуществляться с использованием компьютерного оборудования университета.

13.1. В освоении учебной дисциплины используются следующие традиционные образовательные технологии:

- чтение проблемно-информационных лекций с использованием доски и видеоматериалов;
- семинарские занятия для обсуждения, дискуссий и обмена мнениями;
- контрольные опросы;
- консультации;
- самостоятельная работа студентов с учебной литературой и первоисточниками;
- подготовка и обсуждение рефератов (проектов), презентаций (научно-исследовательская работа);
- тестирование по основным темам дисциплины.

13.2. Активные и интерактивные методы и формы обучения

Из перечня видов: («*мозговой штурм», анализ НПА, анализ проблемных ситуаций, анализ конкретных ситуаций, инциденты, имитация коллективной профессиональной деятельности, разыгрывание ролей, творческая работа, связанная с освоением дисциплины, ролевая игра, круглый стол, диспут, беседа, дискуссия, мини-конференция и др.*) используются следующие:

- *диспут*
- *анализ проблемных, творческих заданий, ситуационных задач*

- *ролевая игра;*
- *круглый стол;*
- *мини-конференция*
- *дискуссия*
- *беседа.*

13.3. Особенности обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

При организации обучения по дисциплине учитываются особенности организации взаимодействия с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее – инвалиды и лица с ОВЗ) с целью обеспечения их прав. При обучении учитываются особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности и при необходимости обеспечивается коррекция нарушений развития и социальная адаптация указанных лиц.

Выбор методов обучения определяется содержанием обучения, уровнем методического и материально-технического обеспечения, особенностями восприятия учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья и т.д. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Приложение

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«Возрастная анатомия, физиология, гигиена»

Направление подготовки	История
Код	46.03.01
Направленность (профиль)	Социокультурная история
Квалификация выпускника	бакалавр

Москва
2025

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Самоорганизация и саморазвитие	УК-7

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Анализирует и критически осмысляет влияние образа жизни на показатели здоровья и физическую подготовленность человека, в том числе собственных. УК-7.2 Свободно ориентируется в нормах здорового образа жизни, здоровьесберегающих технологиях, методах и средствах поддержания уровня физической подготовленности. УК-7.3 Адекватно выбирает методы и средства физической культуры и спорта для поддержания собственного уровня физической подготовленности, восстановления работоспособности в условиях повышенного нервного напряжения, для коррекции собственного здоровья УК-7.4 Имеет представление о рациональных способах и приемах профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервноэмоционального утомления на рабочем месте

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-7		
	- ценности, функции физической культуры и спорта. - роль физической культуры и спорта в развитии общества. - методы и средства физической культуры и спорта. - принципы и основы	- планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия. - применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья.	- принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой. - способами и средствами организации здорового

	методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья. - методы сохранения и укрепления здоровья	- использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни	образа жизни. - навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.

3.2. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине

В качестве критериев освоения компетенций используются знания, умения, навыки.

Шкала оценивания	**Индикаторы достижения**	**Показатели оценивания результатов обучения**
ОТЛИЧНО/ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент глубоко и всесторонне усвоил материал, уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - на основе системных научных знаний делает квалифицированные выводы и обобщения, свободно оперирует категориями и понятиями.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, используя научные понятия, ссылаясь на нормативную базу.
	Владеет:	- студент владеет рациональными методами (с использованием рациональных методик) решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал навыки - выделения главного, - связкой теоретических положений с требованиями руководящих документов, - изложения мыслей в логической последовательности, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
ХОРОШО/ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент твердо усвоил материал, достаточно грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений, оперирует категориями и понятиями, но не всегда правильно их верифицирует.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и в основном правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, не в полной мере используя научные понятия и ссылки на нормативную базу.
	Владеет:	- студент в целом владеет рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении смог продемонстрировать достаточность, но не глубинность навыков

		- выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связки теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент ориентируется в материале, однако затрудняется в его изложении; - показывает недостаточность знаний основной и дополнительной литературы; - слабо аргументирует научные положения; - практически не способен сформулировать выводы и обобщения; - частично владеет системой понятий.
	Умеет:	- студент в основном умеет решить учебно-профессиональную задачу или задание, но допускает ошибки, слабо аргументирует свое решение, недостаточно использует научные понятия и руководящие документы.
	Владеет:	- студент владеет некоторыми рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал недостаточность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связки теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
Компетенция не достигнута		
НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/ НЕ ЗАЧТЕНО	Знает:	- студент не усвоил значительной части материала; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует квалифицированных выводов и обобщений; - не владеет системой понятий.
	Умеет:	студент не показал умение решать учебно-профессиональную задачу или задание.
	Владеет:	не выполнены требования, предъявляемые к навыкам, оцениваемым “удовлетворительно”.

4. Типовые контрольные задания и/или иные материалы для проведения промежуточной аттестации, необходимые для оценки достижения компетенции, соотнесенной с результатами обучения по дисциплине

Типовые вопросы

1. Наследственность и здоровье человека.

2. Окружающая среда и ее влияние на организм человека.
3. Экология и особенности развития детского организма.
4. Закономерности роста и развития детского организма.
5. Сенситивные периоды развития ребенка.
6. Возрастные особенности обмена энергии и терморегуляции.
7. Закономерности онтогенетического развития опорно-двигательного аппарата.
8. Анатомо-физиологические особенности созревания мозга.
9. Индивидуально-типологические особенности ребенка.
10. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка.
11. Критические периоды развития.
12. Обмен веществ и энергии.

Типовые тесты:

1. Назовите самый старый метод исследования в анатомии
А) антропометрия
Б) метод окраски
В) метод инъекции
Г) препарирование

2. Метод, изучающий строение и форму тела человека и его отдельных частей
А) антропометрия
Б) метод окраски
В) метод инъекции
Г) препарирование

3. К наиболее новым методам исследования в анатомии относятся следующие методы:
А) препарирование
Б) метод окраски
В) микроскопические методы
Г) компьютерная томография

4. Слово «анатомия» означает:
А) препарирую
Б) разрезаю
В) рассматриваю
Г) рассекаю

5. Динамическая анатомия изучает:
А) изучает возрастные особенности органов
Б) изучает тело человека в движении
В) изучает взаиморасположение органов в теле человека

6. Топографическая анатомия изучает:
А) изучает возрастные особенности органов
Б) изучает тело человека в движении
В) изучает взаиморасположение органов в теле человека

7. Возрастная анатомия изучает:
А) изучает возрастные особенности органов
Б) изучает тело человека в движении

В) изучает взаиморасположение органов в теле человека

8. Анатомия наиболее тесно связана со следующими науками:
А) психология
Б) физиология
В) эмбриология
Г) экология

9. Укажите клетку, которая может самостоятельно двигаться:
А) нейрон
Б) лейкоцит
В) яйцеклетка

10. Какая ткань человеческого организма покрывает суставную поверхность сочленяющихся костей?
А) эпителиальная
Б) соединительная
В) нервная

11. Укажите кости скелета человека, которые соединены между собой неподвижно:
А) лобная и височная
Б) локтевая и плечевая
В) бедренная и большеберцовая

12. Укажите признак патологического лордоза:
А) искривление позвоночника вправо или влево
Б) чрезмерный изгиб позвоночника вперед
В) чрезмерный изгиб позвоночника назад

13. Отдел головного мозга, который отвечает за координацию движений:
А) продолговатый мозг
Б) мозжечок
В) варолиев мост

14. В каком из органов центральной нервной системы белое вещество находится снаружи серого?
А) средний мозг
Б) мозжечок
В) спинной мозг

15. В каком участке сетчатки находится больше всего колбочек?
А) конъюнктива
Б) желтое пятно
В) слепое пятно

16. Какая сенсорная система находится в полукружных каналах внутреннего уха?
А) равновесия
Б) болевая
В) тактильная

17. Тимус (вилочковая железа) у детей, в отличие от взрослых:
А) недоразвита

Б) функционирует полноценно
В) контролирует функциональность других желез внутренней секреции

18. Какая их желез внутренней секреции имеет форму бабочки?
А) щитовидная
Б) эндокринная часть поджелудочной
В) эпифиз

19. Почему венозная кровь не двигается в обратном направлении во время расслабления сердечной мышцы?
А) вязкость венозной крови больше, чем артериальной
Б) венозная кровь двигается только в нисходящем направлении
В) мешают внутренние карманные клапаны

20. Какой сердечный клапан отделяет правое предсердие от правого желудочка?
А) митральный
Б) трикуспидальный
В) карманный

21. Какое главное отличие между кровеносной и лимфатической системами?
А) только лимфатическая система выполняет защитную функцию
Б) лимфа, в отличие от крови, движется медленно
В) только у кровеносной системы есть центральный орган

22. Красные кровяные тельца образуются в костном мозге. А какой орган можно назвать «кладбищем эритроцитов»?
А) печень
Б) селезенка
В) почки

23. Физиологический процесс, во время которого диафрагма растягивается под давлением органов брюшной полости:
А) вдох
Б) выдох
В) чихание

24. Укажите причину возникновения звука при участии голосовых складок.
А) вдыхаемый воздух проходит через суженную голосовую щель
Б) выдыхаемый воздух проходит через расширенную голосовую щель
В) вдыхаемый и выдыхаемый воздух проходит через открытую голосовую щель

25. Почему левое легкое меньше, чем правое?
А) оно не меньше, оно просто более объемное
Б) оно выполняет меньше функций, нежели правое
В) оно «уступило» свое место сердцу

26. Укажите характеристику плевральной полости:
А) наполнена воздухом
Б) имеет отрицательное давление
В) находится между тремя листками плевры

27. Фермент, который расщепляет углеводы в ротовой полости:

А) пепсин
Б) липаза
В) амилаза

28. Сколько у взрослого человека есть резцов?
А) 4
Б) 8
В) 12

29. Отдел пищеварительного тракта, в котором к перетравливаемым веществам добавляется желчь:
А) желудок
Б) тонкий кишечник
В) толстый кишечник

30. Из скольких отделов состоит тонкая кишка?
А) 2
Б) 3
В) 4

31. Укажите хромосомный набор мужчины:
А) 44а + хх
Б) 44а + уу
В) 44а + ху

32. Какие условия провоцируют возникновение резус-конфликта между матерью и ребенком, которого она вынашивает?
А) мать резус-позитивная, ребенок резус-негативный
Б) мать резус-негативная, ребенок резус-позитивный
В) мать и ребенок резус-негативные

33. Какие органические вещества ускоряют прохождение жизненных процессов в клетке?
А) ингибиторы
Б) катализаторы
В) ферменты

34. Какое из этих утверждений правильное?
А) во время болезни человеку нужно усиленно питаться для укрепления иммунитета
Б) иммунная система, как правило, не считает чужеродные тела опасными, если они не имеют белковую структуру
В) приобретенный пассивный иммунитет развивается после перенесенного заболевания

35. Нервные волокна, которые участвуют в формировании всех спинномозговых нервов:
А) парасимпатические преганглионарные
Б) афферентные (чувствительные)
В) эфферентные соматические (двигательные)
Г) симпатические преганглионарные

36. Анатомические образования, при слиянии которых формируется ствол спинномозгового нерва:

А) задний корешок
Б) чувствительный узел спинномозгового нерва
В) периферические отростки нейронов чувствительного узла спинномозгового нерва
Г) передний корешок

37. Ветви спинномозгового нерва:
А) менингеальная
Б) промежуточная
В) передняя
Г) задняя

38. Задачи гигиены детей и подростков:
А) Изучение закономерностей роста и развития детей
Б) Разработка гигиенических основ различных видов деятельности детей
В) Изучение влияния факторов окружающей среды на детский организм
Г) Изучение рационов питания детей
Д) Изучение влияния условий труда на продолжительность жизни

39. Группы здоровья детей:
А) I группа − здоровые
Б) V группа – дети-инвалиды
В) III группа − больные хроническими заболеваниями в стадии компенсации
Г) IV группа − больные хроническими заболеваниями в стадии декомпенсации, дети -инвалиды
Д) II группа − больные с морфофункциональными отклонениями без хронических Заболеваний

40. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков основывается на изучении:
А) Физического развития
Б) Нервно-психического развития
В) Демографических показателей
Г) Резистентности организма
Д) Травматизма

41. Критерии оценки уровня здоровья детей:
А) Наличие или отсутствие хронических заболеваний
Б) Степень резистентности организма
В) Функциональное состояние систем
Г) Уровень физического и нервно-психического развития
Д) Наличие травм

42. Основные закономерности роста и развития ребенка:
А) Неравномерность темпа роста и развития
Б) Неодновременность роста и развития отдельных органов и систем
В) Обусловленность роста и развития полом
Г) Генетическая обусловленность роста и развития
Д) Рост и развитие разных систем идет пропорционально друг другу

43. Наиболее интенсивны процессы роста и развития в возрасте:
А) Грудном

Б) Дошкольном
В) Младшем школьном
Г) Подростковом
Д) Юношеском

44. Какие показатели положены в основу комплексной оценки физического развития детей и подростков:
А) Морфологические
Б) Функциональные
В) Уровень биологического развития
Г) Хронологический возраст
Д) Двигательная активность ребёнка

45. Для характеристики физического развития используют:
А) Соматометрические признаки
Б) Физиометрические признаки
В) Соматоскопические признаки
Г) Корректурные пробы
Д) Органолептические признаки

46. К соматометрическим признакам физического развития относятся:
А) Рост
Б) Масса тела
В) Жизненная емкость легких
Г) Степень жироотложения
Д) Половое развитие

47. К стоматоскопическим признакам физического развития относятся:
А) Окружность грудной клетки
Б) Форма грудной клетки
В) Форма стопы
Г) Степень полового развития
Д) Пульс

48. К физиометрическим признакам физического развития относятся:
А) Рост
Б) Масса тела
В) Мышечная сила
Г) Артериальное давление
Ж) Состояние кожных покровов

49. Для измерения мышечной силы рук используется:
А) Ручной динамометр
Б) Становой динамометр
В) Толстотный циркуль
Г) Антропометр
Д) Спирометр

50. Индивидуальная оценка физического развития проводится:
А) По центильным таблицам
Б) По относительным показателям
В) По сигмальным отклонениям

Г) По шкалам регрессии
Д) По экстенсивным показателям

51. Гармоничным является развитие, при котором масса тела и окружность грудной клетки:
А) Отличаются от должных в пределах одной сигмы
Б) Соответствуют должным
В) Отличаются от должных в пределах двух сигм
Г) Отличаются от должных в пределах трех сигм
Д) Отличаются от должных в пределах четырех сигм

52. Анатомо-физиологические особенности растущего организма:
А) Развитие костной системы
Б) Развитие мышечной системы
В) Уменьшение массы тела
Г) Развитие моторики
Д) Развитие глазодвигательных мышц

53. При определении биологического возраста учитываются:
А) Длина тела
Б) Характер годовых приростов
В) Развитие зубочелюстной системы
Г) Степень полового созревания
Д) Масса тела

54. Показатели уровня биологического развития:
А) Форма грудной клетки
Б) Погодовые прибавки длины тела
В) Длина тела
Г) Оссификация костей скелета
Д) Степень жироотложения

55. При определении биологического возраста учитывают:
А) Количество постоянных зубов
Б) Длину тела
В) Развитие вторичных половых признаков
Г) Вес тела
Д) Пропорции тела

56. Уровень биологического развития бывает:
А) Соответствует хронологическому возрасту
Б) Опережает возраст
В) Отстает от возраста
Г) Гармоничным
Д) Дисгармоничным

57. Ускорение процессов роста и развития называется:
А) Стагнация
Б) Децелерация
В) Акселерация
Г) Грацилизация
Д) Секулярный тренд

58. Акселерация физического развития характеризуется:
А) Ускорением роста
Б) Наступлением половой зрелости в более раннем возрасте
В) Повышением иммунитета
Г) Изменением формулы крови
Д) Ускорением моторики

59. Проявление акселерации в следующем:
А) Более позднее обучение детей
Б) Более ранний возраст смены молочных зубов на постоянные
В) Ускорение окостенения скелета
Г) Увеличение длины и массы тела
Д) Изменение программ обучения

60. Гигиенические проблемы акселерации:
А) Изменения структуры заболеваемости
Б) Пересмотр границы подросткового возраста
В) Более позднее обучение детей
Г) Пересмотр стандартов школьной мебели
Д) Изменение программ обучения

61. Гигиеническая донозологическая диагностика нацелена на раннее выявление:
А) Напряжения или нарушения адаптационных механизмов
Б) Изменения иммунологического статуса организма
В) Нарушений со стороны антиоксидантных систем и перекисного окисления Липидов
Г) Нарушений со стороны регуляторных механизмов сердечнососудистой системы
Д) Источников загрязнения атмосферного воздуха

62. Гигиеническая донозологическая диагностика включает изучение:
А) Жилищно-бытовых условий населения
Б) Охрану труда на производстве
В) Иммунологического статуса организма
Г) Состояние регуляторных механизмов сердечно-сосудистой системы

63. Благоприятные санитарно-гигиенические факторы, влияющие на формирование здоровья детей:
А) Рациональный суточный режим
Б) Сбалансированное рациональное питание
В) Оптимальный двигательный режим
Г) Гиподинамия
Д) Закаливание

64. Неблагоприятные санитарно-гигиенические факторы, влияющие на формирование здоровья детей:
А) Вредные привычки
Б) Несбалансированное питание
В) Нарушение режима дня
Г) Гиподинамия
Д) Закаливание

65. Выберите основные неблагоприятные факторы, оказывающие влияние на организм ребёнка:
А) Высокий уровень психоэмоциональной нагрузки
Б) Занятия спортом
В) Несвоевременное обращение за медицинской помощью
Г) Нарушение режима дня
Д) Вредные привычки

66. Согласны ли вы с тем, что около 50% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье:
А) Да
Б) Нет, менее 10%
В) Нет, 30-35%
Г) Нет, 60-65%
Д) Нет, 70-75%

67. Согласны ли вы с тем, что у школьников, за годы учебы в 2 раза увеличивается количество нарушений психического здоровья:
А) Да
Б) Нарушений психического здоровья не происходит
В) Нет, в 3 раза
Г) Нет, в 4 раза
Д) Нет, в 10 раз

68. Верно ли утверждение, что у детей за годы обучения в школе в 3 раза возрастает число нарушений зрения и осанки:
А) Да
Б) Нарушений зрения и осанки не происходит
В) Нет, в 3 раза
Г) Нет, в 5 раз
Д) Нет, в 10 раз

69. Верно ли утверждение, что у детей за годы обучения в школе в 5 раз увеличивается число заболеваний органов пищеварения:
А) Да
Б) Увеличения числа заболеваний органов пищеварения не происходит
В) Нет, в 3 раза
Г) Нет, в 4 раза
Д) Нет, в 5 раз.
Е) Психофизиологическое состояние организма с помощью тестирования

70. Основу планировки зданий учреждений образования составляет:
А) Принцип индивидуальной застройки
Б) Принцип групповой изоляции
В) Расположение групп
Г) Этажность здания
Д) Наполняемость групп

71. Оптимальная относительная влажность воздуха в помещениях для образования (%):
А) 20
Б) 30

В) 40
Г) 50
Д) 60

72. Основные гигиенические принципы проектирования общеобразовательных учреждений:
А) Обеспечение групповой изоляции
Б) Создание условий для учебного процесса
В) Создание условий для физического воспитания и двигательной активности
Г) Создание условий для профессионального обучения
Д) Создание условий для отдыха детей

73. Минимальная норма жилой площади в общежитии на 1 студента составляет (м2):
А) 7
Б) 4
В) 5
Г) 6
Д) 4,5

74. При гигиенической оценке естественной освещенности учитывают:
А) Световой коэффициент
Б) Коэффициент естественной освещенности
В) Коэффициент заложения
Г) Удельная мощность ламп
Д) Температурный режим

75. Предельно-допустимое содержание со2 в воздухе помещения (%):
А) 0,03
Б) 0,07
В) 0,1
Г) 0,2
Д) 0,3

76. Основные гигиенические принципы проектирования общеобразовательных учреждений:
А) Обеспечение групповой изоляции
Б) Создание условий для учебного процесса
В) Создание условий для физического воспитания и двигательной активности
Г) Создание условий для профессионального обучения
Д) Создание условий для отдыха детей

77. Гигиеническая оценка учебных занятий включает:
А) Исследование функционального состояния организма ребенка
Б) Исследование зрительно-моторной реакции
В) Исследование слухомоторной реакции
Г) Исследование устойчивого ясного видения
Д) Хронорефлексометрию

78. Выполнение гигиенических требований к шрифтовому оформлению учебных изданий способствует профилактике:
А) Нарушений органа зрения

Б) Нарушений опорно-двигательного аппарата
В) Нарушений сердечно-сосудистой системы
Г) Патологии дыхательной системы
Д) Нарушений мочеполовой системы

79. Гигиенически значимыми факторами окружающей среды в кабинетах информатики и электронно-вычислительной техники являются:
А) Электростатическое поле
Б) Электромагнитное поле 50 гц
В) Электромагнитное поле радиочастот
Г) Мягкое рентгеновское излучение
Д) Постоянное магнитное поле

80. Работа на компьютере влияет:
А) На нервно-эмоциональный статус
Б) На зрительный анализатор
В) На состояние здоровья
Г) На биологическое развитие
Д) На акселерацию физического развития

81. Физиологические нормы питания — это:
А) Научно-обоснованные нормы, полностью покрывающие энерготраты организма
Б) Нормы, необходимые как научная база при планировании производства и потребления продуктов питания
В) Нормы, обеспечивающие организм всеми веществами в необходимых количествах и в наиболее выгодных (оптимальных) соотношениях
Г) Нормы, отражающие оптимальные потребности населения
Д) Нормы, соответствующие финансовым возможностям граждан

82. Качественная сторона физиологических норм питания указывает:
А) Сколько должно содержаться в рационе белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ
Б) С какими продуктами должны поступать те или иные компоненты пищи
В) Какую долю энергозатрат организма составляет специфическое динамическое действие пищи

83. Недостатки одежды из синтетических тканей:
А) Накопление статистического электричества
Б) Низкая гигроскопичность
В) Низкие теплоизоляционные свойства
Г) Повышенная водоемкость
Д) Выделение вредных низкомолекулярных продуктов

84. Методы коррекции синдрома экологической дезадаптации:
А) Рациональное питание
Б) Адекватная физическая нагрузка
В) Физиопроцедуры
Г) Устранение дефицита витаминов
Д) Исключение из рациона продуктов, содержащих клетчатку

85. Особенности организации питания с учетом синдрома экологической дезадаптации включает:

А) Устранение дефицита витаминов
Б) Использование продуктов, содержащих клетчатку
В) Дополнительное введение жидкости в объеме 0,5-1,5 л в сутки
Г) Регулярное назначение кисломолочных продуктов
Д) Исключение продуктов, обогащенных пектином

86. Задачи социально-гигиенического мониторинга:
А) организация наблюдения, получение достоверной и объективной информации о состоянии здоровья населения и среды его обитания
Б) Ведение баз данных республиканского информационного фонда
В) Выявление причинно-следственных связей между состоянием здоровья населения и воздействием факторов среды обитания человека на основе системного анализа, идентификации и оценки риска здоровью
Г) прогнозирование состояния здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи
Д) Предупреждение рецидивов и осложнений заболеваний

87. Укажите, какой из факторов определяет здоровье на 50%:
А) Здоровый образ жизни
Б) Состояние окружающей среды
В) Наследственность
Г) Состояние медицинского обслуживания
Д) Наличие хронических заболеваний

88. Основные компоненты здорового образа жизни:
А) Регулярное, сбалансированное, рациональное питание
Б) Соблюдение оптимального двигательного режима с учетом возрастных и физиологических особенностей
В) Отказ от саморазрушающего поведения
Г) Соблюдение правил личной и общественной гигиены
Д) Проведение профилактических медицинских осмотров

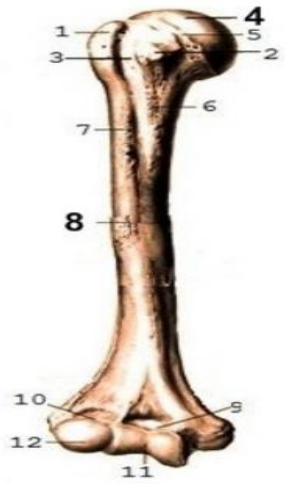
89. Методы и средства гигиенического обучения и воспитания по способу воздействия можно разделить на:
А) Методы индивидуального воздействия
Б) Методы воздействия на группу лиц
В) Методы массовой коммуникации
Г) Методы устной пропаганды
Д) Методы печатной пропаганды

90. Профессиональная ориентация предусматривает:
А) Определение потребностей общества в специальностях
Б) Выявление ключевых функций профессии
В) Определение оптимального соответствия психофизиологических качеств требованиям профессии
Г) Определение физического развития
Д) Группы здоровья

Тестовые задания на соответствие

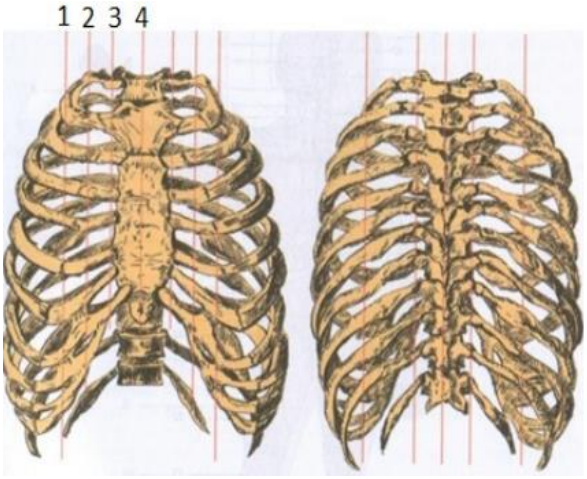
1. Укажите сроки окостенения анатомических структур, указанных под номерами **4 и 8.**

а. 3 года
б. 2 месяца
в. 18 лет
г. 7 лет
д. 10-15 лет



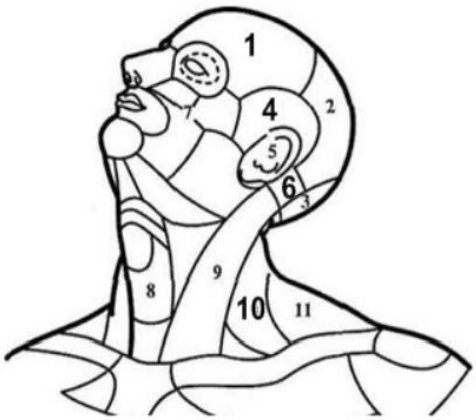
2. Обозначьте линии тела человека, указанные под цифрами **2, 3, 4.**

а. linea mediana anterior
б. Linae sternalis
в. linea parasternalis
г. linea medioclavicularis
д. Linea mediana posterior



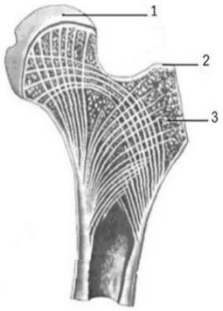
3. Укажите области головы и шеи, указанные под цифрами
1, 4, 6, 10:

а. regio mastoidea
б. regio frontalis
в. regio temporalis
г. regio cervicalis lateralis
д. regio cervicalis posterior



4. Укажите обозначенные на рисунке элементы строения бедренной кости под номерами
1, 2, 3:

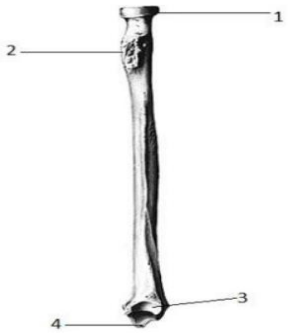
а. Метафиз
б. Губчатое вещество
в. Эпифиз
г. Апофиз



д. Компактное вещество

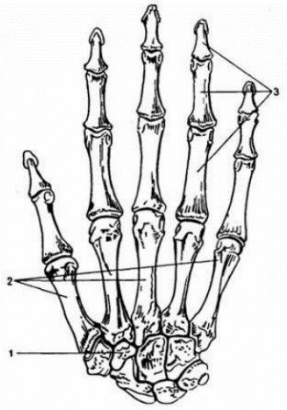
5. Назовите анатомические образования лучевой кости, обозначенные цифрами:

а. **processus styloideus lateralis**
б. processus styloideus medialis
в. incisura ulnaris
г. circumferentia articularis
д. tuberositas radii



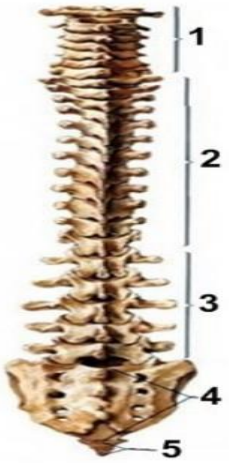
6. Назовите анатомические образования, обозначенные цифрами:

а. Ossa metacarpalia
б. Ossa digitorum manus (phalanges)
в. Os capitatum
г. Os scaphoideum
д. Os trapezoideum

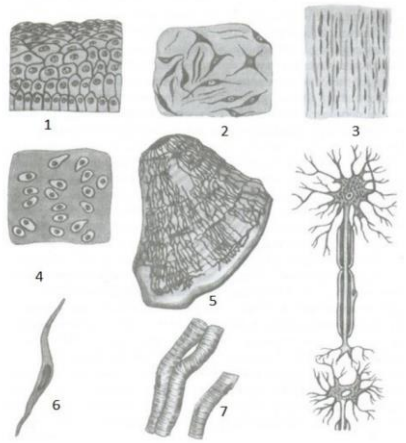


7. Обозначьте отделы позвоночника, указанные под цифрами **1, 3, 4:**

а. Os sacrum
б. Vertebrae cervicales
в. Vertebrae thoracicae
г. Vertebrae lumbales
д. Vertebrae terminales

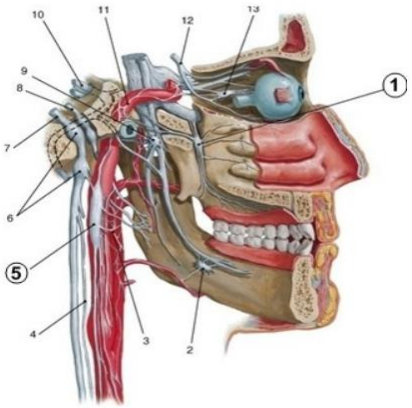


8. Обозначьте виды тканей, указанные под номерами **4 и 7:**



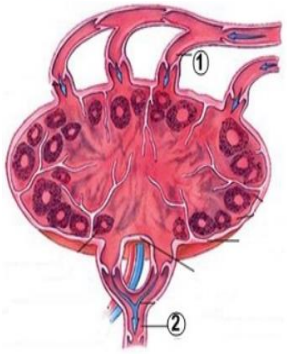
а. Хрящевая ткань
б. Рыхлая соединительная ткань
в. Поперечнополосатые мышечные волокна
г. Нервная клетка
д. Гладкая мышечная клетка

9. Назовите структуры, отмеченные цифрой **1 и 5:**



а. Ganglion submandibulare
б. Ganglion oticum
в. Ganglion cervicales superius
г. Ganglion pterigopalatinum
д. Ganglion celiare

10. Цифрами **1 и 2** обозначены:



а. Приносящий сосуд, выносящий сосуд;
б. Артерия и вена лимфоузла;
в. Приносящий сосуд и вена лимфоузла;
г. Выносящий сосуд и артерия лимфоузла.

Темы для исследовательских, информационных проектов

1. Вопросы влияния различных факторов на функциональное состояние центральной нервной системы человека.
2. Методы определения умственной работоспособности учащихся.
3. Меры профилактики нарушений зрения и слуха у школьников.
4. Определение основного обмена испытуемого по таблицам за сутки и за час.
5. Основные гигиенические требования, предъявляемые к классной комнате и школьному оборудованию.
6. Методика определения индивидуального профиля двигательной асимметрии учащихся.

Типовые вопросы промежуточной аттестации:

1. Предмет и задачи анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков.
2. Рост и развитие организма. Факторы, влияющие на рост и развитие.
3. Возрастная периодизация.
4. Календарный и биологический возраст.
5. Функции и значение нервной системы. Нервная ткань. Строение нейрона.
6. Понятие о регуляции. Типы регуляции.
7. Высшая и низшая нервная деятельность. Общая схема строения нервной системы.
8. Строение и функции отделов стволовой части мозга.
9. Строение и функции больших полушарий.
10. Строение и функции спинного мозга.
11. Понятие о рефлексе. Виды рефлексов. Рефлекторная дуга.
12. Понятие о динамическом стереотипе и его роль в процессе обучения.
13. Понятие об утомлении и переутомлении. Степени утомления.
14. Понятие о возбуждении и торможении. Виды торможения.
15. Речь. Особенности развития с возрастом.
16. Законы высшей нервной деятельности.
17. Понятие о доминанте.
18. Учение И.П. Павлова о типах ВНД.
19. Память. Виды памяти.
20. Возрастные особенности внимания.
21. Гигиена нервной системы.
22. Заболевания нервной системы.
23. Утомление и переутомление как физиологические процессы, причины и профилактика.
24. Гигиенические требования к составлению расписания.
25. Энергетический обмен.
26. Виды обмена веществ.
27. Гигиена костно-мышечной системы у детей.
28. Физиология костной системы
29. Физиология мышечной системы.
30. Основные требования к учебному кабинету.

5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания индикаторов достижения компетенций

Специфика формирования компетенций и их измерение определяется структурированием информации о состоянии уровня подготовки обучающихся.

Алгоритмы отбора и конструирования заданий для оценки достижений в предметной области, техника конструирования заданий, способы организации и проведения стандартизированный оценочных процедур, методика шкалирования и методы обработки и интерпретации результатов оценивания позволяют обучающимся освоить компетентностно-ориентированные программы дисциплин.

Формирование компетенций осуществляется в ходе всех видов занятий, практики, а контроль их сформированности на этапе текущей, промежуточной и итоговой аттестации.

Оценивание знаний, умений и навыков по учебной дисциплине осуществляется посредством использования следующих видов оценочных средств:

- опросы: устный, письменный;
- задания для практических занятий;
- ситуационные задания;
- контрольные работы;

- коллоквиумы;
- написание реферата;
- написание эссе;
- решение тестовых заданий;
- экзамен.

Опросы по вынесенным на обсуждение темам

Устные опросы проводятся во время практических занятий и возможны при проведении аттестации в качестве дополнительного испытания при недостаточности результатов тестирования и решения заданий. Вопросы опроса не должны выходить за рамки объявленной для данного занятия темы. Устные опросы необходимо строить так, чтобы вовлечь в тему обсуждения максимальное количество обучающихся в группе, проводить параллели с уже пройденным учебным материалом данной дисциплины и смежными курсами, находить удачные примеры из современной действительности, что увеличивает эффективность усвоения материала на ассоциациях.

Основные вопросы для устного опроса доводятся до сведения студентов на предыдущем практическом занятии.

Письменные опросы позволяют проверить уровень подготовки к практическому занятию всех обучающихся в группе, при этом оставляя достаточно учебного времени для иных форм педагогической деятельности в рамках данного занятия. Письменный опрос проводится без предупреждения, что стимулирует обучающихся к систематической подготовке к занятиям. Вопросы для опроса готовятся заранее, формулируются узко, дабы обучающийся имел объективную возможность полноценно его осветить за отведенное время.

Письменные опросы целесообразно применять в целях проверки усвояемости значительного объема учебного материала, например, во время проведения аттестации, когда необходимо проверить знания обучающихся по всему курсу.

При оценке опросов анализу подлежит точность формулировок, связность изложения материала, обоснованность суждений.

Решение заданий (кейс-методы)

Решение кейс-методов осуществляется с целью проверки уровня навыков (владений) обучающегося по применению содержания основных понятий и терминов дисциплины вообще и каждой её темы в частности.

Обучающемуся объявляется условие задания, решение которого он излагает либо устно, либо письменно.

Эффективным интерактивным способом решения задания является сопоставления результатов разрешения одного задания двумя и более малыми группами обучающихся.

Задачи, требующие изучения значительного объема, необходимо относить на самостоятельную работу студентов, с непременным разбором результатов во время практических занятий. В данном случае решение ситуационных задач с глубоким обоснованием должно представляться на проверку в письменном виде.

При оценке решения заданий анализируется понимание обучающимся конкретной ситуации, правильность её понимания в соответствии с изучаемым материалом, способность обоснования выбранной точки зрения, глубина проработки рассматриваемого вопроса, умением выявить основные положения затронутого вопроса.

Решение заданий в тестовой форме

Проводится тестирование в течение изучения дисциплины

Не менее чем за 1 неделю до тестирования, преподаватель должен определить обучающимся исходные данные для подготовки к тестированию: назвать разделы (темы, вопросы), по которым будут задания в тестовой форме, теоретические источники (с

точным указанием разделов, тем, статей) для подготовки.

При прохождении тестирования пользоваться конспектами лекций, учебниками, и иными материалами не разрешено.