

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА  
 Должность: РЕКТОР  
 Дата подписания: 25.01.2023 13:59:55  
 Уникальный программный ключ:  
 9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФБГОУ ВО «ЮУрГУ»)**  
**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)**

Шифр Б1.О	Наименование дисциплины (модуля) <b>Возрастная анатомия, физиология и гигиена</b>
Код направления подготовки	44.03.05
Направление подготовки	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Технология. Дополнительное образование (Художественно-эстетическое)
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	очная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат биологических наук		Соколова Татьяна Леонидовна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра общей биологии и физиологии	Ефимова Наталья Владимировна	11	05.07.2019	
Кафедра общей биологии и физиологии	Ефимова Наталья Владимировна	1	10.09.2020	

**Раздел 1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения образовательной программы с указанием этапов их формирования**

Таблица 1 - Перечень компетенций, с указанием образовательных результатов в процессе освоения дисциплины (в соответствии с РПД)

<b>Формируемые компетенции</b>			
<b>Индикаторы ее достижения</b>	<b>Планируемые образовательные результаты по дисциплине</b>		
	<b>знать</b>	<b>уметь</b>	<b>владеть</b>
<b>ОПК-8 способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний</b>			
ОПК.8.1 Знать историю, теорию, закономерности и принципы построения научного знания для осуществления педагогической деятельности.	3.1 3.1 возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков		
ОПК.8.2 Уметь проектировать и осуществлять педагогическую деятельность с опорой на специальные научные знания.		У.1 У.1 учитывать влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	
ОПК.8.3 Владеть технологиями осуществления педагогической деятельности на основе научных знаний.			В.1 В.1 методиками диагностики функционального состояния детей и подростков.
<b>УК-8 способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</b>			
УК.8.1 Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда.	3.2 3.2 основы гигиены детей и подростков на различных этапах онтогенеза		
УК.8.2 Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи.		У.2 применять знания гигиенических и анатомо-физиологических особенностей при организации учебно-воспитательного процесса	

УК.8.3 Владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения			В.2 В.2 навыками применения гигиенических требований в профессиональной деятельности.
---	--	--	---

Компетенции связаны с дисциплинами и практиками через матрицу компетенций согласно таблице 2.

Таблица 2 - Компетенции, формируемые в результате обучения

Код и наименование компетенции	
Составляющая учебного плана (дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции)	Вес дисциплины в формировании компетенции (100 / количество дисциплин, практик)
ОПК-8 способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	
Безопасность жизнедеятельности	4,76
Основы математической обработки информации	4,76
Педагогика	4,76
<b>Возрастная анатомия, физиология и гигиена</b>	<b>4,76</b>
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	4,76
Социальная педагогика	4,76
производственная практика (преддипломная)	4,76
производственная практика (педагогическая)	4,76
Технология конструкционных материалов	4,76
Техническое творчество	4,76
Легоконструирование	4,76
Практикум по обработке металлов	4,76
Техническое моделирование и конструирование	4,76
Технологии обработки древесины	4,76
Комплексный экзамен по педагогике и психологии	4,76
учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы))	4,76
Экзамен по модулю "Модуль 3 "Здоровьесберегающий""	4,76
учебная практика (проектно-исследовательская работа)	4,76
Технологии подготовки к участию в соревнованиях "Worldskills	4,76
учебная практика (ознакомительная (введение в технологию))	4,76
Физические основы технологий	4,76
УК-8 способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
Безопасность жизнедеятельности	12,50
<b>Возрастная анатомия, физиология и гигиена</b>	<b>12,50</b>
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	12,50
Система стандартов безопасности труда	12,50
учебная практика (ознакомительная)	12,50
Модуль 6 "Предметно - содержательный"	12,50
учебная практика по формированию цифровых компетенций	12,50
Экзамен по модулю "Модуль 3 "Здоровьесберегающий""	12,50

Таблица 3 - Этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП

Код компетенции	Этап базовой подготовки	Этап расширения и углубления подготовки	Этап профессионально-практической подготовки
-----------------	-------------------------	---	--

ОПК-8	<p><b>Безопасность жизнедеятельности, Основы математической обработки информации, Педагогика, Возрастная анатомия, Физиология и гигиена, Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, Социальная педагогика, производственная практика (преддипломная), производственная практика (педагогическая), Технология конструкционных материалов, Техническое творчество, Легоконструирование, Практикум по обработке металлов, Техническое моделирование и конструирование, Технологии обработки древесины, Комплексный экзамен по педагогике и психологии, учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)), Экзамен по модулю "Модуль 3 "Здоровьесберегающий"", учебная практика (проектно-исследовательская работа), Технологии подготовки к участию в соревнованиях "Worldskills, учебная практика (ознакомительная (введение в технологию), Физические основы технологий</b></p>		<p>производственная практика (преддипломная), производственная практика (педагогическая), учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)), учебная практика (проектно-исследовательская работа), учебная практика (ознакомительная (введение в технологию)</p>
УК-8	<p><b>Безопасность жизнедеятельности, Возрастная анатомия, физиология и гигиена, Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, Система стандартов безопасности труда, учебная практика (ознакомительная), Модуль 6 "Предметно - содержательный", учебная практика по формированию цифровых компетенций, Экзамен по модулю "Модуль 3 "Здоровьесберегающий""</b></p>		<p>учебная практика (ознакомительная), учебная практика по формированию цифровых компетенций</p>

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

Таблица 4 - Показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения учебной дисциплины (в соответствии с РПД)

№	Раздел	
<b>Формируемые компетенции</b>		
<b>Показатели сформированности (в терминах «знать», «уметь», «владеть»)</b>		<b>Виды оценочных средств</b>
1	Общебиологические закономерности роста и развития	
	ОПК-8 УК-8	
	Знать з.1 возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков Знать з.2 основы гигиены детей и подростков на различных этапах онтогенеза	Доклад/сообщение Конспект по теме Отчет по лабораторной работе Тест
	Уметь у.1 учитывать влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение Уметь применять знания гигиенических и анатомо-физиологических особенностях при организации учебно-воспитательного процесса	Отчет по лабораторной работе Тест
	Владеть в.1 методиками диагностики функционального состояния детей и подростков. Владеть в.2 навыками применения гигиенических требований в профессиональной деятельности.	Отчет по лабораторной работе
2	Регуляция функций организма	
	ОПК-8 УК-8	
	Знать з.1 возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков Знать з.2 основы гигиены детей и подростков на различных этапах онтогенеза	Аннотация Отчет по лабораторной работе Тест
	Уметь у.1 учитывать влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение	Отчет по лабораторной работе Тест
	Владеть в.1 методиками диагностики функционального состояния детей и подростков. Владеть в.2 навыками применения гигиенических требований в профессиональной деятельности.	Конспект по теме Отчет по лабораторной работе Ситуационные задачи
3	Висцеральные и моторные функции	
	ОПК-8 УК-8	
	Знать з.1 возрастные анатомо-физиологические особенности детей и подростков Знать з.2 основы гигиены детей и подростков на различных этапах онтогенеза	Контрольная работа по разделу/теме Отчет по лабораторной работе Тест
	Уметь у.1 учитывать влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на его физическую и психическую работоспособность, поведение Уметь применять знания гигиенических и анатомо-физиологических особенностях при организации учебно-воспитательного процесса	Контрольная работа по разделу/теме Отчет по лабораторной работе Тест
	Владеть в.1 методиками диагностики функционального состояния детей и подростков. Владеть в.2 навыками применения гигиенических требований в профессиональной деятельности.	Контрольная работа по разделу/теме Отчет по лабораторной работе
4	Гигиена	
	УК-8	
	Знать з.2 основы гигиены детей и подростков на различных этапах онтогенеза	Реферат Тест

Владеть в.2 навыками применения гигиенических требований в профессиональной деятельности.	Кейс-задачи
---	-------------

Таблица 5 - Описание уровней и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Код	Содержание компетенции			
Уровни освоения компетенции	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая оценка)	% освоения (рейтинговая оценка)
ОПК-8	ОПК-8 способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний			
УК-8	УК-8 способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения п...			
Высокий (продвинутой)	Творческая деятельность	<p>Обучающийся готов самостоятельно решать стандартные и нестандартные профессиональные задачи в предметной области дисциплины.</p> <p>Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда.</p> <p>Свободно демонстрирует умение создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи.</p> <p>Свободно владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения.</p>	Отлично	91-100

Средний (оптимальный)	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу, с большей степенью самостоятельности и инициативы	Обучающийся готов самостоятельно решать различные стандартные профессиональные задачи в предметной области дисциплины. Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда, допускает незначительные ошибки. Демонстрирует умения создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи. Уверенно владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения, допускает незначительные ошибки.	Хорошо	71-90
Пороговый	Репродуктивная деятельность	Обучающийся способен решать необходимый минимум стандартных профессиональных задач в предметной области дисциплины. Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда, не демонстрирует глубокого понимания материала. В основном демонстрирует умения создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи. Владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения, допускает ошибки.	Удовлетворительно	51-70
Недостаточный	Отсутствие признаков порогового уровня	Отсутствие признаков порогового уровня	Неудовлетворительно	50 и менее

**Раздел 3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)**

**1. Оценочные средства для текущего контроля**

Раздел: Общебиологические закономерности роста и развития

*Задания для оценки знаний*

**1. Доклад/сообщение:**

Подготовьте доклад на тему:

1. Организм и среда его обитания.
2. Календарный и биологический возраст.
3. Акселерация, ее проблемы. ретардация .
4. Наследственность и среда, их влияние на развитие детского организма Количество баллов: 5

**2. Конспект по теме:**

Подготовить конспект по теме "Возрастная периодизация". План:

1. История развития понятия "возрастная периодизация"
2. Различные подходы к определению критериев возрастных групп
3. Виды возрастной периодизации.
4. Акселерация и ретардация - состояние проблемы в настоящее время.

**3. Отчет по лабораторной работе:**

Отчет по лабораторной работе:

1. постановка цели рабты
1. Результаты выполнения работы
2. Обоснование выводов
3. Сопоставление цели с полученными выводами

**4. Тест:**

1. Развитие внешних половых признаков используют для определения...
  - 1) Физиометрических показателей;
  - 2) Соматометрических показателей;
  - 3) Биологического возраста;
  - 4) Календарного возраста.
2. К психолого-педагогическим критериям школьной зрелости не относят уровень.....
  - 1) Умственной работоспособности;
  - 2) Соматической зрелости;
  - 3) Развития памяти;
  - 4) Психосоциальной зрелости.
3. Установите соответствие между группой признаков и соответствующими показателями...
  1. Соматометрические признаки; А. половое развитие
  2. Физиометрические признаки; Б. мышечная сила кисти
  3. Соматоскопические признаки В. окружность головы
  4. Количественные и качественные изменения, происходящие в организме человека, заключающиеся в усложнении строения и функций всех тканей, органов, их дифференцировке, усложнении взаимоотношений органов и систем организма и процессов их регуляции, называют ...
    - 1) ростом 2) гетерохронностью 3) развитием 4) оплодотворением
  5. Для астеноидного типа характерно ...
    - 1) грудная клетка уплощенная, вытянутая, суженная книзу
    - 2) удлинение конечностей и тонкий костяк
    - 3) грудная клетка цилиндрическая, округлая, одинакового диаметра по всей длине
    - 4) массивный скелет с четко выраженными эпифизами
  6. Общее представление о физическом развитии получают при проведении трех основных антропометрических измерений: ...
    - 1) силовой выносливости, минутного объема крови, быстроты
    - 2) длины тела, массы тела, обхвата грудной клетки

- 3) жизненной емкости легких, гибкости, ловкости
- 4) скоростной выносливости, осанки, артериального давления
- 7. Развитие внешних половых признаков используют для определения...
  - 1) Физиометрических показателей; 2) Соматометрических показателей; 3) Биологического возраста; 4) календарного возраста.
- 8. К психолого-педагогическим критериям школьной зрелости не относят уровень.....
  - 1) Умственной работоспособности; 2) Соматической зрелости;
- 3) Развития памяти; 4) Психосоциальной зрелости

### *Задания для оценки умений*

#### **1. Отчет по лабораторной работе:**

Отчет по лабораторной работе:

- 1. постановка цели работы
- 1. Результаты выполнения работы
- 2. Обоснование выводов
- 3. Сопоставление цели с полученными выводами

#### **2. Тест:**

- 1. Развитие внешних половых признаков используют для определения...
  - 1) Физиометрических показателей;
  - 2) Соматометрических показателей;
  - 3) Биологического возраста;
  - 4) Календарного возраста.
- 2. К психолого-педагогическим критериям школьной зрелости не относят уровень.....
  - 1) Умственной работоспособности;
  - 2) Соматической зрелости;
  - 3) Развития памяти;
  - 4) Психосоциальной зрелости.
- 3. Установите соответствие между группой признаков и соответствующими показателями...
  - 1. Соматометрические признаки; А. половое развитие
  - 2. Физиометрические признаки; Б. мышечная сила кисти
  - 3. Соматоскопические признаки В. окружность головы
  - 4. Количественные и качественные изменения, происходящие в организме человека, заключающиеся в усложнении строения и функций всех тканей, органов, их дифференцировке, усложнении взаимоотношений органов и систем организма и процессов их регуляции, называют ...
    - 1) ростом 2) гетерохронностью 3) развитием 4) оплодотворением
  - 5. Для астеноидного типа характерно ...
    - 1) грудная клетка уплощенная, вытянутая, суженная книзу
    - 2) удлинение конечностей и тонкий костяк
    - 3) грудная клетка цилиндрическая, округлая, одинакового диаметра по всей длине
    - 4) массивный скелет с четко выраженными эпифизами
  - 6. Общее представление о физическом развитии получают при проведении трех основных антропометрических измерений: ...
    - 1) силовой выносливости, минутного объема крови, быстроты
    - 2) длины тела, массы тела, обхвата грудной клетки
    - 3) жизненной емкости легких, гибкости, ловкости
    - 4) скоростной выносливости, осанки, артериального давления
- 7. Развитие внешних половых признаков используют для определения...
  - 1) Физиометрических показателей; 2) Соматометрических показателей; 3) Биологического возраста; 4) календарного возраста.
- 8. К психолого-педагогическим критериям школьной зрелости не относят уровень.....

- 1) Умственной работоспособности; 2) Соматической зрелости;
- 3) Развития памяти; 4) Психосоциальной зрелости

### *Задания для оценки владений*

#### **1. Отчет по лабораторной работе:**

Отчет по лабораторной работе:

1. постановка цели работы
1. Результаты выполнения работы
2. Обоснование выводов
3. Сопоставление цели с полученными выводами

Раздел: Регуляция функций организма

### *Задания для оценки знаний*

#### **1. Аннотация:**

Представить аннотации двух научных статей из журнала "Здоровьесберегающее образование" Указать:

1. Номер журнала и год выпуска
2. Название статьи 3.Сведения об авторах
4. Направленность статьи (теоретическая, научно-практическая, исследовательская)
5. Основные результаты и их обсуждение
6. Личное мнение о статье.

#### **2. Отчет по лабораторной работе:**

отчет по лабораторной работе:

1. Постановка цели работы
- 2.представление результатов работы
3. сопоставление полученных в работе данных с требованиями санитарных правил и норм
4. обоснование выводов

#### **3. Тест:**

1. Наименее зрелой структурой ЦНС к моменту рождения является
  - 1) продолговатый мозг 2) средний мозг 3) кора больших полушарий 4) мост мозга
2. Первые коммуникативные взаимодействия в онтогенезе возникают...
  - 1) до рождения ребенка 2) в период новорожденности 3) в период младенчества 4) в период раннего детства
3. Пренебрежение к требованиям, вытекающим из объективных закономерностей анатомо-физиологического развития, приводит к тому, что в школе дети с опережающим развитием чаще всего...
  - 1) утрачивают интерес к обучению; 2)стремятся к дальнейшему совершенствованию; 3) посещают школу с удовольствием; 4) учатся с большим интересом;
4. Непрерывная продолжительность чтения, согласно гигиеническим нормам для учащихся первого класса, составляет мин.

1)40-45 2) 15 3) 7- 10 4) 20-25

5. Наименее зрелой структурой ЦНС к моменту рождения является

1) продолговатый мозг 2) средний мозг

3) кора больших полушарий 4) мост мозга

6. Первые коммуникативные взаимодействия в онтогенезе возникают...

1) до рождения ребенка 2) в период новорожденности

3) в период младенчества 4) в период раннего детства

7. Пренебрежение к требованиям, вытекающим из объективных закономерностей анатомо-физиологического развития, приводит к тому, что в школе дети с опережающим развитием чаще всего...

1) утрачивают интерес к обучению; 2) стремятся к дальнейшему совершенствованию;

3) посещают школу с удовольствием; 4) учатся с большим интересом.

8. Предметам, в обучении которым преобладает двигательный (динамический) компонент (физкультура, музыкальные занятия и занятия ритмикой), у учащихся младших классов следует отводить уроки.

1) четвёртые 2) шестые 3) первые 4) третьи

### *Задания для оценки умений*

#### **1. Отчет по лабораторной работе:**

отчет по лабораторной работе:

1. Постановка цели работы

2. представление результатов работы

3. сопоставление полученных в работе данных с требованиями санитарных правил и норм

4. обоснование выводов

#### **2. Тест:**

1. Наименее зрелой структурой ЦНС к моменту рождения является

1) продолговатый мозг 2) средний мозг 3) кора больших полушарий 4) мост мозга

2. Первые коммуникативные взаимодействия в онтогенезе возникают...

1) до рождения ребенка 2) в период новорожденности 3) в период младенчества 4) в период раннего детства

3. Пренебрежение к требованиям, вытекающим из объективных закономерностей анатомо-физиологического развития, приводит к тому, что в школе дети с опережающим развитием чаще всего...

1) утрачивают интерес к обучению; 2) стремятся к дальнейшему совершенствованию; 3) посещают школу с удовольствием; 4) учатся с большим интересом;

4. Непрерывная продолжительность чтения, согласно гигиеническим нормам для учащихся первого класса, составляет мин.

1) 40-45 2) 15 3) 7- 10 4) 20-25

5. Наименее зрелой структурой ЦНС к моменту рождения является

1) продолговатый мозг 2) средний мозг

3) кора больших полушарий 4) мост мозга

6. Первые коммуникативные взаимодействия в онтогенезе возникают...

1) до рождения ребенка 2) в период новорожденности

3) в период младенчества 4) в период раннего детства

7. Пренебрежение к требованиям, вытекающим из объективных закономерностей анатомо-физиологического развития, приводит к тому, что в школе дети с опережающим развитием чаще всего...

1) утрачивают интерес к обучению; 2) стремятся к дальнейшему совершенствованию;

3) посещают школу с удовольствием; 4) учатся с большим интересом.

8. Предметам, в обучении которым преобладает двигательный (динамический) компонент (физкультура, музыкальные занятия и занятия ритмикой), у учащихся младших классов следует отводить уроки.

1) четвёртые 2) шестые 3) первые 4) третьи

## *Задания для оценки владений*

### **1. Конспект по теме:**

конспект по теме "Умственная работоспособность"

1. Общие закономерности работоспособности
2. Характеристика фаз умственной работоспособности
3. Утомление и переутомление - характеристика признаков 4 . Профилактика раннего утомления

### **2. Отчет по лабораторной работе:**

отчет по лабораторной работе:

1. Постановка цели работы
2. представление результатов работы
3. сопоставление полученных в работе данных с требованиями санитарных правил и норм
4. обоснование выводов

### **3. Ситуационные задачи:**

#### 1. Задача

При оценке состояния здоровья школьника 14 лет ортопед обратил внимание на нарушение его осанки, что связал с неправильной посадкой ученика за школьной партой. Наблюдая за положением тела ребенка на занятиях, Вы измерили отдельные размеры его тела и сопоставили их с размерами школьной мебели.

Чтобы посадка учащегося была более устойчивой, высота сидения стула над полом должна быть равна ... (длине голени сидящего вместе со стопой «+» 5-10 см на высоту каблука)

Для оценки правильной посадки ученика за партой необходимо учитывать следующие параметры между столом и сиденьем .

(дистанция сиденья) (дистанция спинки)

Во время учебной деятельности при посадке за столом между туловищем и краем стола должно быть расстояние не менее см.

2. На уроке математики в процессе выполнения напряжённой умственной работы у второклассника Никиты появилось учащенное дыхание, повышенная частота сердечных сокращений. При этом наблюдалось покраснение лица, расширение зрачков. Ребенок жаловался на сухость во рту (жажду) и боли в области желудка.

1. Опишите нервно-гуморальный механизм, обеспечивающий данные реакции.

2. Какой отдел вегетативной нервной системы регулирует данные реакции?

3. Какие гормоны и какая эндокринная железа участвуют в обеспечении данной реакции?

3. Третьеклассник Кирилл ни минуты не сидит спокойно на уроке. Он постоянно меняет позу, листает учебник, хватается предметы с парты, разговаривает с соседом. На замечания учителя не реагирует. Исключение составляют уроки математики, на которых он сосредоточен, деловит и настойчив. Говорит Кирилл очень быстро – «проглатывает слова». Походка быстрая, вприпрыжку. На переменах бегаёт по коридору, требованиям дежурных не подчиняется. Легко увлекается каким-нибудь делом (и плохим, и хорошим), но быстро охладевает. Слышит среди товарищей человеком, которому «всё нипочем».

1. Определите тип высшей нервной деятельности школьника (по И.П. Павлову).

2. Охарактеризуйте свойства нервной системы, обуславливающие данное поведение.

3. Предложите варианты корректирующих мероприятий при данном типе ВНД.

Раздел: Висцеральные и моторные функции

## *Задания для оценки знаний*

### **1. Контрольная работа по разделу/теме:**

Контрольная работа по разделу

1 вариант:

1. Морфофункциональное созревание кардиореспираторной системы на разных этапах онтогенеза
2. Возрастные изменения системы крови
3. Возрастные особенности выделительной системы.

2 вариант

1. Этапы формирования иммунной системы в онтогенезе,
2. Роль двигательной активности в формировании кардиореспираторной системы.
3. Гигиенические требования к одежде и обуви

1. Строение и функции отделов пищеварительной системы в разные возрастные периоды, особенности регуляции функций пищеварительных желез в онтогенезе.
2. Морфо-функциональные изменения в системе дыхания в онтогенезе
3. Рациональное питание в детском возрасте и организация питания в образовательных организациях.

## 2. Отчет по лабораторной работе:

Отчет по лабораторной работе:

1. Цель работы
2. Содержание
3. Результаты
4. Выводы

## 3. Тест:

1. Высокая восприимчивость к кишечным инфекциям у детей объясняется ..... в желудочном соке
  1. Низкой активностью ферментов; 2. Высокой активностью ферментов;
  3. Низкой концентрацией соляной кислоты; 4. Высокой концентрацией соляной кислоты
2. Нестабильность артериального давления и сердечного ритма отмечается в .... возрасте
  1. В среднем школьном; 2. В подростковом; 3. Грудном; 4. Младшем школьном;
3. Процессы ассимиляции преобладают над процессами диссимиляции ..
  1. У стареющих людей 2. У детей 3. У взрослых 4. На всех этапах онтогенеза
4. Систолический объём кровотока с возрастом .....
  1. Уменьшается; 2. Не меняется; 3. Увеличивается;
4. Меняется в зависимости от индивидуальных особенностей организма
  5. С возрастом частота сердечных сокращений....
    1. Увеличивается, минутный объём уменьшается; 2. Уменьшается, минутный объём увеличивается;
    3. Увеличивается, минутный объём увеличивается 4. Уменьшается, минутный объём уменьшается
6. Временное повышение артериального давления, связанное с опережающим ростом сердца по сравнению с кровеносными сосудами, называется ...
  1. Аритмией; 2. Пороком сердца; 3. Юношеской гипертонией; 4. Ишемической болезнью сердца
7. С возрастом частота дыхательных движений у детей ...
  1. Увеличивается; 2. Уменьшается; 3. Не изменяется; 4. Меняется закономерно;
8. В сердце плода, в отличие от взрослого человека, имеется... в стенке между предсердиями
  1. Овальное отверстие; 2. Круглое отверстие; 3. Овальная перегородка; 4. Круглая перегородка
9. Основные терморегуляторные реакции организма формируются в возрасте
  1. Младенческом 2. Подростковом 3. Юношеском 4. Детском
10. Этап обмена веществ с затратами энергии, являющийся основой для формирования новых тканей в процессе роста, регенерации, синтеза клеточных соединений, называется....
  1. Анаболизмом 2. Катаболизмом 3. Метаболизмом 4. Онтогенезом
11. В ротовой полости начинается расщепление .....
  1. Углеводов 2. Белков 3. Жиров 4. Аминокислот
12. У детей до 3-х лет частота сердечных сокращений значительно превышает ЧСС взрослых, т. к. в регуляции сердечной деятельности преобладает тонус... отдела вегетативной нервной системы
  1. Соматического; 2. Парасимпатического; 3. Центрального; 4. Симпатического

## *Задания для оценки умений*

### 1. Контрольная работа по разделу/теме:

Контрольная работа по разделу

1 вариант:

1. Морфофункциональное созревание кардиореспираторной системы на разных этапах онтогенеза
2. Возрастные изменения системы крови
3. Возрастные особенности выделительной системы.

2 вариант

1. Этапы формирования иммунной системы в онтогенезе,
2. Роль двигательной активности в формировании кардиореспираторной системы.
3. Гигиенические требования к одежде и обуви

1. Строение и функции отделов пищеварительной системы в разные возрастные периоды, особенности регуляции функций пищеварительных желез в онтогенезе.
2. Морфо-функциональные изменения в системе дыхания в онтогенезе
3. Рациональное питание в детском возрасте и организация питания в образовательных организациях.

## 2. Отчет по лабораторной работе:

Отчет по лабораторной работе:

1. Цель работы
2. Содержание
3. Результаты
4. Выводы

## 3. Тест:

1. Высокая восприимчивость к кишечным инфекциям у детей объясняется ..... в желудочном соке  
1. Низкой активностью ферментов; 2. Высокой активностью ферментов;  
3. Низкой концентрацией соляной кислоты; 4. Высокой концентрацией соляной кислоты
2. Нестабильность артериального давления и сердечного ритма отмечается в .... возрасте 1. В среднем школьном; 2. В подростковом; 3. Грудном; 4. Младшем школьном;  
3. Процессы ассимиляции преобладают над процессами диссимиляции ..  
1. У стареющих людей 2. У детей 3. У взрослых 4. На всех этапах онтогенеза  
4. Систолический объём кровотока с возрастом .....  
1. Уменьшается; 2. Не меняется; 3. Увеличивается;  
4. Меняется в зависимости от индивидуальных особенностей организма  
5. С возрастом частота сердечных сокращений....  
1. Увеличивается, минутный объём уменьшается; 2. Уменьшается, минутный объём увеличивается;  
3. Увеличивается, минутный объём увеличивается 4. Уменьшается, минутный объём уменьшается  
6. Временное повышение артериального давления, связанное с опережающим ростом сердца по сравнению с кровеносными сосудами, называется ...  
1. Аритмией; 2. Пороком сердца; 3. Юношеской гипертонией; 4. Ишемической болезнью сердца  
7. С возрастом частота дыхательных движений у детей ...  
1. Увеличивается; 2. Уменьшается; 3. Не изменяется; 4. Меняется закономерно;  
8. В сердце плода, в отличие от взрослого человека, имеется... в стенке между предсердиями  
1. Овальное отверстие; 2. Круглое отверстие; 3. Овальная перегородка; 4. Круглая перегородка
9. Основные терморегуляторные реакции организма формируются в возрасте  
1. Младенческом 2. Подростковом 3. Юношеском 4. Детском
10. Этап обмена веществ с затратами энергии, являющийся основой для формирования новых тканей в процессе роста, регенерации, синтеза клеточных соединений, называется....  
1. Анаболизмом 2. Катаболизмом 3. Метаболизмом 4. Онтогенезом
11. В ротовой полости начинается расщепление .....  
1. Углеводов 2. Белков 3. Жиров 4. Аминокислот
12. У детей до 3-х лет частота сердечных сокращений значительно превышает ЧСС взрослых, т. к. в регуляции сердечной деятельности преобладает тонус... отдела вегетативной нервной системы  
1. Соматического; 2. Парасимпатического; 3. Центрального; 4. Симпатического

## Задания для оценки владений

### 1. Контрольная работа по разделу/теме:

Контрольная работа по разделу

1 вариант:

1. Морфофункциональное созревание кардиореспираторной системы на разных этапах онтогенеза
2. Возрастные изменения системы крови
3. Возрастные особенности выделительной системы.

2 вариант

1. Этапы формирования иммунной системы в онтогенезе,
2. Роль двигательной активности в формировании кардиореспираторной системы.
3. Гигиенические требования к одежде и обуви

1. Строение и функции отделов пищеварительной системы в разные возрастные периоды, особенности регуляции функций пищеварительных желез в онтогенезе.
2. Морфо-функциональные изменения в системе дыхания в онтогенезе
3. Рациональное питание в детском возрасте и организация питания в образовательных организациях.

## 2. Отчет по лабораторной работе:

Отчет по лабораторной работе:

1. Цель работы
2. Содержание
3. Результаты
4. Выводы

Раздел: Гигиена

### *Задания для оценки знаний*

#### 1. Реферат:

Подготовить реферат по плану:

Гигиенические требования к учебной мебели и её расстановке:

назначение мебели

номера по СанПиНам

основные требования

влияние на состояния осанки и зрительного анализатора

Форма контроля -

#### 2. Тест:

1. Боковое искривление позвоночника называется ... (Сколиозом)
2. Во время карантина необходимо изолировать детей, имевших контакт с заболевшим ребенком, на срок, равный .  
(инкубационному (скрытому) периоду болезни)
3. Уровень искусственной освещенности люминесцентными лампами в учебных помещениях для теоретических занятий должен быть не ниже лк.  
(300-500)
4. Количество занятий в первом классе общеобразовательной школы должно составлять часа(-ов) в неделю.  
(20)
5. Усиление темпов роста позвоночного столба наблюдается в ... (7-9)
6. На последних этажах образовательного учреждения размещается ... (химико-техническая лаборатория)
7. В период полового созревания грудная клетка у девочек приобретает форму. (Цилиндрическую)
8. Специфический иммунный ответ обусловлен ...  
(функцией клеток и органов иммунной системы, вырабатывающих антитела и антитоксины)

### *Задания для оценки умений*

### *Задания для оценки владений*

#### 1. Кейс-задачи:

Спустя три недели от начала занятий к директору школы стали обращаться родители учеников с жалобами на чрезмерную усталость детей, снижение их успеваемости. Преподаватели обратили внимание на ухудшение дисциплины на занятиях. Педагогический совет школы поручил трем наиболее опытным преподавателям разобраться в причинах указанного и, в частности, проанализировать школьное расписание для учеников 4 класса средней школы на предмет правильности его составления с учетом возраста учащихся, динамики дневной и недельной работоспособности.

Нормальное физиологическое состояние, связанное со снижением познавательной потребности (интереса к уроку) и характеризующееся временным уменьшением функциональной подвижности клеток коры головного мозга, называется ...

- 1) усталостью
- 2) переутомлением
- 3) стрессом
- 4) утомлением

При оценке состояния здоровья школьника 14 лет ортопед обратил внимание на нарушение его осанки, что связал с неправильной посадкой ученика за школьной партой. Наблюдая за положением тела ребенка на занятиях, Вы измерили отдельные размеры его тела и сопоставили их с размерами школьной мебели.

Для оценки правильной посадки ученика за партой необходимо учитывать следующие параметры между столом и сиденьем ...

- 1) глубина сиденья
- 2) высота сиденья
- 3) дистанция сиденья
- 4) дистанция спинки

## 2. Оценочные средства для промежуточной аттестации

### 1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Предмет, задачи и содержание курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Значение знаний ВАФ для педагога
2. Основные закономерности роста и развития детей и подростков. Понятие о росте и развитии: понятие об онтогенезе; понятие о физическом и психическом развитии, гетерохронность и гармоничность развития; критические периоды в постнатальном развитии детей и подростков.
3. Методы оценки физического развития и состояния здоровья детей и подростков (антропометрические методы исследования, методы оценки индивидуального физического развития, группы здоровья).
4. Опорно-двигательная система и её возрастные особенности. Значение опорно-двигательного аппарата
5. Возрастные особенности формирования и развития скелета и его частей.
6. Возрастные особенности мышечной системы. Строение и классификация скелетных мышц. Основные функциональные свойства мышц.
7. Работа и сила мышц. Мышечный тонус. Мышечная масса и сила мышц в различном возрасте.
8. Нарушения развития опорно-двигательного аппарата. Осанка, виды осанки. Сколиозы, лордозы, кифозы, плоскостопие. Причины их возникновения и методы их предупреждения и лечения.
9. Школьная мебель и её использование. Подбор мебели, расстановка
10. Физиологическое обоснование рабочей позы учащихся
11. Особенности реакций организма на физическую нагрузку в разном возрасте. Влияние физических нагрузок на организм.
12. Утомление при различных видах мышечной работы, её возрастные особенности
13. Развитие двигательных навыков, совершенствование координации движений с возрастом
14. Рефлекс – основная форма нервной деятельности.
15. Координация нервных процессов в ЦНС. Конвергенция, иррадиация, индукция. Особенности координации нервных процессов у детей и подростков.
16. Физиологический механизм и условия образования условных рефлексов. Роль подкорковых структур в образовании условных рефлексов.
17. Возрастные особенности условно-рефлекторной деятельности. Возрастные особенности условно-рефлекторной деятельности.
18. Значение знаний процессов торможения условных рефлексов у детей и подростков и оптимизация на этой основе учебно-воспитательного процесса.

19. Учение Ухтомского о доминанте и его значение в управлении познавательной деятельностью учащихся.
20. Динамический стереотип, механизм его формирования и роль в процессе обучения и воспитания
21. Физиолого-гигиенические основы организации учебно-воспитательного процесса в школе.
22. Понятие об утомлении и работоспособности. Фазы работоспособности и её дневная периодичность, недельная динамика работоспособности.
23. Гигиенические основы организации урока, перерыв, учебного дня, недели. Гигиенические требования к составлению расписания. Самостоятельные учебные занятия и подготовка уроков.
24. Возрастные особенности зрительного анализатора. Причины нарушения зрения у детей. Профилактика близорукости.
25. Возрастные особенности слухового анализатора. Причины слабослышимости и профилактика нарушения слуха у детей.
26. Система мочевого выделения. Строение и функции почек. Роль личной гигиены в предупреждении заболеваний системы мочевого выделения.
27. Возрастные особенности формирования сердечно –сосудистой системы характеристика критических периодов в её развитии
28. Формирование иммунных реакций в процессе развития ребенка.

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

1. Для текущего контроля используются следующие оценочные средства:

### **1. Аннотация**

Аннотация – самое краткое сообщение о тематике первичного документа.

Особенности текста аннотации состоят в следующем:

- аннотация включает характеристику основной темы, проблемы объекта, цели работы и её результаты. В аннотации указывают, что нового несёт в себе данный документ по сравнению с другими, родственными по тематике и целевому назначению;
- аннотация может включать сведения об авторе первичного документа и достоинствах произведения, взятые из других документов;
- рекомендуемый средний объём аннотации 500 печатных знаков.

Аннотация состоит из двух частей:

- а) библиографического описания;
- б) текста аннотации.

Образец оформления аннотации

АННОТАЦИЯ на первоисточник (статью, книгу, сочинение и пр.)

Фамилия автора, полное наименование работы, места и год издания

1. Краткие сведения об авторе.
2. Вид издания (статья, книга, учебник, сочинение и пр.).
3. Целевая аудитория издания.
4. Цели и задачи издания.
5. Структура издания и краткий обзор содержания работы.
6. Основные мысли, проблемы, затронутые автором.
7. Выводы и предложения автора по решению затронутых проблем.

### **2. Доклад/сообщение**

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
  - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
  - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
  - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
  - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
  - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

### **3. Кейс-задачи**

Кейс – это описание конкретной ситуации, отражающей какую-либо практическую проблему, анализ и поиск решения которой позволяет развивать у обучающихся самостоятельность мышления, способность выслушивать и учитывать альтернативную точку зрения, а также аргументировано отстаивать собственную позицию.

Рекомендации по работе с кейсом:

1. Сначала необходимо прочитать всю имеющуюся информацию, чтобы составить целостное представление о ситуации; не следует сразу анализировать эту информацию, желательно лишь выделить в ней данные, показавшиеся важными.
2. Требуется охарактеризовать ситуацию, определить ее сущность и отметить второстепенные элементы, а также сформулировать основную проблему и проблемы, ей подчиненные. Важно оценить все факты, касающиеся основной проблемы (не все факты, изложенные в ситуации, могут быть прямо связаны с ней), и попытаться установить взаимосвязь между приведенными данными.
3. Следует сформулировать критерий для проверки правильности предложенного решения, попытаться найти альтернативные способы решения, если такие существуют, и определить вариант, наиболее удовлетворяющий выбранному критерию.
4. В заключении необходимо разработать перечень практических мероприятий по реализации предложенного решения.
5. Для презентации решения кейса необходимо визуализировать решение (в виде электронной презентации, изображения на доске и пр.), а также оформить письменный отчет по кейсу.

#### **4. Конспект по теме**

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

#### **5. Контрольная работа по разделу/теме**

Контрольная работа выполняется с целью проверки знаний и умений, полученных студентом в ходе лекционных и практических занятий и самостоятельного изучения дисциплины. Написание контрольной работы призвано установить степень усвоения студентами учебного материала раздела/темы и формирования соответствующих компетенций.

Подготовку к контрольной работе следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данному разделу/теме и конспектов лекций.

Контрольная работа выполняется студентом в срок, установленный преподавателем в письменном (печатном или рукописном) виде.

При оформлении контрольной работы следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

#### **6. Отчет по лабораторной работе**

При составлении и оформлении отчета следует придерживаться рекомендаций, представленных в методических указаниях по выполнению лабораторных работ по дисциплине.

## 7. Реферат

Реферат – теоретическое исследование определенной проблемы, включающее обзор соответствующих литературных и других источников.

Реферат обычно включает следующие части:

1. библиографическое описание первичного документа;
2. собственно реферативная часть (текст реферата);
3. справочный аппарат, т.е. дополнительные сведения и примечания (сведения, дополнительно характеризующие первичный документ: число иллюстраций и таблиц, имеющихся в документе, количество источников в списке использованной литературы).

Этапы написания реферата

1. выбрать тему, если она не определена преподавателем;
2. определить источники, с которыми придется работать;
3. изучить, систематизировать и обработать выбранный материал из источников;
4. составить план;
5. написать реферат:
  - обосновать актуальность выбранной темы;
  - указать исходные данные реферируемого текста (название, где опубликован, в каком году), сведения об авторе (Ф. И. О., специальность, ученая степень, ученое звание);
  - сформулировать проблематику выбранной темы;
  - привести основные тезисы реферируемого текста и их аргументацию;
  - сделать общий вывод по проблеме, заявленной в реферате.

При оформлении реферата следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

## 8. Ситуационные задачи

Ситуационная задача представляет собой задание, которое включает в себя характеристику ситуации из которой нужно выйти, или предложить ее исправить; охарактеризовать условия, в которых может возникнуть та или иная ситуация и предложить найти выход из нее и т.д.

При выполнении ситуационной задачи необходимо соблюдать следующие указания:

1. Внимательно прочитать текст предложенной задачи и вопросы к ней.
2. Все вопросы логично связаны с самой предложенной задачей, поэтому необходимо работать с каждым из вопросов отдельно.
3. Вопросы к задаче расположены по мере усложнения, поэтому желательно работать с ними в том порядке, в котором они поставлены.

## 9. Тест

Тест это система стандартизированных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными. Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- выяснить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

## 2. Описание процедуры промежуточной аттестации

Оценка за зачет/экзамен может быть выставлена по результатам текущего рейтинга. Текущий рейтинг – это результаты выполнения практических работ в ходе обучения, контрольных работ, выполнения заданий к лекциям (при наличии) и др. видов заданий.

Результаты текущего рейтинга доводятся до студентов до начала экзаменационной сессии.

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Зачет может проводиться как в формате, аналогичном проведению экзамена, так и в других формах, основанных на выполнении индивидуального или группового задания, позволяющего осуществить контроль знаний и полученных навыков.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачёту и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачёта и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путём самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».