


ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ:

Заместитель директора

 И.А. Злобина

31 августа 2021 г.

**Комплект  
контрольно-оценочных средств**

по учебной дисциплине

**ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

для специальности

**54.02.06 Изобразительное искусство и черчение**

РАССМОТРЕНО

на заседании предметно-цикловой комиссии  
общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей  
специальности 54.02.06 Изобразительное искусство и черчение  
Протокол № 1 от 31 августа 2021 г.

Председатель  Ю.Я. Будянская

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта среднего  
профессионального образования по специальности 54.02.06 Изобразительное  
искусство и черчение

Составитель: Косинова Елена Алексеевна, преподаватель

## 1. Паспорт комплекта оценочных средств

### 1.1 Область применения комплекта оценочных средств

Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОП 03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

КОС включают контрольные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

КОС разработан на основании рабочей программы учебной дисциплины ОП 03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

### 1.2 Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, дифференцированного зачета.

### 2. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, дифференцированного зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания), с учетом личностных результатов, профессионального стандарта и стандарта компетенции Ворлдскиллс</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>умения:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•определять типографическое расположение и строение органов и части тела;</li><li>•определять возрастные особенности строения организма детей;</li><li>•применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li><li>•оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском подростковом и юношеском возрасте;</li><li>•проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</li><li>•обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете при организации занятий черчением, изобразительным и декоративным искусством;</li><li>•учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в</li></ul>	Экспертное наблюдение и оценка при выполнении практической работы, проверка домашнего задания. Тестирование, защита практической работы, устный и письменный опрос, дифференцированный зачет.



течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса;

- соблюдать правила техники безопасности и санитарные нормы;

- проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения.

**знания:**

основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;

основные закономерности роста и развития организма человека

строение и функции систем органов здорового человека

физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;

возрастные анатомо-физиологические особенности детей;

влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на физическую и психическую работоспособность, поведение;

основы гигиены детей и подростков;

гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;

основы профилактики инфекционных заболеваний

гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещению школы;

основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-

методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная

физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета);

Экспертное наблюдение и оценка при выполнении практической работы, проверка домашнего задания.

Тестирование, защита практической работы, устный и письменный опрос, дифференцированный зачет.

## 2. Комплект оценочных средств

### 2.1. Контрольные вопросы к дифференцированному зачету

1. Структура и химический состав живых клеток, их функции
2. Типы деления клеток: митоз.
3. Головной мозг. Особенности строения и функционирования.
4. Нейрон как структурная единица нервной системы. Нейроглия и ее значение
5. Спинной мозг. Особенности строения и функционирования
6. Кора больших полушарий, важнейшие борозды и извилины, основные области коры.
7. Рефлекторная деятельность мозга. Понятие рефлекс, рефлекторное кольцо, рефлекторная дуга.
8. И.М. Сеченов и И.П. Павлов основоположники учения о ВНД
9. Психофизиологические основы индивидуальных особенностей ВНД человека
10. Особенности ВНД человека. Две сигнальные системы действительности.
11. Торможение в коре головного мозга.
12. Психофизиологические основы индивидуальных особенностей ВНД человека
13. Значение и общий план строения анализаторов.
14. Строение глаза.
15. Строение органа слуха
16. Механизмы фоторецепции. Цветовое зрение. Адаптация в зрительной сенсорной системе.
17. Значение и строение скелета человека. Скелет головы, туловища и конечностей.
18. Строение и состав скелетных мышц.
19. Значение дыхания. Строение органов дыхания.
20. Состав крови. Форменные элементы крови. Эритроциты, лейкоциты и тромбоциты, их функции
21. Сердце, его строение и расположение.
22. Цикл сердечной деятельности. Причины не утомляемости сердца. Систолический и минутный объемы крови.
23. Значение пищеварения. Органы пищеварительной системы.
24. Обмен веществ в организме.
25. Витамины, их роль в обмене веществ. Значение витаминов для роста и развития.
26. Железы внутренней секреции. Гормоны. Понятие и гипо-и гиперфункции желез.
27. Утомление и переутомление. Мероприятия, направленные на профилактику переутомления детей и подростков.
28. Физиолого-гигиенические требования к проведению уроков.
29. Гигиенические требования к режиму дня школьника.
30. Принципы построения расписания уроков на день, неделю, год.



31. Гигиеническая организация сна. Подготовка ко сну. Условия необходимые для нормального сна.
32. Гигиена учебно-воспитательного процесса. Гигиенические требования к наглядным и учебным пособиям. Расстановка мебели. Рассаживание детей. Гигиеническая организация перерывов между занятиями.
33. Санитарное состояние образовательного учреждения.
34. Школьная мебель и ее использование. Посадка за партой (учебным столом). Подбор мебели.
35. Освещение образовательных учреждений.
36. Гигиена дыхания. Формирование правильного дыхания. Гигиеническое значение воздушной среды в помещении. Микроклимат.
37. Организация питания в школе.
38. Освещение. Искусственное освещение.
39. Гигиенические требования к планировке здания и земельного участка.
40. Гигиеническое воспитание и санитарное просвещение
41. Близорукость, косоглазие и другие нарушения зрения у детей, правила организации уроков, требующих напряжения зрения. Использование ТСО. Значение мероприятий, предупреждающих чрезмерное напряжение зрения.
42. Воспитание гигиенических навыков, связанных с приемом пищи.
43. Гиподинамия. Меры борьбы с гиподинамией.
44. Гигиенические требования к пищевому блоку и его оборудованию.
45. Гигиена опорно-двигательного аппарата. Осанка. Значение правильной осанки. Признаки неправильной осанки. Профилактика нарушений осанки.
46. Закаливание организма ребенка. Основные принципы закаливания.
47. Гигиена кожи. Значение чистоты и целостности кожных покровов.
48. Гигиена слуха ребенка. Влияние шума на организм. Борьба с шумом в образовательных учреждениях.
49. Плоскостопие, причины, признаки и меры профилактики.
50. Понятие о микроклимате. Изменение состава и свойств воздуха под влиянием пребывания детей в помещении. Организация проветривания. Борьба с пылью.
51. Естественное освещение учебных помещений. Коэффициент естественного освещения, световой коэффициент, коэффициент заглуженности.
52. Требования к организации уголка школьника в семье, направленные на профилактику расстройств зрения и нарушений опорно-двигательного аппарата.

## **2.2. Биологические задачи**

1. Пospорили два ученика. Один из них утверждал, что лучше нести без отдыха попеременно правой и левой рукой. Другой говорил, что лучше нести одной правой рукой, а потом, отдохнув в течение нескольких десятков секунд, груз снова нести правой рукой. Кто из них прав? Когда скорее восстановится рабочее состояние правой руки: вовремя ее отдыха или в время работы левой руки? Ответ обоснуйте.



2. Некоторые родители учат ходить своих детей в возрасте 7-9 месяцев. К каким последствиям могут привести столь ранние упражнения?
3. При средней массе взрослого человека 70 кг. Масса скелета составляет всего 8-9 кг., т.е. скелет относительно легок. Известно, что он отличается высокой прочностью. Чем объясняется прочность и легкость костей скелета.
4. «Зеркалом организма» назвал кровь выдающийся французский физиолог Клод Бернар. Поясните утверждение ученого.
5. Выдающийся Русский ученый И.П Павлов сказал: «В организме имеется «чрезвычайная реакция», при которой организм жертвует какой-то частью для спасения целого». Какую реакцию имел ввиду ученый? Почему она называется чрезвычайной.
6. Человеку исполнилось 50 лет. Сколько лет суммарно находились мышцы его предсердий и желудочков в состоянии диастолы?
7. Сердце человека находится в околосердечной сумке. Это плотнотканное образование. Стенки сердца выделяют жидкость, увлажняющие сердце. Какую роль она играет?
8. Нередко, и без того узкие проходы носовой полости, при расширении кровяных сосудов слизистой оболочки становится еще уже и забиваются слизью. Вследствие этого дыхание через нос становится затрудненным. Многие дети, и взрослые в этом случае дышат ртом. Почему это вредно для здоровья?
9. Группа альпинистов совершала восхождение. Вот, не спеша, достигли в один километр, одолели второй. Все чувствовали себя хорошо. И вдруг несколько человек, и з оказавшихся на такой высоте стали жаловаться на головокружение, слабость и отдышку. Прошли еще несколько метров. Отдышка усилилась, к тому же заболела голова, появилась тошнота и шум в ушах. По настоянию руководителя группы заболевшие спустились обратно на базу. В чем причина столь резкого ухудшения самочувствия альпинистов.
10. Однажды в больницу было доставлен человек. Его грудная клетка с двух сторон была пробита. Легкие при этом остались невредимыми. Через некоторое время больной умер от удушья. Почему это произошло?
11. «Жизнь-это горение». Эти слова принадлежат знаменитыми французскими учеными XVIII века А. Лавуазье и П. Лапласу. Объясните, какое отношение это имеет в процессе дыхания.
12. Объясните, почему врачи и физиологи называют печень «химической лабораторией, продовольственным складом и диспетчером организма.
13. Почему ферменты желудка, разрушающие всевозможные белки, не разрушают белки тех клеток, в которых они вырабатываются.



14. Вам хорошо известны опыты И.П.Павлова по изучению пищеварения. Не обошел вниманием ученый и печень. Он вшивал воротную вену в нижнюю полую вену и кормил собаку, в основном, мясной пищей. Через некоторое время животное погибало. Объясните причины смерти собаки.
15. В медицинской практике известен случай, когда у девочки в шесть лет прекратился рост. Прошло три года, ее рост составил 90 см. Решили обратиться к врачу. Ребенку был назначен курс лечения. За 6 месяцев она подросла на 7 см, а в последующие два года еще на 14 см. Какое вещество могло повлиять на увеличение роста ребенка и почему?
16. Вспомните функции симпатической нервной системы и ее роль в регуляции работы внутренних органов. Почему физиологи считают мозговое вещество надпочечников элементом симпатической нервной системы?
17. Бытует мнение, что взятие спинномозговой жидкости из позвоночника очень опасная процедура. Подтвердите или опровергните данную точку зрения.
18. В древние времена анатомы называли продолговатый мозг «жизненным узлом». Как вы думаете, на основании каких наблюдений они сделали такое заключение?
19. В медицине известны случаи, когда человек, у которого полностью был поврежден спинной мозг, парализовано туловище и конечности, продолжал жить и заниматься умственным трудом. Как можно объяснить такие случаи?
20. Поражение мозжечка при опьянении – факт хорошо известный. Почему опьяневший человек, пытаясь сделать шаг, по инерции делает несколько шагов в том же направлении.
21. Выделение слюны при виде того, как режут лимон, и выделение слюны при слове «лимон». В чем сходство и различия между такими рефлексам?
22. Человеку достаточно сказать, что данное вещество ядовито, и он не станет его пробовать. Почему?
23. Мальчику сказали, что был звонок на урок. Он побежал в класс. С какой функцией слова мы встречаемся в этом примере.
24. Многие животные реагируют на человеческую речь. Создается впечатление, что они способны различать смысл того, что говорит человек. Объясните, чем различаются реакции на слова у животных и человека.
25. Люди, никогда не лечившие зубы, часто войдя в зубо врачебный кабинет, бледнеют, у них появляется дрожание рук, а на теле выделяется обильный пот. Как это объяснить?



## Критерии оценивания

**«5» «отлично»**– студент показывает глубокое и полное овладение содержанием программного материала по УД, в совершенстве владеет понятийным аппаратом и демонстрирует умение применять теорию на практике, решать различные практические и профессиональные задачи, высказывать и обосновывать свои суждения в форме грамотного, логического ответа (устного или письменного), а также высокий уровень овладение общими и профессиональными компетенциями и демонстрирует готовность к профессиональной деятельности;

**«4» «хорошо»**– студент в полном объеме освоил программный материал по УД владеет понятийным аппаратом, хорошо ориентируется в изучаемом материале, осознанно применяет знания для решения практических и профессиональных задач, грамотно излагает ответ, но содержание, форма ответа (устного или письменного) имеют отдельные неточности, демонстрирует средний уровень овладение общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности;

**«3» «удовлетворительно»** – студент обнаруживает знание и понимание основных положений программного материала по УД, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических и профессиональных задач, не умеет доказательно обосновать свои суждения, но при этом демонстрирует низкий уровень овладения общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности;

**«2» «неудовлетворительно»** – студент имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, беспорядочно и неуверенно излагает программный материал по УД не умеет применять знания для решения практических и профессиональных задач, не демонстрирует овладение общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности.

### 3. Информационное обеспечение

Перечень учебных изданий, электронных изданий, электронных и Интернет-ресурсов, образовательных платформ, электронно-библиотечных систем, веб-систем для организации дистанционного обучения и управления им, используемые в образовательном процессе как основные и дополнительные источники.



### **Основные источники:**

1. Соловьева Л.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник. - М.: ИЦ Академия, 2017. - 288 с.

2. Сапин М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебник – 12-е. изд., – М.: Академия, 2017-384 с.

### **Дополнительные источники:**

1. Безруких М.М. Возрастная физиология: (физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2008.

2. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Учебное пособие. – Воронеж: Изд-во ВГУ, 2008.

3. Никитюк Д.Б., Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. Анатомия человека: Учебник для ссузов. Издательство: Дрофа, 2009.

4. Федюкович Н.И. Анатомия человека: Учебник для ссузов. Издательство: Дрофа, 2009.

5. Лысова Н.Ф., Завьялова Я.Л., Айзман Р.И., Ширшова В.М. Возрастная физиология и школьная гигиена: Учебное пособие. - Издательство: Сибирское университетское издательство.

6. Обреимова Н.И., Петрухин А.С. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.

7. Сапин М.Р., Брыксина З.Г. Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2000.

8. Сапин М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебник – 11-е. изд., стереотип. – М.: Академия, 2015

### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

#### **Цифровая образовательная среда СПО PROОбразование:**

#### **Электронно-библиотечная система:**

IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/78574.html>

#### **Веб-система для организации дистанционного обучения и управления им:**

Система дистанционного обучения ОГАПОУ «Алексеевский колледж»  
<http://moodle.alcollege.ru/>



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ:

Заместитель директора

И.А. Злобина

31 августа 2021 г.

**Комплект  
контрольно-оценочных средств**

по учебной дисциплине

**ОП.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

для специальности

**54.02.06 Изобразительное искусство и черчение**

РАССМОТРЕНО

на заседании предметно-цикловой комиссии  
обще профессиональных дисциплин и профессиональных модулей  
специальности 54.02.06 Изобразительное искусство и черчение  
Протокол № 1 от 31 августа 2021 г.

Председатель \_\_\_\_\_ Ю.Я. Будянская

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта среднего  
профессионального образования по специальности 54.02.06 Изобразительное  
искусство и черчение

Составитель: Косинова Елена Алексеевна, преподаватель



## 1. Паспорт комплекта оценочных средств

### 1.1 Область применения комплекта оценочных средств

Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОП 03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

КОС включают контрольные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

КОС разработан на основании рабочей программы учебной дисциплины ОП 03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

### 1.2 Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, дифференцированного зачета.

## 2. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, дифференцированного зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания), с учетом личностных результатов, профессионального стандарта и стандарта компетенции Ворлдскиллс</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>умения:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•определять типографическое расположение и строение органов и части тела;</li><li>•определять возрастные особенности строения организма детей;</li><li>•применять знания по анатомии, физиологии и гигиене при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;</li><li>•оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском подростковом и юношеском возрасте;</li><li>•проводить под руководством медицинского работника мероприятия по профилактике заболеваний детей;</li><li>•обеспечивать соблюдение гигиенических требований в кабинете при организации занятий черчением, изобразительным и декоративным искусством;</li><li>•учитывать особенности физической работоспособности и закономерности ее изменения в</li></ul>	Экспертное наблюдение и оценка при выполнении практической работы, проверка домашнего задания. Тестирование, защита практической работы, устный и письменный опрос, дифференцированный зачет.

течение различных интервалов времени (учебный год, четверть, месяц, неделя, день, занятие) при проектировании и реализации образовательного процесса;

•соблюдать правила техники безопасности и санитарные нормы;

•проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения.

**знания:**

основные положения и терминологию анатомии, физиологии и гигиены человека;

основные закономерности роста и развития организма человека

строение и функции систем органов здорового человека

физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;

возрастные анатомо-физиологические особенности детей;

влияние процессов физиологического созревания и развития ребенка на физическую и психическую работоспособность, поведение;

основы гигиены детей и подростков;

гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;

основы профилактики инфекционных заболеваний  
гигиенические требования к образовательному процессу, зданию и помещению школы;

основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета);

Экспертное наблюдение и оценка при выполнении практической работы, проверка домашнего задания.

Тестирование, защита практической работы, устный и письменный опрос, дифференцированный зачет.



## 2. Комплект оценочных средств

### 2.1. Контрольные вопросы к дифференцированному зачету

1. Структура и химический состав живых клеток, их функции
2. Типы деления клеток: митоз.
3. Головной мозг. Особенности строения и функционирования.
4. Нейрон как структурная единица нервной системы. Нейроглия и ее значение
5. Спинной мозг. Особенности строения и функционирования
6. Кора больших полушарий, важнейшие борозды и извилины, основные области коры.
7. Рефлекторная деятельность мозга. Понятие рефлекс, рефлекторное кольцо, рефлекторная дуга.
8. И.М.Сеченов и И.П.Павлов основоположники учения о ВНД
9. Психофизиологические основы индивидуальных особенностей ВНД человека
10. Особенности ВНД человека. Две сигнальные системы действительности.
11. Торможение в коре головного мозга.
12. Психофизиологические основы индивидуальных особенностей ВНД человека
13. Значение и общий план строения анализаторов.
14. Строение глаза.
15. Строение органа слуха
16. Механизмы фоторецепции. Цветовое зрение. Адаптация в зрительной сенсорной системе.
17. Значение и строение скелета человека. Скелет головы, туловища и конечностей.
18. Строение и состав скелетных мышц.
19. Значение дыхания. Строение органов дыхания.
20. Состав крови. Форменные элементы крови. Эритроциты, лейкоциты и тромбоциты, их функции
21. Сердце, его строение и расположение.
22. Цикл сердечной деятельности. Причины не утомляемости сердца. Систолический и минутный объемы крови.
23. Значение пищеварения. Органы пищеварительной системы.
24. Обмен веществ в организме.
25. Витамины, их роль в обмене веществ. Значение витаминов для роста и развития.
26. Железы внутренней секреции. Гормоны. Понятие и гипо-и гиперфункции желез.
27. Утомление и переутомление. Мероприятия, направленные на профилактику переутомления детей и подростков.
28. Физиолого-гигиенические требования к проведению уроков.
29. Гигиенические требования к режиму дня школьника.
30. Принципы построения расписания уроков на день, неделю, год.



31. Гигиеническая организация сна. Подготовка ко сну. Условия необходимые для нормального сна.
32. Гигиена учебно-воспитательного процесса. Гигиенические требования к наглядным и учебным пособиям. Расстановка мебели. Рассаживание детей. Гигиеническая организация перерывов между занятиями.
33. Санитарное состояние образовательного учреждения.
34. Школьная мебель и ее использование. Посадка за партой (учебным столом). Подбор мебели.
35. Освещение образовательных учреждений.
36. Гигиена дыхания. Формирование правильного дыхания. Гигиеническое значение воздушной среды в помещении. Микроклимат.
37. Организация питания в школе.
38. Освещение. Искусственное освещение.
39. Гигиенические требования к планировке здания и земельного участка.
40. Гигиеническое воспитание и санитарное просвещение
41. Близорукость, косоглазие и другие нарушения зрения у детей, правила организации уроков, требующих напряжения зрения. Использование ТСО. Значение мероприятий, предупреждающих чрезмерное напряжение зрения.
42. Воспитание гигиенических навыков, связанных с приемом пищи.
43. Гиподинамия. Меры борьбы с гиподинамией.
44. Гигиенические требования к пищевому блоку и его оборудованию.
45. Гигиена опорно-двигательного аппарата. Осанка. Значение правильной осанки. Признаки неправильной осанки. Профилактика нарушений осанки.
46. Закаливание организма ребенка. Основные принципы закаливания.
47. Гигиена кожи. Значение чистоты и целостности кожных покровов.
48. Гигиена слуха ребенка. Влияние шума на организм. Борьба с шумом в образовательных учреждениях.
49. Плоскостопие, причины, признаки и меры профилактики.
50. Понятие о микроклимате. Изменение состава и свойств воздуха под влиянием пребывания детей в помещении. Организация проветривания. Борьба с пылью.
51. Естественное освещение учебных помещений. Коэффициент естественного освещения, световой коэффициент, коэффициент заглубленности.
52. Требования к организации уголка школьника в семье, направленные на профилактику расстройств зрения и нарушений опорно-двигательного аппарата.

## **2.2. Биологические задачи**

1. Пospорили два ученика. Один из них утверждал, что лучше нести без отдыха попеременно правой и левой рукой. Другой говорил, что лучше нести одной правой рукой, а потом, отдохнув в течение нескольких десятков секунд, груз снова нести правой рукой. Кто из них прав? Когда скорее восстановится рабочее состояние правой руки: вовремя ее отдыха или в время работы левой руки? Ответ обоснуйте.