

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ярославский государственный педагогический университет  
им. К.Д. Ушинского»

Утверждаю  
Проректор по учебной работе  
\_\_\_\_\_ А. М. Ермаков  
19 июня 2020 г.

**Программа вступительного испытания  
по направлению 44.04.01 Педагогическое образование  
Профиль Здоровьесбережение в образовании  
и отраслях социальной сферы**

Программу составил(а):  
д.б.н., профессор  
И.А. Тихомирова

Программа утверждена  
на заседании приемной комиссии  
Протокол №3 от 19.06.2020

**Ярославль 2020**

## Пояснительная записка

Программа вступительного испытания составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утвержденным приказом № 50361 от 15.03.2018. Для сдачи вступительного испытания по образовательной программе «**Здоровьесбережение в образовании и отраслях социальной сферы**» необходимо владение следующими компетенциями:

- Способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.
- Способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
- Способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

### *Вступительное испытание с применением дистанционных технологий*

#### 1. Цель и задачи

**Цель:** продемонстрировать понимание и готовность к применению научных основ организации педагогического процесса с применением здоровьесберегающих технологий в общеобразовательном учреждении; показать умение использовать теоретические знания об анатомо-физиологических и гигиенических особенностях детского возраста в учебно-воспитательном процессе; способность определять уровень здоровья обучающихся и разрабатывать методы профилактики заболеваний в детском коллективе; владение основными приемами оказания первой медицинской помощи в экстренной ситуации.

**Задачи:**

Абитуриент, поступающий в магистратуру, должен:

Знать:

- анатомо-физиологические особенности детей и подростков;
- факторы риска развития наиболее распространенных заболеваний;
- основные механизмы формирования защитных сил организма;
- особенности детского и подросткового травматизма;
- меры профилактики наиболее распространенных заболеваний;
- критерии оценки здоровья детей и подростков, а также способы его

укрепления;

Уметь:

- оказать первую помощь при несчастных случаях, внезапных заболеваниях и чрезвычайных ситуациях;
- использовать теоретические знания об анатомо-физиологических и гигиенических особенностях детского возраста в учебно-воспитательном процессе;
- грамотно проводить профилактику социально-значимых заболеваний.

Владеть:

- практическими методами оценки физического развития и функционального состояния организма человека;
- навыками формирования здорового образа жизни;
- методами профилактики наиболее распространенных заболеваний;
- приемами оказания первой медицинской помощи.

#### 2. Содержание

Наименование раздела	Содержание раздела
----------------------	--------------------

п/п		
	<p>Возрастная анатомия и физиология детей и подростков</p>	<p>Структурные уровни в организме человека. Понятие о саморегуляции функций и адаптации. Предмет возрастной анатомии и физиологии. Методы исследования в возрастной анатомии и физиологии. Анатомическая терминология. Закономерности роста и развития. Понятие об онтогенезе. Возрастная периодизация. Краткая характеристика возрастных периодов. Влияние наследственности и среды на развитие организма. Сенситивные и критические периоды развития детей и подростков. Биологический возраст. Акселерация и ретардация развития. Моторная функция в онтогенезе. Дыхание и формирование дыхательной системы. Возрастные особенности крови и сердечно-сосудистой системы. Пищеварение, обмен веществ и энергии в онтогенезе. Кожа. Терморегуляция. Основные принципы функционирования и общий план строения нервной системы. Строение, функции и развитие отделов нервной системы в онтогенезе. Высшая нервная деятельность в онтогенезе. Возрастные особенности сенсорных систем. Эндокринная система, ее значение. Роль гормонов. Мочевыделительная и половая системы в онтогенезе. Возрастные особенности иммунной системы в онтогенезе.</p>
	<p>Основы медицинских знаний</p>	<p>Основные понятия и определения дисциплины. Определения здоровья. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья. Основные понятия эпидемиологии и микробиологии. Основные понятия иммунологии. Особенности современных инфекционных заболеваний. Основные противоэпидемические мероприятия. Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы. Понятие о реанимации. Основные приемы сердечно-легочной реанимации. Раны: виды, опасности и осложнения. Кровотечения: виды, опасности, способы временной остановки. Понятие о закрытых повреждениях. Переломы костей, их виды. Травматический шок. Термические повреждения. Десмургия. Основные понятия токсикологии. Алкоголизм. Табакокурение. Профилактика. Формирование зависимости от табакокурения. Факторы, способствующие формированию никотиновой зависимости (социальные, психологические, физиологические). Механизм воздействия табакокурения на организм человека. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем. Современная контрацепция. ВИЧ-инфекция. Эпидемиология.</p>

		Распространенность в Ярославле. Этиология. Пути передачи. Клиника. Профилактика болезней, передающихся половым путем. Понятие о менструальном цикле. Половые гормоны. Беременность. Изменения в организме женщины во время беременности.
	Основы здорового образа жизни	Здоровый образ жизни. Понятие «здоровье», «норма», «здоровый образ жизни». Развитие представлений о болезни и здоровье. Факторы риска. Резервы функционирования организма. Надежность биологической системы. Механизм компенсации. Признаки декомпенсации. Биологическое и социальное в человеке. Здоровье индивидуальное и популяционное. Проблемы реализации культуры здоровья. Генетические предпосылки здоровья. Наследственность и среда, их роль в патогенезе заболеваний. Природные и социальные факторы здоровья. Понятие нормы здоровья. Здоровье и особенности конституции (типа телосложения) человека. Средства и методические подходы к количественной оценке здоровья. Роль двигательной активности в биологической эволюции. Мышечная активность как один из механизмов интеграции функциональных систем. Понятие о гипокинезии и ее влияние на здоровье человека. Физическая культура работника умственного труда. Основные питательные вещества. Основы рационального питания: энергетический баланс, соотношение основных пищевых веществ в рационе, режим питания. Хранение и переработка продуктов питания. Пищевые добавки. Особенности питания в разные возрастные периоды. Закаливание, основные принципы и факторы. Естественные средства оздоровления. Стресс и адаптация. Общий адаптационный синдром. Биологическая и социальная адаптация. Принципы повышения стрессоустойчивости организма.

### 3. Рекомендуемая литература

#### а) Основная литература:

1. Айзман Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А.— Электрон. текстовые данные.— Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017.— 214 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65284.html>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 447 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2935-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/425265>
3. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы : учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 372 с. —

(Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3869-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/426327>

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04086-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449808>
2. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для академического бакалавриата / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 396 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00861-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/433196>
3. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 427 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12068-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449881>

#### **4. Особенности проведения вступительного испытания.**

Вступительное испытание проходит дистанционно в письменной форме. До 12 часов дня, предшествующего дню вступительного испытания, на адрес электронной почты поступающего направляется ссылка на видеоконференцию Zoom (или иной платформы) и информация о часе начала испытания. До 17 часов этого же дня поступающий посредством ответного письма уведомляет приемную комиссию о получении ссылки.

Для прохождения вступительного испытания поступающему потребуются сетевой компьютер с видеокамерой и/или смартфон. Присутствие третьих лиц в помещении, в котором находится поступающий, недопустимо, кроме случаев, установленных Правилами приема в университет. В час начала вступительного испытания поступающий подключается к видеоконференции, представляется предметной приемной комиссии. После идентификации личности на электронный адрес поступающего направляется задание на бланке университета в формате Word 97-2003. Поступающий, оставаясь в режиме видеоконференции, заполняет бланк. Время на выполнение задания - 30 минут. Поступающий высылает заполненный бланк на электронный адрес предметной комиссии, сообщает об этом приемной комиссии посредством видеоконференцсвязи. После получения бланка ответа комиссия отключает поступающего от видеоконференции. Результаты вступительного испытания публикуются на официальном сайте университета в течение следующего рабочего дня.

#### **5. Критерии оценивания заданий вступительных испытаний**

Результаты вступительного испытания оцениваются по 100-бальной шкале.

Оценка «отлично» ставится, если поступающий набирает по результатам ответов от 85 до 100 баллов.

Оценка «хорошо» - соответствует результату (68 – 84 балла).

Оценка «удовлетворительно» - (51 – 67 баллов).

Оценка «неудовлетворительно» - (0 – 50 баллов).

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешное прохождение вступительного испытания составляет 51 балл.

## Пояснительная записка

Программа вступительного испытания составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденное приказом №50362 от 15.03.2018, 44.03.05 Педагогическое образование, утвержденное приказом №50358 от 15.03.2018.

Для сдачи вступительного испытания по образовательной программе «Здоровьесбережение в образовании и отраслях социальной сферы» необходимо владение следующими компетенциями:

- Способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.
- Способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
- Способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Вступительное испытание проходит в устной форме. При проведении устного испытания экзаменационный билет выбирает поступающий. Время, предоставляемое для подготовки устного ответа, составляет 45 минут. При подготовке к ответу поступающий ведет записи в «Листе устного ответа». На вступительном испытании запрещено использование средств связи. В процессе ответа поступающему могут быть заданы дополнительные вопросы только по содержанию билета. После завершения ответа «Лист устного ответа» сдается комиссии.

### ***Вступительное испытание без применения дистанционных технологий***

#### **1. Цель и задачи**

**Цель:** продемонстрировать понимание и готовность к применению научных основ организации педагогического процесса с применением здоровьесберегающих технологий в общеобразовательном учреждении; показать умение использовать теоретические знания об анатомо-физиологических и гигиенических особенностях детского возраста в учебно-воспитательном процессе; способность определять уровень здоровья обучающихся и разрабатывать методы профилактики заболеваний в детском коллективе; владение основными приемами оказания первой медицинской помощи в экстренной ситуации.

#### **Задачи:**

Абитуриент, поступающий в магистратуру, должен:

Знать:

- анатомо-физиологические особенности детей и подростков;
- факторы риска развития наиболее распространенных заболеваний;
- основные механизмы формирования защитных сил организма;
- особенности детского и подросткового травматизма;
- меры профилактики наиболее распространенных заболеваний;
- критерии оценки здоровья детей и подростков, а также способы его

укрепления;

Уметь:

- оказать первую помощь при несчастных случаях, внезапных заболеваниях и чрезвычайных ситуациях;
- использовать теоретические знания об анатомо-физиологических и гигиенических особенностях детского возраста в учебно-воспитательном процессе;
- грамотно проводить профилактику социально-значимых заболеваний.

Владеть:

- практическими методами оценки физического развития и функционального состояния организма человека;
- навыками формирования здорового образа жизни;
- методами профилактики наиболее распространенных заболеваний;
- приемами оказания первой медицинской помощи.

## 2. Содержание

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела
1.	Возрастная анатомия и физиология детей и подростков	Структурные уровни в организме человека. Понятие о саморегуляции функций и адаптации. Предмет возрастной анатомии и физиологии. Методы исследования в возрастной анатомии и физиологии. Анатомическая терминология. Закономерности роста и развития. Понятие об онтогенезе. Возрастная периодизация. Краткая характеристика возрастных периодов. Влияние наследственности и среды на развитие организма. Сенситивные и критические периоды развития детей и подростков. Биологический возраст. Акселерация и ретардация развития. Моторная функция в онтогенезе. Дыхание и формирование дыхательной системы. Возрастные особенности крови и сердечно-сосудистой системы. Пищеварение, обмен веществ и энергии в онтогенезе. Кожа. Терморегуляция. Основные принципы функционирования и общий план строения нервной системы. Строение, функции и развитие отделов нервной системы в онтогенезе. Высшая нервная деятельность в онтогенезе. Возрастные особенности сенсорных систем. Эндокринная система, ее значение. Роль гормонов. Мочевыделительная и половая системы в онтогенезе. Возрастные особенности иммунной системы в онтогенезе.
2.	Основы медицинских знаний	Основные понятия и определения дисциплины. Определения здоровья. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья. Основные понятия эпидемиологии и микробиологии. Основные понятия иммунологии. Особенности современных инфекционных заболеваний. Основные противоэпидемические мероприятия. Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы. Понятие о реанимации. Основные приемы сердечно-легочной реанимации. Раны: виды, опасности и осложнения. Кровотечения: виды, опасности, способы временной остановки. Понятие о закрытых повреждениях. Переломы костей, их виды. Травматический шок. Термические повреждения. Десмургия. Основные понятия

		<p>токсикологии. Алкоголизм. Табакокурение. Профилактика. Формирование зависимости от табакокурения. Факторы, способствующие формированию никотиновой зависимости (социальные, психологические, физиологические). Механизм воздействия табакокурения на организм человека. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем. Современная контрацепция. ВИЧ-инфекция. Эпидемиология. Распространенность в Ярославле. Этиология. Пути передачи. Клиника. Профилактика болезней, передающихся половым путем. Понятие о менструальном цикле. Половые гормоны. Беременность. Изменения в организме женщины во время беременности.</p>
3.	Основы здорового образа жизни	<p>Здоровый образ жизни. Понятие «здоровье», «норма», «здоровый образ жизни». Развитие представлений о болезни и здоровье. Факторы риска. Резервы функционирования организма. Надежность биологической системы. Механизм компенсации. Признаки декомпенсации. Биологическое и социальное в человеке. Здоровье индивидуальное и популяционное. Проблемы реализации культуры здоровья. Генетические предпосылки здоровья. Наследственность и среда, их роль в патогенезе заболеваний. Природные и социальные факторы здоровья. Понятие нормы здоровья. Здоровье и особенности конституции (типа телосложения) человека. Средства и методические подходы к количественной оценке здоровья. Роль двигательной активности в биологической эволюции. Мышечная активность как один из механизмов интеграции функциональных систем. Понятие о гипокинезии и ее влияние на здоровье человека. Физическая культура работника умственного труда. Основные питательные вещества. Основы рационального питания: энергетический баланс, соотношение основных пищевых веществ в рационе, режим питания. Хранение и переработка продуктов питания. Пищевые добавки. Особенности питания в разные возрастные периоды. Закаливание, основные принципы и факторы. Естественные средства оздоровления. Стресс и адаптация. Общий адаптационный синдром. Биологическая и социальная адаптация. Принципы повышения стрессоустойчивости организма.</p>

### 3. Рекомендуемая литература

#### а) Основная литература:

1. Вдовина Л.Н., Зеркалина Е.И., Носкова М.П., «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». - Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 2015.



2. Тихомирова И.А. Анатомия и возрастная физиология. – Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 2015.
3. Дробинская А.О. Анатомия и возрастная физиология: учебник для бакалавров. – М.: Изд-во «Юрайт», 2014.
4. Вайнер Э.Н. Валеология: учебник для вузов. – М.: Наука, 2001.
5. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Здоровый образ жизни и его составляющие. – М.: Академия, 2007.

**б) Дополнительная литература:**

1. Казин Э.М., Блинова Н.Г., Литвинова Н.А. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию - М.: Владос, 2000.
2. Волокитина Т.В. и др. Основы медицинских знаний. – М.: Академия, 2008.
3. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование. – М.: Академия, 2009.

**4. Критерии оценивания заданий вступительных испытаний**

Результаты вступительного испытания оцениваются по 100-бальной шкале.

Оценка «отлично» (85 – 100 баллов) – осмысленно, полно раскрыто содержание вопроса, продемонстрировано умение соотнести ответ со своей профессией, допускаются неточности, которые в процессе беседы с экзаменатором абитуриент способен самостоятельно устранить. Речь правильная, демонстрируется знание основной терминологии, понятийного аппарата и причинно-следственных связей.

Оценка «хорошо» (68 – 84 балла) – дан правильный и полный ответ на вопросы билета, но в процессе ответа допущены не носящие принципиального характера ошибки, абитуриент способен ответить на дополнительные уточняющие вопросы, демонстрирует знание основной терминологии, понятийного аппарата и причинно-следственных связей.

Оценка «удовлетворительно» (51 – 67 баллов) – продемонстрировано знание основного содержания вопросов билета, но абитуриент не может доказательно обосновать свою точку зрения, допускает фактические ошибки, искажающие смысл ответа, однако на наводящие вопросы отвечает и показывает знания в пределах требований государственного стандарта высшего образования по программам бакалавриата.

Оценка «неудовлетворительно» (0 – 50 баллов) – абитуриент имеет самые общие представления о предмете, не способен раскрыть суть задаваемых вопросов, объем знаний не отвечает требованиям государственного стандарта по данному предмету; названо и определено менее половины необходимых для обоснования признаков, элементов, определений; дан неправильный ответ.

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешное прохождение вступительного испытания составляет 51 балл.