

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана
Хмельницького
Хіміко-біологічний факультет
Кафедра анатомії і фізіології людини та тварин

ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні кафедри анатомії і
фізіології людини та тварин
завідувач кафедри
проф. Станішевська Т.І.

Протокол №4 від “02” жовтня 2020 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Вікова фізіологія та валеологія

для здобувачів вищої освіти

Рівень вищої освіти перший бакалаврський

галузі знань 01 Освіта
(шифр і назва галузі знань)

спеціальності 014.07 Середня освіта (Географія)
014.03 Середня освіта (Історія)
014.04 Середня освіта (Математика)
014.09 Середня освіта (Інформатика)
014.11 Фізична культура
(шифр і назва спеціальності)

Освітня програма Середня освіта. Географія. Біологія.
Середня освіта. Географія. Фізична культура.
Середня освіта. Фізична культура.
Середня освіта. Математика.
Середня освіта. Інформатика.

Мелітополь, 2020

Розробники:

Сидоряк Наталя Георгіївна, доцент, кандидат біологічних наук

ПОГОДЖЕНО:

Гарант освітньої програми

(підпис)

(підпис)

(підпис)

(підпис)

(підпис)

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Рівень вищої освіти галузь знань, спеціальність, спеціалізація	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Рівень вищої освіти: <u>перший (бакалаврський)</u>	Обов’язкова / вибіркова	
Блоків* – 4 у тому числі: курсова робота – навчальна практика -	Галузь знань <u>01 Освіта</u> <small>(шифр і назва)</small> Спеціальність <u>014.07 Середня освіта (Географія), 014.03 Середня освіта (Історія), 014.04 Середня освіта (Математика), 014.09 Середня освіта (Інформатика), 014.11 Фізична культура</u> <small>(шифр і назва)</small> Освітня програма <u>Середня освіта. Географія. Біологія. Середня освіта. Географія. Фізична культура. Середня освіта. Фізична культура.</u> <u>Середня освіта. Математика. Середня освіта. Інформатика.</u>	Рік підготовки:	
		1-й	-й
Загальна кількість годин - 90		Семестр	
		1-й	-й
		Лекції	
		16 год.	год.
		Практичні, семінарські	
		14 год.	год.
		Лабораторні	
		год.	год.
	Навчальна практика**		
	год.	год.	
	Самостійна робота		
	60 год.	год.	
Тижневих годин** - 2/2		Вид контролю екзамен	

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета вивчення вікових особливостей будови та функцій основних фізіологічних систем організму людини, розвитку дитячого організму, характеристика окремих вікових періодів та гігієна навчально-виховного процесу у школі.

3. КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ НАБУВАЮТЬСЯ ПІД ЧАС ОПАНУВАННЯ ДИСЦИПЛІНОЮ:

Інтегральна компетентність:

➤ Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів біологічних наук та хімічних наук і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації навчально-виховного процесу в основній (базовій) середній школі.

Загальні компетентності:

- Здатність діяти етично, соціально відповідально та свідомо.
- Здатність працювати в команді та автономно.
- Здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання.
- Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.
- Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології.
- Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.
- Здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово).
- Здатність використовувати знання іноземної мови в освітній діяльності.
- Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності.
- Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями впродовж життя.
- Здатність розуміти та реалізовувати стратегію сталого розвитку.

Предметні (спеціальні, фахові) компетентності:

- Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.
- Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних видів робіт основ медичних знань, надавати долікарську допомогу особам під час виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі, та методика фізкультурно-спортивної реабілітації таких осіб.
- Здатність використовувати різні методи та прийоми навчання, виховання та соціалізації особистості.
- Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання із загальної теорії здоров'я та здатність до інтегрування знань про принципи, шляхи та умови ведення здорового способу життя.

4. ЗАПЛАНОВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

- Знає нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту; підходи до забезпечення якісного виконання завдань професійної діяльності на основі інструкцій, методичних рекомендацій, встановлених норм, нормативів, технічних умов тощо; вносить рекомендації щодо введення нових чи зміни існуючих вимог до якості послуг у сфері фізичної культури і спорту.
- Демонструє уміння планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики тайм-менеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.
- Демонструє уміння знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел; здійснює комунікаційну взаємодію за допомогою соціальних мереж; систематизує прийоми створення, збереження, накопичення та інтерпретації даних з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.
- Демонструє знання сучасної класифікації діагностичних підходів до оцінки здоров'я та використовувати сучасні методи діагностики індивідуального та громадського здоров'я; організовувати заходи щодо залучення різних груп населення до здорового способу життя.
- Демонструє готовність до освоєння нового матеріалу та вміння оцінювати себе критично; поглиблення базових знань з допомогою самоосвіти; вміння представити і оцінити власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег.
- Діє соціально відповідально та свідомо; приймає рішення на підставі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства.

5. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Контроль за видами діяльності здобувачів вищої освіти здійснюється шляхом поточного оцінювання знань (під час семінарських занять), контролю виконання завдань самостійної роботи (есе, презентації, творчі проекти), періодичного контролю періодична контрольна робота, екзамену. За результатами суми двох періодичних контрольних робіт, оцінки за поточний контроль та екзаменаційної оцінки виставляється підсумкова оцінка за національною, 100-бальною шкалами і ECTS.

Загальна система оцінювання курсу

За семестр з курсу дисципліни проводяться два періодичні контролю (ПКР), результати яких є складником результатів контрольних точок першої (КТ1) і другої (КТ2). Результати контрольної точки (КТ) є сумою поточного (ПК) і періодичного контролю (ПКР): $КТ = ПК + ПКР$. Максимальна кількість балів за контрольну точку (КТ) складає 50 балів. Максимальна кількість балів за періодичний контроль (ПКР) становить 60 % від максимальної кількості балів за контрольну точку (КТ), тобто 30 балів. А 40 % балів, тобто решта балів контрольної точки, є бали за поточний контроль, а саме 20 балів. Результати

поточного контролю обчислюються як середньозважена оцінок (X_{cp}) за діяльність здобувача на практичних (семінарських) заняттях, що входять в число певної контрольної точки. Для трансферу середньозваженої оцінки (X_{cp}) в бали, що входять до 40 % балів контрольної точки (КТ), треба скористатися формулою: $ПК = (X_{cp}) * 20 / 5$. Таким чином, якщо за поточний контроль (ПК) видів діяльності здобувача на всіх заняттях $X_{cp} = 4.1$ бали, які були до періодичного контролю (ПКР), то їх перерахування на 20 балів здійснюється так: $ПК = 4.1 * 20 / 5 = 4.1 * 4 = 16.4 // 16$ (балів). За періодичний контроль (ПКР) отримано 30 балів. Тоді за контрольну точку (КТ) буде отримано $КТ = ПК + ПКР = 16 + 30 = 46$ (балів).

Здобувач вищої освіти має право на підвищення результату тільки одного періодичного контролю (ПКР) протягом двох тижнів після його складання у випадку отримання незадовільної оцінки.

Підсумковим контролем є екзамен, на його складання надається 100 балів за виконання тестів (або задач чи завдань іншого виду). Загальний рейтинг з дисципліни (ЗР) складається з суми балів (Е), отриманих на екзамені, і підсумкової оцінки (ПО) та ділиться навпіл. $ЗР = (ПО + Е) / 2$.

Здобувач, який навчається стабільно на «відмінні» оцінки і саме такі оцінки має за періодичні контролю, накопичує впродовж вивчення навчального курсу 90 і більше балів, має право не складати екзамен з даної дисципліни.

Здобувач зобов'язаний відпрацювати всі пропущені семінарські заняття протягом двох тижнів. Невідпрацьовані заняття (невиконання навчального плану) є підставою для недопущення здобувача до підсумкового контролю.

Критерії оцінювання поточного контролю на семінарських заняттях (усне, письмове опитування):

«5» – здобувач в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну, обов'язкову та додаткову літературу. Правильно вирішив усі розрахункові / тестові завдання. Здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.

«4» – здобувач достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну та обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки. Правильно вирішив більшість розрахункових / тестових завдань. Здобувач здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, у яких можуть бути окремі несуттєві помилки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.

«3» – здобувач в цілому володіє навчальним матеріалом, викладає його основний зміст під час усних виступів та письмових розрахунків, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки. Правильно вирішив половину розрахункових / тестових завдань. Має ускладнення під час виділення суттєвих ознак вивченого; під час виявлення причинно-наслідкових зв'язків і формулювання висновків.

«2» – здобувач не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових розрахунків, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності. Правильно вирішив окремі розрахункові / тестові завдання. Безсистемно відділяє випадкові ознаки вивченого; не вміє зробити найпростіші операції аналізу і синтезу; робити узагальнення, висновки.

Критерії оцінювання періодичного контролю

Контрольна робота включає тестові завдання та відповіді на два розгорнуті питання. Максимальна кількість балів – 30.

П'ять тестових завдань по 2 бали – 10 балів.

Два розгорнуті питання по 10 балів.

Розгорнуті відповіді на 2 завдання оцінюються за 10-бальною шкалою.

10-9 балів: здобувач дає вичерпну відповідь на поставлене питання і виявляє глибокі ґрунтовні знання з певної теми. Спроможній мислити нестандартно, давати оригінальне тлумачення проблем, здатність самостійно інтерпретувати, узагальнювати, робити висновки на основі конкретного матеріалу.

8-7 балів: здобувач правильно і майже в достатньому обсязі дав відповідь на поставлене питання, що підтверджує його глибокі знання з предмета, показав розуміння теми, але ще не зовсім правильно може використати знання на практиці. Має незначні помилки у викладі матеріалу.

6-5 бали: здобувач недостатньо орієнтується в матеріалі, не завжди може самостійно проаналізувати запропонований матеріал; не дає вичерпної відповіді на контенті питання.

4-3 бали: здобувач допускає суттєві помилки у викладі матеріалу, порушує логіку відповіді, відтворює матеріал на елементарному рівні.

1-2 балів: здобувач не зміг викласти зміст питання, погано орієнтується в матеріалі, допускаючи при цьому суттєві неточності.

0 балів: відповідь відсутня

Критерії оцінювання підсумкового (семестрового) контролю

Підсумковий контроль з дисципліни «Вікова фізіологія та валеологія» відбувається у формі екзамену.

Екзаменаційний білет включає тестові завдання та відповіді на два розгорнуті питання. Максимальна кількість балів 100.

Тестові завдання 20 тестів по 2 бали.

Розгорнуті відповіді на два завдання оцінюються за 30-бальною шкалою.

25-30 балів: здобувач дає вичерпну відповідь на поставлене питання і

виявляє глибокі ґрунтовні знання з певної теми. Спроможній мислити нестандартно, давати оригінальне тлумачення проблем, здатність самостійно інтерпретувати, узагальнювати, робити висновки на основі конкретного матеріалу. Здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.

19-24 балів: здобувач правильно і майже в достатньому обсязі дав відповідь на поставлене питання, що підтверджує його глибокі знання з предмета, показав розуміння теми. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації.

13-18 бали: здобувач недостатньо орієнтується в матеріалі, поверхово сприймає його зміст, не завжди може самостійно проаналізувати запропонований матеріал. Не здатен виділяти суттєві ознаки вивченого.

7-12 бали: здобувач допускає суттєві помилки у викладі матеріалу, порушує логіку відповіді, відтворює матеріал на елементарному рівні. Допускає багато суттєвих помилок у викладенні матеріалу.

1-6 балів: здобувач не зміг викласти зміст питання, погано орієнтується в матеріалі. Безсистемно відділяє випадкові ознаки вивченого.

0 балів: відповідь відсутня.

6. ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання можуть бути:

- екзамени;
- стандартизовані тести;
- аналітичні звіти, реферати, есе;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
- студентські презентації та виступи на наукових заходах;
- завдання на лабораторному обладнанні, тренажерах, реальних об'єктах тощо;
- інші види індивідуальних та групових завдань.

7. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Блок 1.

Основні поняття курсу. Загальні закономірності росту і розвитку дітей. Фізіологія нервової системи дітей різного віку.

Тема 1. Предмет, методи та завдання вікової фізіології та шкільної гігієни. Предмет і завдання вікової фізіології та шкільної гігієни. Значення цих дисциплін для організації навчально-виховної роботи. Зв'язок вікової фізіології з психологією, педагогікою. Поняття про структурну і функціональну організацію організму. Організм як єдине ціле. Єдність організму і навколишнього середовища. Основні життєві процеси: обмін речовин, саморегуляція, гомеостаз і регуляція функцій в організмі людини.

Тема 2. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Поняття про ріст і розвиток дитячого організму. Ознайомитись з гетерохронним і гармонічним розвитком дітей. Акселерація та ретардація організму. Вікова періодизація розвитку організму. Ріст і пропорції тіла на різних етапах розвитку. Класифікація критичних періодів онтогенезу людини. Вікова періодизація індивідуального розвитку. Найхарактерніші риси різних періодів розвитку людини.

Тема 3. Фізіологія нервової системи людини, її вікові особливості. Біологічне значення центральної нервової системи для людини. Загальний план будови нервової системи. Будова і функція нервових клітин. Загальний план будови центральної нервової системи: головного та спинного мозку та їх функціональні вікові особливості. Будова та функції нейрону. Будова рефлекторної дуги та взаємозв'язок її ланцюгів. Вікові особливості розвитку центральної нервової системи людини.

Блок 2.

Фізіологія ВНД. Сенсорні системи організму.

Тема 4. Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів. Сенсорні системи організму. Вікові особливості сенсорних систем. Будова ока. Кольорова чутливість. Адаптації. Оптична система ока. Вікові особливості зорового аналізатору. Порушення зору в дітей та підлітків. Гігієнічні вимоги для збереження функціонального здоров'я.

Тема 5. ВНД. Фізіологічні основи поведінки. Фізіологія вищої нервової діяльності та методи її дослідження. Вчення І.П. Павлова про ВНД. Поняття про нищу і вищу нервовому діяльність. Характеристика безумовних та умовних рефлексів та їх класифікація. Перша та друга сигнальна система. Умовне та безумовне гальмування. Типи ВНД. Фізіологічні основи поведінки. Потреби і мотивації, їх фізіологічні механізми та

роль у формуванні поведінки.

Тема 6. Морфологічні і нейрофізіологічні основи пам'яті.

Взаємозв'язок психічних та фізіологічних процесів, таких як пам'ять, увага, сон та інші в організмі дитини та підлітків. Фізіологічні механізми та види пам'яті. Рухова, образна та емоційна пам'ять. Словесно-логічна, сенсорна та короткочасна пам'ять. Принцип довгочасної пам'яті. Мимовільне запом'ятовування, довільне запам'ятовування, механічне та змістовне запам'ятовування.

Тема 7. Фізіологічні основи праці.

Фізіологічна характеристика різних видів робіт. Трудова діяльність. Фізіологічні основи праці. Сила, витривалість, працездатність. Особливості фізичної і розумової праці. Методи вивчення працездатності учнів різного віку. Нервово-гуморальні механізми регуляції праці-трудова діяльності. Поняття про втоми і перевтомлення. Профілактика перевтоми. Біологічні ритми активності спокою, їх роль в режимах роботи.

Блок 3.

Вегетативні системи організму дитини.

Тема 8. Вегетативні системи організму дитини.

Внутрішнє середовище організму. Вікові особливості крові та кровообігу. Гомеостаз. Кров, її значення, склад, загальні властивості. Поняття імунітету. Групи крові, принцип переливання крові. Вікові особливості крові. Будова і робота серця, його вікові особливості. Значення системи кровообігу. Особливості кровообігу у плода. Рух крові по судинах. Регуляція діяльності судин, серця. Поняття про пульс та тиск крові. Анемія та її профілактика. Вікові особливості реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження. Проблема серцево-судинних захворювань та їх профілактика.

Значення і загальна будова дихальної системи. Нейрогуморальна регуляція дихання. Механізм вдиху та видиху. Життєва ємність легень. Частота дихання і хвилинний об'єм дихання. Вікові особливості органів дихання. Особливості регуляції дихання в дитячому віці. Гігієнічне значення повітряного середовища в приміщенні як профілактика захворювань органів дихання дітей та підлітків. Вплив фізичної роботи на розвиток дихання у дітей та підлітків.

Тема 9. Обмін речовин та енергії, гігієнічні вимоги організації харчування.

Загальний план будови системи органів травлення. Травлення у ротовій порожнині. Вікові особливості формування зубів. Догляд за ротовою порожниною. Становлення функцій шлунка у різні вікові періоди. Вплив характеру їжі на процес травлення у шлунку. Роль печінки і підшлункової залози у травленні. Особливості їх функціонування в різні періоди розвитку дитини. Кишечник, його ріст та розвиток моторної функції в онтогенезі. Виділення. Обмін речовин та енергії. Поняття про анаболізм та катаболізм. Роль ферментів в обміні речовин. Вітаміни.

Блок 4.

Вікові анатомо-фізіологічні особливості ендокринної системи організму людини. Гігієнічні основи організації навчального процесу.

Тема 10. Вікові анатомо-фізіологічні особливості ендокринної системи організму людини.

Біологічне значення залоз внутрішньої секреції. Загальні закономірності діяльності залоз внутрішньої секреції. Поняття про гормони і механізми їх дії. Вікові особливості будови і функцій ендокринних залоз. Регуляція діяльності ендокринних залоз. Поняття про гіпо- і гіперфункцію залоз внутрішньої секреції.

Тема 11. Фізіолого-гігієнічні основи організації навчального процесу у школі. Фізіологічні основи розумової праці учнів. Працездатність учнів різних вікових груп та її зміна у процесі навчальної діяльності. Втома та перевтома учнів, та заходи їх профілактики. Гігієнічні норми організації роботи в школі (гігієнічні вимоги до уроків, розкладу, перерви, екзаменів, робочого тижня, навчального року). Гігієнічна оцінка організації навчально-виховного процесу у школі.

Тема 12. Фізіолого-гігієнічні основи харчування.

Основні гігієнічні вимоги до складання харчового раціону дитини. Енергетичні витрати організму в залежності від розпорядку дня. Енергетичні витрати організму в залежності від виду діяльності. Розрахування енергетичних витрат людини за добу. Принцип складання харчового раціону відповідно до енергетичних витрат організму, враховуючи вік та стан здоров'я

8. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>	<i>13</i>
Блок 1. Основні поняття курсу. Загальні закономірності росту і розвитку дітей. Фізіологія нервової системи дітей різного віку.												
Тема 1. Предмет, методи та завдання вікової фізіології та шкільної гігієни.	6	2				4						
Тема 2. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків.	6		2			4						
Тема 3. Фізіологія нервової системи людини, її вікові особливості.	8	4	2			2						
<i>Разом за блоком 1</i>	20	6	4			10						
Блок 2. Фізіологія ВНД. Сенсорні системи організму.												
Тема 4. Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів.	12		2			10						
Тема 5. ВНД. Фізіологічні основи поведінки.	12	4	2			6						
Тема 6. Морфологічні і нейрофізіологічні основи пам'яті.	6					6						
Тема 7. Фізіологічні основи праці.	6					6						
<i>Разом за блоком 2</i>	36	4	6			28						
Блок 3. Вегетативні системи організму дитини.												
Тема 8. Вегетативні системи організму дитини.	16	6	4			6						
Тема 9. Обмін речовин та енергії, гігієнічні вимоги організації харчування.	8		2			12						
<i>Разом за блоком 3</i>	24	6	6			12						
Блок 4. Вікові анатомо-фізіологічні особливості ендокринної системи організму людини. Гігієнічні основи організації навчального процесу.												
Тема 10. Вікові анатомо-фізіологічні особливості ендокринної системи організму людини.	4					4						
Тема 11. Фізіолого-гігієнічні основи організації навчального процесу у школі.	4					4						
Тема 12. Фізіолого-гігієнічні основи харчування.	2					2						
<i>Разом за блоком 4</i>	10					10						
Усього годин	90	16	14			60						

9. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кіл-ть годин	
		дфн	зфн
1	Предмет, методи та завдання вікової фізіології та шкільної гігієни . Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Вікові особливості опорно-рухового апарату людини.	2	
2	Фізіологія нервової системи людини, її вікові особливості.	4	
3	ВНД. Фізіологічні основи поведінки.	4	
4	Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів.		
5	Вегетативні системи організму дитини.	6	
6	Вікові особливості ендокринної системи організму людини. Обмін речовин та енергії. Фізіолого-гігієнічні основи харчування.		
Разом		16	

10. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Форма контролю	Кіл-ть годин	
			дфн	зфн
1	Основні методи визначення фізичного розвитку дітей та підлітків	усний колоквиум	2	
2	Фізіологія нервової системи дітей різного віку	письмове тестування	2	
3	Фізіологія вищої нервової діяльності людини. Визначення типу ВНД людини	контрольна робота	2	
4	Фізіологія сенсорних систем	письмове тестування	2	
5	Визначення функціонального стану серцево-судинної системи у дітей та підлітків у стані спокою та після дозованого фізичного навантаження	письмове тестування	2	
6	Визначення функціонального стану системи дихання у дітей та підлітків	усний колоквиум	2	
7	Харчування людини та гігієнічні вимоги до його організації. Розрахунок фізіологічних потреб у харчових речовинах та енергії для людей різних вікових категорій	письмове тестування	2	
Разом			14	

11. Теми для самостійного опрацювання

№ з/п	Назва теми	Кіл-ть годин	
		ДФН	ЗФН
1	Предмет, методи та завдання вікової фізіології та шкільної гігієни.	4	
2	Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків.	4	
3	Фізіологія нервової системи людини, її вікові особливості.	2	
4	Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів.	10	
5	ВНД. Фізіологічні основи поведінки.	6	
6	Морфологічні і нейрофізіологічні основи пам'яті.	6	
7	Фізіологічні основи праці.	6	
8	Вегетативні системи організму дитини.	6	
9	Обмін речовин та енергії, гігієнічні вимоги організації харчування.	6	
10	Вікові анатомо-фізіологічні особливості ендокринної системи організму людини.	4	
11	Фізіолого-гігієнічні основи організації навчального процесу у школі.	4	
12	Фізіолого-гігієнічні основи харчування.	2	
Разом		60	

12. Методи навчання

За джерелом передачі та сприйняття інформації

1. Словесні - розповідь-пояснення, бесіда, лекція
2. Наочні - ілюстрація, демонстрація
3. Практичні - досліди, лабораторні і практичні роботи, твори

За логікою передачі та сприймання навчальної інформації

1. Індуктивні методи
2. Дедуктивні методи

За характером пізнавальної діяльності

1. Пояснювально-ілюстративний
2. Репродуктивний
3. Дослідницький

13. Методи і форми контролю

1. Періодичний
 - Усна перевірка, письмова перевірка
 - Графічна перевірка
 - Практичний
 - Тестовий
2. Підсумковий

➤ залік, екзамен

14.Рекомендована література

Базова

1. Агаджанян Н.А., Тель Л.З., Циркин В.И., Чеснокова С.А. Физиология человека. – М.: Медицинская книга, Н.Новгород: ИГМА, 2003. – 528 с.
2. Аганжян Н.А. и др. Практикум по нормальной физиологии. – М.: Высшая школа, 1986.
3. Аносов І.П., Хоматов В.Х., Станішевська Т.І. Анатомія людини. Навч. пос., - К.: „Твім інтер”, 2006. – 304 с.
4. Аносов І.П., Хоматов В.Х. Анатомія людини у схемах. - К.: Вища школа, 2002. – 191 с.
5. Аносов І.П., Хоматов В.Х., Сидоряк Н.Г., Станішевська Т.І., Антоновська Л.В. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. Підручник, - Мелітополь.: ТОВ «Колор Принт», 2008. – 434 с.
6. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. – М.: Медицина, 1975. – 447 с.
7. Антропова М.В. Гигиена детей и подростков. – М.: Медицина, 1982.
8. Антипчук Ю.П., Вожик І.Б, Лебедева Н.С., Луніна Н.В. Анатомія і фізіології дитини з основами шкільної гігієни. Практикум. – К.: Вища школа, 1984.
9. Безруких М.М., Соньки В.Д. Фарбер Д.А. Возрастная физиология развития ребёнка. – М., 2002.
10. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов пед. ин-тов / А.Г. Хрипкова, М.В. Андропова, Д.А. Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 319 с.
11. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 444 с.
12. Маруненко І.М., Неведомська Є.О., Бобрицька В.І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни.: Навчальний посібник. – К.: ВД “Професіонал”, 2004. – 480 с.
13. Любимова З.В., Маринова К.В., Никинина А.А. Возрастная физиология: Учеб для студ. высш. учеб. заведений: В 2 ч. – М.: Гум. изд. Центр «Владос», 2003. – Ч. 1. – 304 с.
14. Маруненко І.М., Неведомська Є.О., Бобрицька В.І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: Курс лекцій для студ. небіол. спец. вищ. пед. навч. закл. – К.: Професіонал, 2004. – 480 с.
15. Плахтій П., Кучерук О. Фізіологія людини. Нейрогуморальна регуляція функцій: Навчальний посібник. – К.: ВД «Професіонал», 2006. – 336 с.
16. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. В 3-х частинах. Практикум: Навчальний посібник. – Кам’янець-Подільський: ПП Мошак М.І., 2005. – 240 с.
17. Подоляк-Шумило Н.Г., Познанський С.С. Шкільна гігієна. – К., 1981. – С. 140 – 154.
18. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология: Учеб. пособие для студентов небіол. спец. пед. ин-тов. – М.: «Просвещение», 1978. – 287 с.
19. Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. Гигиена и здоровье школьника. – М.:

Просвещение, 1988. – 191 с.

20. Хрипкова А.Г., Антропова М.В., Фарбер Д.А. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов пед. институтов. – М., 1990. – С. 179 – 213.

Допоміжна

1. Атлас по медицинской микробиологии, вирусологии и иммунологии. 2-е издание / Под редакцией Быкова А.С., Воробьева А.А., Зверева В.В. – М.: Мед. информ. агентство, 2008 – 270 с.
2. Батуев А.С. Высшая нервная деятельность. – М.: Высш. шк., 1991. – 256с.
3. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. – М.: Наука, 1990. – 495 с.
4. Бугаєв К.Е., Маркусенко Н.Н., та ін. Вікова фізіологія. – Ростов-на-Дону: "Ворошиловградська правда", 1975.
5. Валеологія: Навчальний посібник для студентів вищих закладів освіти: в 2 ч. / Бобрицька В.І., Гринькова М.В. та ін.; за ред. Бобрицької В.І. – Полтава: «Скайтек», 2000. – ч. 1 – 146 с.
6. Галантюк С.І., Феник С.Й., Страшнюк Н.Б., Грубінко В.В. Педагогічна практика з шкільної гігієни: Методичні рекомендації до виконання самостійних завдань з шкільної гігієни. – Тернопіль: ТДПУ, 2000. – 29 с.
7. Готовність дитини до школи / Упоряд.: Л. Богуславська, С. Гончаренко, Л. Кондратенко / За заг. ред. Максименка С., Главник О. – К.: Главник, 2004. – 112 с.
8. Гулич М.П., Оноприенко Е.Н. Витамины и здоровье // Проблемы питания и здоровья. - № 1. – 1996. – С. 18-20.
9. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология: Учеб. пособ. для студ. пед. вузов. – М.: Высшая школа, 1985. – 384 с.
10. Экспериментальная физиология. - М.: Мир3, 1974. – 350 с.
11. Маруненко І.М. Анатомія і вікова фізіологія. – К.: КМПУ, 2000. – 160 с.
12. Коробков А.В., Чеснокова С.А. Атлас по нормальной физиологии: Пособие для студ. мед. и биол. спец. вузов / Под ред. Агаджаняна Н.А. – М.: Высш. шк., 1987. – 351 с.
13. Кучеров І.С. Фізіологія людини і тварин. – К.: Вища шк., 1991. – 327 с.
14. Коляденко Г.І. Анатомія людини: Підручник. – К.: Либідь, 2001. – С. 174 – 198.
15. Максимова Н.Ю., Мілютіна К.Л., Піскун В.М. Основи дитячої патопсихології: Навч. Посібник. – К.: Перун, 1996. – 464 с.
16. Михайлов В.Г. Тайны крови (Заметки гематолога). – М.: Знание, 1982. – 160 с.
17. Основы физиологии человека. В 2-х томах / Под ред. Ткаченко Б.И. – СПб. Международный фонд истории науки, 1994.
18. Основы психології: Підручник / За загал. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 1995. – 632 с.
19. Принципи здорового харчування. Посібник для поліпшення якості роботи. – К.: Ін-т кардіології АМН України, 2001. – 30 с.
20. Присяжнюк М. Російсько-український медичний словник професійної мови

- фахівців з внутрішніх хвороб (із тлумаченням термінів). – К.: Видавничий дім “КМ Academia”, 1995. – 512 с.
21. Притупина Л.С., Белоцкая В.Б. Пищевые продукты в питании человека. – К., 1984. – 96 с.
 22. Сапин М.Р., Билич Г. Л. Анатомия человека: Учеб. Для студ. биол. Спец. вузов. – М.: Высш. Шк., 1989. – 544 с.
 23. Сапин М.Р., Брыскина З.Г. Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 456 с.
 24. Смоляр В.И. Рациональное питание. – К.: Наукова думка, 1991.
 25. Старушенко Л.І. Клінічна анатомія і фізіологія людини: Навч. Посібник. – К.: УСМП, 2001. – 256 с.
 26. Стерки П. Основы физиологии. – М.: Мир, 1984. – с. 556.
 27. Уголев А.М. Теория адекватного питания // Клиническая медицина. – 1986. № 4. – С. 15-24.
 28. Фарбер Д.А., Семёнова Л.К., Алферова В.В. и др. Структурно-функциональная организация развивающегося мозга. – Л.: Наука, 1990. – 198 с.
 29. Физиология человека: В 3-х томах. Пер. с англ.// Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – М.: Мир, 1986. – 287 с.
 30. Функциональные системы организма. / Под ред. К.В. Судакова. – М.: Медицина, 1987. – 432 с.
 31. Чайченко Г.М. Фізіологія вищої нервової діяльності. – К.: Либідь, 1993. – 215 с.
 32. Шульговский В.В. Основы нейрофизиологии: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 227с.

15. Інформаційні ресурси

1. <http://books.br.com.ua>
2. <http://dic.academic.ru>
3. <http://lib.mdpu.org.ua>
4. <http://www.twirpx.com>