



Назва навчальної дисципліни

Галузь знань

Спеціальність

Кількість кредитів

Шифр навчальної дисципліни

Прізвище, ім'я, по батькові викладача

Науковий ступінь

Вчене звання

Посада викладача

Контактний телефон викладача

Профайл викладача

Е-mail викладача

Розклад консультацій

Час проведення

Місце проведення

## **ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ТА ШКІЛЬНА ГІГІЄНА**

*01 Освіта / Педагогіка*

*014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)*

*4*

*ВК*

*Головатюк Людмила Михайлівна*

*кандидат біологічних наук*

*доцент*

*доцент кафедри біології, екології та методики їх викладання*

*0987722220*

[http://www.kogpi.edu.te.ua/images/stories/me/stryktyra/kaf\\_biologia/golovatyuk.pdf](http://www.kogpi.edu.te.ua/images/stories/me/stryktyra/kaf_biologia/golovatyuk.pdf)

[liudmylam1@ukr.net](mailto:liudmylam1@ukr.net)

*Очні консультації*

*14.40 – 17.00*

*43 ауд.*

### **Опис дисципліни**

Навчальна дисципліна «Вікова фізіологія та шкільна гігієна» належить до вибіркового компоненту циклу професійної підготовки здобувача першого (бакалаврського) рівня вищої освіти ОПП Середня освіта (Біологія та здоров'я людини), метою якої є теоретична, практична і методична підготовка студентів до організації навчально-виховного процесу в школі, що дасть можливість забезпечити високу працездатність школярів, а також навчати добирати і організовувати заходи, які сприяють розширенню функціональних можливостей організму у віковому аспекті, протидії несприятливих факторів та збереженню здоров'я.

Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- ознайомлення з особливостями життєдіяльності людського організму, який росте і розвивається;
- вивчення особливостей вікових періодів;
- ознайомлення з заходами профілактики захворювань дитячого організму;
- вивчення гігієнічних основ раціонального режиму дня учнів;
- вивчення гігієнічних вимог щодо здійснення навчально-виховного процесу в школі з метою збереження і зміцнення здоров'я школярів та забезпечення їх високої працездатності.

### **Навчальний контент**

Теми лекцій	Теми практичних занять	Методи контролю	К-ть балів
<b>Змістовий модуль I. Вікова фізіологія опорно-рухової та нервової систем</b>			
Ріст і розвиток організму. Стан здоров'я дітей і підлітків.	Ріст і розвиток організму. Стан здоров'я дітей і підлітків.	Усне та письмове опитування, тестовий контроль, колоквіум	20
Вікова фізіологія та гігієна опорно-рухової системи.	Оцінка фізичного розвитку за стоматоскопічними і соматометричними показниками.		
Вікова фізіологія та гігієна нервової системи.	Вікова фізіологія нервової системи. Профілактика захворювань.		

Вища нервова діяльність. Типи ВНД.	Вища нервова діяльність. Динамічні стереотипи у дітей. Профілактика втоми.		
<b>Змістовий модуль II. Вікова фізіологія внутрішніх органів</b>			
Вікова фізіологія та гігієна серцево-судинної системи	Оцінка діяльності серцево-судинної системи на дозоване фізичне навантаження.	Усне та письмове опитування, тестовий контроль	25
Вікова фізіологія та гігієна дихальної системи.	Оцінка діяльності дихальної системи на дозоване фізичне навантаження.		
Вікова фізіологія та гігієна травної системи. Гігієнічні основи харчування учнів.	Вікова фізіологія травлення. Гігієнічні основи харчування учнів. Профілактика захворювань.		
Вікова фізіологія виділення. Гігієна шкіри.	Вікова фізіологія виділення. Гігієна та профілактика захворювань шкіри.		
Вікова фізіологія та гігієна аналізаторів.	Оцінка діяльності зорового аналізатора. Профілактика короткозорості.		
<b>Змістовий модуль III. Основи шкільної гігієни</b>			
Гігієнічні вимоги до земельної ділянки та будинку школи	Гігієнічна оцінка земельної ділянки та будинку школи.	Усне та письмове опитування, тестовий контроль, проекти	15
Гігієнічні основи раціонального режиму дня учнів.	Гігієнічна оцінка режиму дня учня.		
Гігієнічні основи навчання учнів. Гігієнічне виховання.	Гігієнічна оцінка розкладу занять в школі.		
	.		
<b>Індивідуальне навчально-дослідне завдання</b>			<b>15</b>
<b>Підсумковий тест</b>			<b>25</b>
<b>Всього</b>			<b>100</b>

### Формування програмних компетентностей

Індекс в матриці ОП	Програмні компетентності
ІК	Здатність розв'язувати складні задачі та проблеми в галузі освіти, що передбачає проведення досліджень і здійснення інновацій та характеризується комплексністю і невизначеністю умов та вимог
ЗК1	Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, до застосування знань у практичних ситуаціях.
ЗК8	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та значення у розвитку суспільства, техніки і технологій.
ЗК9	Здатність зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я, вести здоровий спосіб життя, керувати власними емоційними станами; конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку
ФК 10	Здатність використовувати біологічні поняття, закони, концепції, вчення і теорії біології науки для пояснення та розвитку в учнів розуміння цілісності та взаємозалежності живих систем і організмів
ФК 11	Здатність розуміти і пояснювати будову, функції, життєдіяльність, розмноження, класифікацію, походження, екологію, поширення, використання, охорону живих організмів і систем усіх рівнів організації.

ФК 12	Здатність розкривати сутність біологічних явищ, процесів і технологій, розв'язувати біологічні задачі.
ФК 13	Здатність організовувати і здійснювати дослідницьку діяльність в лабораторних і польових умовах, інтерпретувати її результати; користуватися обладнанням, препаратами, виготовляти біологічні препарати та формувати колекції і гербарії.
ФК 14	Здатність формувати знання для обрання ефективних шляхів і способів збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини.
ФК 15	Здатність здійснювати позакласну та позашкільну роботу з біологічних проблем і досліджень, формування, збереження екологічно здорового середовища і зміцнення здоров'я.

### Формування програмних результатів

Індекс в матриці ОП	Програмні результати навчання
РН 14	Знає і використовує біологічну термінологію і номенклатуру, розуміє основні концепції, теорії, закони в галузі біологічних наук і на межі предметних галузей.
РН 15	Знає і пояснює будову та основні функціональні особливості підтримання життєдіяльності живих організмів, сучасну систему живих організмів, роль живих організмів та біологічних систем різного рівня у житті суспільства, їх використання, охорону, відтворення.
РН 16	Знає і описує будову й функції організму людини, основи здорового способу життя, розвитку і збереження фізичного, психічного, соціального та ментального здоров'я та мотивує учнів до збереження здоров'я.
РН 17	Володіє методами розв'язування біологічних задач.

### Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Перескладання тем / модулів відбувається під час проведення консультацій керівника курсу.
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час контролю знань заборонено (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час підготовки практичних завдань в процесі заняття.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбутись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

### Літературні джерела

#### Базові

1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Навчальний посібник. К.: «Професіонал», 2009. 336 с.
2. Маруненко, І. М., Неведомська Є.О., В. І. Бобрицька В.І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: курс лекцій К. : ВД "Професіонал", 2004. 480 с.
3. Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. Основи шкільної гігієни і валеології: теорія, практикум, тести Кам'янець-Подільськ, Вид-во Медобори, 2019. 332 с.
4. Подоляк-Шумило Н.Г., Познанський С.С. Шкільна гігієна: навч. посібник для пед. ін-тів. К: Вища школа, 1981. 176 с.
5. Старушенко Л.І. Анатомія та фізіологія людини. К.: Здоров'я, 2003. 336 с.
6. Хрипкова А.Г., Антропова М.В., Фарбер Д.А. Возрастная физиология и школьная гигиена М.: Просвещение, 1990. 90 с.

#### Допоміжні

1. Анатомія та фізіологія з патологією: підручник для студентів ВНЗ / за ред. Я.І. Федонюка, Л.С. Білика, Н.Х. Микули. 2-ге вид. Тернопіль : Укрмедкнига, 2002. 320 с.
2. Пашко К.О. Гігієна та екологія. Тернопіль. Укрмедкнига, 2022.

3. Кучеров, І. С., Шабатура М.Н., Давиденко І.М. Фізіологія людини: навч. посібник для студентів. К. : Вища школа, 1981
4. Маруненко, І. М., Неведомська Є.О., Бобрицька В.І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: курс лекцій. К. : ВД "Професіонал", 2004. 248 с.
5. Людина: Навчальний посібник з анатомії та фізіології. наук. пер. з англ. Львів: БаК, 2012. 632 с.
6. Петришина, О. Л., Попова Є.П. Анатомія, фізіологія і гігієна дітей молодшого шкільного віку: навч. посібник для учнів педагогічних училищ К. : Вища школа, 1982. С. 122.
7. Сімчук С.Р., Онишкевич С.М. Анатомія людини Кременець: Кременецький ОКПК, 2001. 18 с.
8. Сімчук С.Р. Анатомія людини та основи біомеханіки фізичних вправ Кременець: Кременецький ОКПК, 2000. 21с.
9. Старушенко Л.І. Анатомія та фізіологія людини. К.: Здоров'я, 2003. 336 с.

### **Інформаційні ресурси**

1. Національна бібліотека ім. В.І. Вернадського [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http:// www.nbuv.gov.ua/](http://www.nbuv.gov.ua/)
2. Вікова фізіологія та шкільна гігієна. Режим доступу: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/9300/1/%D0%B2%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D1%84%D1%96%D0%B7%D1%96%D0%BE%D0%BB%D0%B3%D0%B3%D1%96%D1%8F.pdf>
3. Савченков Ю. Вікова фізіологія. Режим доступу: <https://www.bookovka.ua/uk/medicina/915219-voznrastnaya-fiziologiya-fiziologicheskie-osobennosti-detej-i-podrostkov-uchebnoe-posobie.html>