

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра педагогіки

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

**Декан гуманітарно -
педагогічного факультету**

_____ ***В.Д. Шинкарук***

“ ____ ” _____ 201_ р.

РОЗГЛЯНУТО І СХВАЛЕНО

на засіданні кафедри педагогіки

протокол № ____ від « ____ » ____ 201_ р.

Завідувач кафедри

_____ ***Р. В. Сопівник***

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ”

Напрямок підготовки

ОС ” Бакалавр ”

Спеціальність

231 Соціальна робота

Факультет

гуманітарно - педагогічний

Розробник:

асистент кафедри педагогіки Єресько О.В.

КИЇВ – 2 0 1 8/ 2 0 1 9

1. Опис навчальної дисципліни «Вікова фізіологія»

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, ОКС		
Освітньо-кваліфікаційний рівень	Бакалавр	
Спеціальність	Соціальна робота	
Вид	Обов'язкова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістовних модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма підсумкового контролю	Екзамен	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік підготовки (курс)	2	2
Семестр	1	1-2
Лекційні заняття	30 год.	6 год.
Практичні, семінарські заняття	30 год.	4 год.
Самостійна робота	60 год.	110 год.

Індивідуальні заняття		
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання	<i>4 год.</i>	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу:

висвітлення особливостей життєдіяльності організму в різні періоди онтогенезу, функцій органів, систем органів і організму в цілому в міру його росту і розвитку, а також гігієнічних вимог і нормативів, необхідних у роботі педагога з метою створення оптимальних умов навчання і виховання та забезпечення індивідуального здоров'я школярів.

Завдання:

- розглянути особливості життєдіяльності організму в різні періоди онтогенезу, зокрема особливості функціонування кожної системи органів дитини;*
- обґрунтувати гігієнічні вимоги і нормативи, необхідні у роботі педагога з метою створення оптимальних умов навчання та виховання;*
- науково обґрунтувати гігієнічні заходи для збереження індивідуального здоров'я школярів;*
- навчити формувати гігієнічні навички учнів.*

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- * предмет та завдання вікової фізіології і шкільної гігієни;*
- * загальні закономірності росту і розвитку дітей і підлітків;*
- * основні етапи розвитку фізіологічних систем організму людини;*
- * значення фізіологічних систем в регуляції і узгодженості функцій організму людини та взаємозв'язку організму з навколишнім середовищем;*
- * гігієнічні правила, які б сприяли зміцненню індивідуального здоров'я школяра.*

вміти:

- * досліджувати фізіологічний стан систем органів власного організму за спеціальними методиками;*
- * застосовувати гігієнічні знання для збереження і зміцнення індивідуального здоров'я школярів*

3. Програма навчальної дисципліни для денної та заочної (дистанційної) форми навчання

Змістовий модуль I. ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ОРГАНІВ І СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ

Тема 1. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Загальний огляд будови і функцій організму (2 год.)

Поняття росту і розвитку. Вплив середовища на ріст і розвиток. Вікова періодизація. Акселерація — прискорення фізичного розвитку дітей (поняття і причини).

Рівні організації організму людини: клітинний, тканинний, органний, системи органів (фізіологічні та функціональні системи органів), організмий. Основи цитології. Будова клітин. Функціональне значення окремих структур клітини. Основні процеси життєдіяльності клітини. (обмін речовин, живлення, дихання, подразливість, збудливість, розмноження). Основи гістології. Класифікація тканин: будова і функції. Органи і системи органів організму людини. Саморегуляція — універсальна властивість організму.

Основні поняття теми: цитологія, ендоплазматичний ретикулум, мітохондрії, лізосоми, комплекс Гольджі, рибосоми, клітинний центр, ядро, хромосоми, білки, жири, вуглеводи, амінокислоти, нуклеїнові кислоти; тканини: епітеліальні, м'язові, тканини внутрішнього середовища (рідкі та сполучні), нервова; процеси життєдіяльності: фагоцитоз, піноцитоз, розмноження (мітоз), збудження, гальмування, рефлексії; процеси обміну речовин і енергії — анаболізм, катаболізм.

Практична робота № 1. Оцінка фізичного розвитку дітей.

Тема 2. Залози внутрішньої секреції, вплив гормонів на ріст і розвиток організму (2 год.)

Ендокринологія. Залози внутрішньої секреції: поняття, місцерозміщення, гормони. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. Гіперфункція та гіпофункція залоз внутрішньої секреції.

Основні поняття теми: ендокринологія, залози внутрішньої секреції, гіперфункція, гіпофункція залоз внутрішньої секреції, ріст, розвиток.

Тема 3. Вікові особливості опорно-рухового апарату. Гігієна опорно-рухового апарату школярів (2 год.)

Значення опорно-рухової системи. Загальні відомості про скелет (форма, з'єднання, будова і хімічний склад кісток) ріст кісток, частини скелета. М'язова система. Види м'язів. Постава та її різновиди. Причини неправильної постави. Профілактика та корекція неправильної постави. Вплив фізичних вправ на опорно-рухову систему організму. Гігієна опорно-рухового апарату школярів.

Основні поняття теми: опорно-рухова система, скелет, типи з'єднання кісток (суглоб, синартроз, діартроз), відділи скелету людини — скелет тулуба (хребетний стовп, грудна клітка, 12 пар ребер, скелет кінцівок, лопатка, ключиця, передпліччя (променева, ліктьова), зап'ясток, п'ясток, фаланги пальців, криж, тазові кістки, стегнова, велика і мала гомілкові кістки,

передплесно, плесно, фаланги пальців стопи, череп — мозковий і лицьовий відділи; м'язи, м'язова система, постава, види постави.

Практична робота №2. Визначення постави у дітей.

Тема 4. Вікові особливості серцево-судинної і дихальної систем.

Гігієна серцево-судинної і дихальної систем (2 год.)

Внутрішнє середовище організму. Значення крові, склад крові (плазма, формені елементи — еритроцити, лейкоцити, тромбоцити). Зсідання крові як захисна реакція організму. Імунітет. Роль І.І. Мечникова у створенні вчення про імунітет. Формування імунних реакцій у процесі розвитку дитини. Органи кровообігу: серце і судини. Будова і робота серця. Регуляція кровообігу. Рефлекторні впливи на діяльність серця і судин. Гуморальна регуляція кровообігу. Вікові особливості органів кровообігу. Гігієна серцево-судинної системи школярів.

Значення дихання. Будова органів дихання (носоглотка, гортань, трахея і бронхи, легені). Дихальні рухи (механізм вдиху і видиху). Типи дихання. Глибини і частота дихання. Газообмін у легенях і тканинах. Регуляція дихання. Особливості збудливості дихального центру у дітей. Гігієна дихальної системи школярів.

Основні поняття теми: внутрішнє середовище організму, плазма і елементи крові: еритроцити, лейкоцити, тромбоцити, кровотворення, зсідання крові (тромбоцити, тромбопластин, протромбін, фібриноген, фібрин), аглютинація, резус-фактор, імунітет (природний, штучний), велике і мале коло кровообігу (артерії, вени, капіляри), серце (епікард, міокард, ендокард, перикард), стулкові, півмісяцеві клапани, цикл роботи серця (систола, діастола, систолічний і хвилинний об'єм серця, іннервація серця, тиск крові в судинах, капілярах, розподіл крові в організмі, особливості кровообігу в серці, легенях, мозку, склад лімфи, рух лімфи по лімфатичним судинам; дихання, акт вдиху, типи дихання (діафрагмальний, грудний), життєва ємність легень, склад вдихувального і видихувального повітря, альвеолярне повітря, зв'язування кисню кров'ю, зв'язування вуглекислого газу кров'ю, дихальний центр, рефлекторна регуляція, гуморальний вплив на дихальний центр, перший вдих новонародженого, дихання при фізичній роботі.

Практична робота №3. Оцінка функціонального стану серцево-судинної системи.

Практична робота № 4. Оцінка функціонального стану дихальної системи.

Тема 5. Вікові особливості травлення. Вікові особливості обміну речовин і енергії. Гігієна харчування і здоров'я людини. Вікові особливості виділення. Гігієна сечовидільної системи (2 год.)

Значення травлення. Система органів травлення. Травлення в ротовій порожнині, шлунку, кишечнику. Утворення і виділення жовчі. Скорочення кишок. Рефлекторна регуляція рухів травного тракту. Всмоктування в шлунково-кишковому тракті. Захисна властивість травного тракту. Вікові особливості травлення. Обмін речовин як основна функція життя. Обмін білків, жирів, вуглеводів. Водний і мінеральний обмін. Вітаміни. Вікові особливості енергетичного обміну. Харчування. Гігієна травної системи школярів.

Розташування й анатомо-топографічні проекції органів сечостатевого апарату. Філогенез і онтогенез сечових органів і статевих органів. Особливості будови і функції. Нирка, її положення, розвиток, будова, функція. Ниркові сегменти. Нефрон - структурна і функціональна одиниця нирки. Особливості будови кровоносного русла нирки. Топографія нирок. Оболонки нирки; фіксуючий апарат нирок; ниркова пазуха; топографія елементів ниркової ніжки. Ниркові чашечки (малі і великі, форнікальний апарат), ниркова миска.

Сечовід, його частини, топографія, будова стінки сечоводу, його звуження, функція. Сечовий міхур: його розвиток, форма, положення, будова стінки. Чоловічий і жіночий сечівник. Вади розвитку органів сечової системи.

Вікові особливості сечовидільної системи. Гігієна сечовидільної системи.

Основні поняття теми: органи травлення (ротова порожнина, стравохід, шлунок, кишки), травні залози (слинні, підшлункова, печінка), ферменти (птіалін, мальтаза, лізоцим, пепсин, желатиназа, хімоцин, ліпаза, трипсин, хімотрипсин, амілаза тощо), регуляція слиновиділення (умовнорефлекторне і безумовне), ковтання, жування, характер шлункової секреції, рухова функція шлунка, скорочення кишок (перистальтичні рухи, маятникові подібні рухи, ритмічна сегментація), дефекація; анаболізм (асиміляція), катаболізм (дисиміляція), основний обмін, загальний обмін, енергетичний і пластичний обмін, етапи обміну основних речовин, азотний баланс, азотна рівновага, особливості білкового обміну у дітей. Особливості обміну вуглеводів і жирів, значення води і мінеральних солей в процесі росту і розвитку дитини, значення вітамінів, харчування, органи виділення: нирки (тільця нефрона — мальпігієві клубочки з капсулою Шумлянского, трубочки, піраміди, ниркові чашечки, ниркова миска), сечовід, сечовий міхур, сечівник, кількість, склад сечі, первинна, вторинна сеча, вікові особливості сечових органів і виділення.

Практична робота № 5. Гігієнічні основи харчування.

Змістовий модуль II. БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПОВЕДІНКИ ЛЮДИНИ. ВИЩА НЕРВОВА ДІЯЛЬНІСТЬ

Тема 6. Вікові особливості функцій нервової системи. Вища нервова діяльність та її вікові особливості. Гігієна розумової діяльності школяра (2 год.)

Значення, загальний план будови і властивості нервової системи. Складність рефлекторної діяльності. Взаємодія процесів збудження і гальмування та їх єдність. Особливості нервової системи дитини. Спинний мозок, будова і функції. Спинномозкові нерви, нервові сплетіння. Стовбур головного мозку. Мозочок. Соматична і вегетативна нервова система. Великі півкулі головного мозку. Рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку.

Значення праць І.М.Сеченова та І.І.Павлова у вивченні функцій кори великого мозку. Умовні і безумовні рефлекси. Гальмування умовних рефлексів. Аналіз і синтез подразнень в корі великого мозку. Якісні особливості ВНД дитини. Типи ВНД. Сон. Топологічні особливості ВНД дитини. Характеристика основних етапів розвитку нервової системи і ВНД дитини. Гігієна розумової діяльності школяра.

Основні поняття теми: загальний план будови (центральна, периферична), нервова система, аксон, дендрит, біла та сіра речовина, еферентні та аферентні нервові волокна; збудливість, провідність, гальмування; сила подразнення — порогова, підпорогова, надпорогова; поняття про рефлекс, рефлекторна дуга, оболонки спинного мозку, внутрішня будова спинного мозку, спинномозкові нерви, нервові сплетення, функції спинного мозку, провідні шляхи, оболонки головного мозку, частини головного мозку: довгастий мозок і вароліїв міст; мозочок; середній мозок, проміжний мозок, черепно-мозкові нерви; кора півкуль головного мозку; зони кори півкуль головного мозку; соматична і вегетативна нервова система; умовні рефлексії, безумовні рефлексії, гальмування, вища нервова діяльність, увага, пам'ять, темперамент, характер.

Практична робота №6. Методика визначення рис характеру й темпераменту.

Тема 7. Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів. Фізіологія і гігієна шкіри (2 год.)

Значення аналізаторів. Зоровий аналізатор та його вікові особливості. Слуховий аналізатор та його вікові особливості. Нюховий, смаковий, дотиковий, вестибулярний аналізатори та їхні вікові особливості. Взаємодія і взаємний вплив аналізаторів. Гігієна органів зору і слуху.

Будова та функції шкіри. Участь шкіри у терморегуляції. Хвороби та ураження шкіри. Гігієна шкіри.

Основні поняття теми: властивості рецепторів, аналізатори — зоровий, слуховий, дотиковий, нюховий, смаковий, вестибулярний; око, вухо, шкіра, ніс, рот, рецептори шкіри і больова чутливість, рефлексії вестибулярного апарата, будова ока, оптична система ока, акомодация, астигматизм, гострота зору, бінокулярний зір, світосприймаючий апарат ока, порушення колірної зору, механізм сприйняття звуку, вестибулярний апарат; терморегуляція, терморегуляція, хвороби шкіри, ураження шкіри.

Тема 8. Вплив алкоголю та інших наркотиків на дитячий організм (2 год.)

Поняття «алкоголь», «наркотики», «наркоманія». Вплив алкоголю та інших наркотиків на дитячий організм. Стадії алкоголізму. Фізіологічна (фізична) залежність від алкоголю та інших наркотиків. Абстинентний синдром. Психічна залежність від алкоголю та інших наркотиків. Ретардація.

Основні поняття теми: алкоголь, наркотики, алкоголізм, наркоманія, тютюнопаління, ейфорія, фізіологічна (фізична) залежність, психічна залежність, ретардація, абстинентний синдром (абстиненція).

4. Структура навчальної дисципліни для денної та заочної (дистанційної) форми навчання

назви змістовних модулів і тем	тиж ні	кількість годин							
		денна форма				заочна форма			
		усьог о	у тому числі			усьог го	у тому числі		
			л	п	с.р .		л	п	с.р .
Змістовий модуль I. Вікова фізіологія органів і систем організму									
Тема 1. Предмет і завдання курсу. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Загальний огляд будови і функцій організму		10	6	4		2	2		
Тема 2. Залози внутрішньої секреції, вплив гормонів на ріст і розвиток організму		4	2	2		1	1		
Тема 3. Вікові особливості опорно-рухового апарату. Гігієна опорно-рухового апарату школярів		4	2	2		1		1	
Тема 4. Вікові особливості серцево-судинної і дихальної систем. Гігієна серцево-судинної і дихальної систем		8	4	4		1	1	1	

назви змістовних модулів і тем	тижні	кількість годин							
		денна форма				заочна форма			
		усього	у тому числі			усього	у тому числі		
			л	п	с.р.		л	п	с.р.
Тема 5. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. Гігієна харчування і здоров'я людини. Вікові особливості виділення. Гігієна сечовидільної системи		10	4	6		1			
Разом за змістовим модулем 1		36	18	18		6	4	2	
Змістовий модуль 2. Біологічні основи поведінки людини. Вища нервова діяльність									
Тема 6. Вікові особливості функцій нервової системи. Вища нервова діяльність та її вікові особливості. Гігієна розумової діяльності школяра		8	4	4		2	1	1	
Тема 7. Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів. Фізіологія і гігієна шкіри		10	4	6		1	1		
Тема 8. Вплив алкоголю та інших наркотиків на дитячий організм		6	4	2		1		1	
Разом за змістовим модулем 2		24	12	12		4	2	2	
Усього годин		60	30	30		10	6	4	

5.Теми практичних занять

№	Назва теми	к-сть годин
	Організм як єдине ціле	2
	Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Оцінка фізичного розвитку дітей	2
	Вікові особливості ендокринної системи	2
	Значення опорно-рухового апарату та його вікові зміни. Визначення постави у дітей	2*
	Вікові особливості серцево-судинної системи. Оцінка функціонального стану серцево-судинної системи	2*
	Гігієна дихання. Оцінка функціонального стану дихальної системи	2
	Поняття про обмін речовин і енергії в організмі, їх вікові особливості	2
	Гігієнічні основи харчування	2
	Значення процесів виділення, їх вікові особливості	2
	Вікові особливості вищої нервової діяльності	2*
	Гігієна розумової діяльності школяра	2
	Вікові особливості зорового аналізатора. Гігієна зору	2
	Гігієна слуху дитини	2
	Будова шкіри людини. Вікові особливості будови шкіри	2
	Вплив алкоголю та інших наркотиків на дитячий організм	2*

*- практичні заняття для студентів заочної (дистанційної) форми навчання

6. Тематика для самостійної роботи

Змістовий модуль I. ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ОРГАНІВ І СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ

Тема 1. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Загальний огляд будови і функцій організму

1. Історія розвитку вікової фізіології і шкільної гігієни як науки.
2. Вплив середовища на ріст і розвиток дітей.
3. Фізичний розвиток дітей: методи, характеристики та основні закономірності.

4. Особливості стану здоров'я українських школярів.

Тема 2. Залози внутрішньої секреції, вплив гормонів на ріст і розвиток організму

1. Історія розвитку ендокринології як науки.
2. Хвороби ендокринної системи.

Тема 3. Вікові особливості опорно-рухового апарату. Гігієна опорно-рухового апарату.

1. Причини пошкодження опорно-рухового апарату школярів. Перша допомога при пошкодженнях опорно-рухового апарату.
2. Гігієнічні вимоги до навчальних занять у школі. Гігієнічні вимоги до поліграфічного оформлення підручників, наочних посібників і навчального приладдя та технічних засобів навчання.
3. Гігієнічні вимоги до роботи школярів різних вікових груп за комп'ютером.

Тема 4. Вікові особливості серцево-судинної і дихальної систем. Гігієна серцево-судинної і дихальної систем.

1. Формування навичок безпечної поведінки щодо профілактики СНІДу.
2. Причини розладу та зупинки дихання. Реанімаційні заходи при зупинці дихання.
3. Гігієнічні вимоги до класних приміщень у школі.
4. Вплив паління на органи дихання дитини.

Тема 5. Вікові особливості травлення. Вікові особливості обміну речовин і енергії. Гігієна харчування і здоров'я людини. Вікові особливості виділення. Гігієна сечовидільної системи.

1. Профілактика харчових отруєнь.
2. Проблема вживання пива молоддю. Пиво: за та проти.
3. Причини розладу роботи сечовидільної системи.

Змістовий модуль II. БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПОВЕДІНКИ ЛЮДИНИ. ВИЩА НЕРВОВА ДІЯЛЬНІСТЬ

Тема 6. Вікові особливості функцій нервової системи. Вища нервова діяльність та її вікові особливості. Гігієна розумової діяльності школяра.

1. Розумова працездатність дитини. Особливості розумової і фізичної праці школярів різного віку.
2. Стомлення, його фізіологічна сутність і діагностика. Педагогічні основи подолання ранньої втоми.
3. Перевтома як патологічний стан, заходи щодо її запобігання та режим дня школяра.
4. Особливості вищої нервової діяльності школярів різних вікових груп.

Тема 7. Вікова фізіологія і гігієна аналізаторів. Фізіологія і гігієна шкіри.

1. Гігієнічні аспекти збереження органів зору школярів.
2. Гігієнічні аспекти збереження органів слуху школярів.
3. Гігієна шкіри. Загартовування організму дітей і підлітків.

Тема 8. Вплив алкоголю та інших наркотиків на дитячий організм.

1. Класифікація наркотичних речовин та їхній вплив на організм дитини.
2. Девіантна поведінка дітей і підлітків.
3. Фізіологічний вплив алкоголю на дитячий організм.
4. Психологічний вплив алкоголю на дитячий організм.

Самостійна робота з курсу «Вікова фізіологія та шкільна гігієна» може відбуватися у вигляді науково-дослідної роботи студента, яка має містити результати дослідницького пошуку, відображати певний рівень його навчальної компетентності. Структура такої роботи (реферат): вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел. Критерії оцінювання та шкалу оцінювання подано відповідно у таблицях.

Критерії оцінювання дослідження у вигляді реферату

№	Критерії оцінювання роботи	Максимальна кількість балів за кожним критерієм
1.	Обґрунтування актуальності, формулювання мети, завдань та визначення методів дослідження	5 балів
2.	Складання плану реферату	1 бал
3.	Критичний аналіз суті та змісту першоджерел. Виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану дослідження проблеми, розгляд тенденцій подальшого розвитку даного питання.	5 балів
4.	Дотримання правил реферуванням наукових публікацій	5 балів
5.	Доказовість висновків, обґрунтованість власної позиції, пропозиції щодо розв'язання проблеми, визначення перспектив дослідження	5 балів
6.	Дотримання вимог щодо технічного оформлення структурних елементів роботи (титольний аркуш, план, вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел)	4 бали
7.	Підготовка доповіді у вигляді презентації у програмі POWER POINT	5 балів
Разом		30 балів

Шкала оцінювання дослідження у вигляді реферату

Рівень виконання	Кількість балів, що відповідає рівню	Оцінка за традиційною системою
Високий	27 - 30	Відмінно
Достатній	21 - 26	Добре

Середній	12-20	Задовільно
Низький	0-11	Незадовільно

Орієнтовна тематика реферативних досліджень з навчальної дисципліни «Вікова фізіологія»

1. Історія розвитку вікової фізіології як науки.
2. Історія розвитку шкільної гігієни як науки.
3. Фізичний розвиток дітей: методи вивчення, характеристики та основні закономірності.
4. Особливості стану здоров'я українських школярів.
5. Розумова і фізична працездатність дитини. Особливості розумової і фізичної праці школярів різного віку.
6. Стомлення, його фізіологічна сутність і діагностика. Педагогічні основи подолання ранньої втоми.
7. Перевтома як патологічний стан, заходи щодо її запобігання та режим дня школяра.
8. Вікові особливості кісток і скелета, м'язів і м'язової системи.
9. Причини пошкодження опорно-рухового апарату школярів. Перша допомога при пошкодженнях опорно-рухового апарату. Гігієна опорно-рухового апарату школярів.
10. Гігієнічні вимоги до навчальних занять у молодшій, середній та старшій школі.
11. Гігієнічні вимоги до поліграфічного оформлення підручників, наочних посібників і навчального приладдя, до технічних засобів навчання.
12. Гігієнічні вимоги до роботи школярів різних вікових груп за комп'ютером.
13. Вікові особливості крові і кровообігу. Профілактика та перша допомога при кровотечах.
14. Рациональна рухова активність – необхідна умова гармонійного розвитку організму. Основні фізіологічні принципи та форми фізичного виховання.
15. Формування навичок безпечної поведінки щодо профілактики СНІДу.
16. Вікові особливості органів дихання.
17. Причини розладу та зупинки дихання. Реанімаційні заходи при зупинці дихання.
18. Гігієнічні вимоги до класних приміщень у школі.
19. Вплив паління на органи дихання.
20. Вікові особливості травної системи і травлення.
21. Стан харчування школярів у школах України. Національні традиції харчування.
22. Гігієнічні основи харчування школярів. Профілактика харчових отруєнь.
23. Проблема вживання пива молоддю. Пиво: за та проти.
24. Гігієна органів зору та слуху.
25. Гігієна шкіри. Загартовування організму дітей і підлітків.

8. Методи навчання

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності

За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (POWERPOINT – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.
- Практичні.

За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності

Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

9. Методи контролю

У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів застосовуються такі методи:

- **Методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, екзамен.
- **Методи письмового контролю:** модульне письмове тестування; реферат.
- **Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

Видами контролю знань студентів є поточний контроль, проміжна та підсумкова атестації.

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних, занять і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до виконання конкретної роботи

Проміжна атестація – засвоєння програмного матеріалу змістового модуля у вигляді письмової контрольної роботи.

Підсумкова атестація – екзамен.

10. Розподіл балів, які отримують студенти.

Оцінювання студента відбувається згідно положенням «Про екзамени та заліки у НУБіП України» від 20.02.2015 р.

оцінка національна	оцінка ECTS	визначення оцінки ECTS	рейтинг студента, бали
відмінно	A	відмінно - відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок.	90-100
добре	B	дуже добре – вище середнього рівня з кількома помилками	82-89
	C	добре – в загальному правильна робота з певною кількістю грубих помилок	74-81
задовільно	D	задовільно – непогано, але із значною кількістю недоліків	64-73
	E	достатньо – виконання задовольняє мінімальні критерії	60-63
незадовільно	FX	незадовільно – потрібно працювати перед тим, як отримати позитивну оцінку	35-59
	F	незадовільно – необхідна серйозна подальша робота	01-34

11. Методичне забезпечення

1. Робоча навчальна програма.
2. Опорні конспекти лекцій.
3. Навчальні посібники.
4. Презентації лекцій у програмі POWER POINT.
5. Збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень студентів.
6. Комплект друкованих завдань для підсумкового контролю.

12. Рекомендована література

Основна:

1. Аносов І.П., Хоматов В.Х. та інші «Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни», Мелітополь, ТОВ «Видавничий будинок ММД», 2008
2. Маркасян А.А. «Вопросы возрастной физиологии», Москва, «Просвещение», 1974
3. Маруненко І.М., Неведомська Є.О., Бобрицька В.І. «Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни», Київ, ВД «Професіонал», 2004

4. Плахтій П.Д., Страшко С.В., Підгорний В.К. «Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум», Кам'янець-Подільський, ПП Буйницький А.О., 2010
5. Присяжнюк М.С. «Людина та її здоров'я», Київ, «Фенікс», 1998
6. Хрипкова А.Г., Фарбер Д.А., «Возрастная физиология и школьная гигиена», Москва, «Высшая школа», 1991

Допоміжна:

1. Алексеева Т.И. Географическая среда и биология человека. М.: Минск. – 1972. – 302 с.
2. Аронов Д.М. Как предупредить болезни сердца. М.: Знание. 1978. – 96 с.
3. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. – М.: Наука, 1982. – 270 с.
4. Биология человека (Д.Харрисон, Д.Уайнер, Д.Теннер и др.) М.: Мир, 1979. – 611 с.
5. Биология. В 3 т. (Под ред. Сопера). М.: Мир. – 1990. Т. 1 – 3
6. Биология. (Ю.К. Богоявленский, Т.И.Улисова, И.И.Яровал, В.Н.Ярыгин). – М.: Медицина. – 1985. 560 с.
7. Беляков В.Д., Жук Е.Г. Военная гигиена й эпидемиология. - М.: Медицина, 1988. - 320 с.
8. Габович Р.Д., Познанский С.С., Шахбазян Г.Х. Гигиена. - К.: Вища школа, 1983. – 320 с.
9. Гигиена детей й подростков/Под ред. Г.Н. Сердкжовской. - М.: Медицина, 1989. - 320с.
10. Гігієна харчування з основами нутриціології / В.І. Ципріян та ін. Навч. посібник - К.: Здоров'я, 1999. – 568 с.
11. Голяченко О.М., Сердюк А.М., Приходський О.О. Соціальна медицина, організація та економіка охорони здоров'я. - Тернопіль-Київ-Вінниця: Лілея, 1997. - 328 с.
12. Даценко І.І., Габович Р.Д. Профілактична медицина. Загальна гігієна з основами екології. Навчальний посібник. - К.: Здоров'я, 1999. - 694 с.
13. Загальна гігієна: Посібник до практичних занять / За ред. І.І. Даценко. - Львів: Світ, 2001. - 471 с.
14. Кисельов Ф.С. Анатомія і фізіологія дитини з основами шкільної гігієни. К.: Радянська школа. – 1967. – 311 с.
15. Краткая медицинская энциклопедия. Гл. ред. Б.В.Петровский. 2-е изд. – М.: Сов. энцикл. – 1989.
16. Лозинский В.С. Учитесь быть здоровым. К.: Центр здоровья. – 1993. – 160 с.
17. Маркосян А.А. Физиология. – М.: Медицина. 1975. – 351 с.
18. Массаргін А.Г., Массаргін В.Г., Гончарова В.М. Анатомія і фізіологія людини. К.: Радянська школа, 1975. – 167 с.
19. Могилевский Б.Л. Охотники за истиной. Три повести о великих русских учёных. – Н. Пирогове, И.Сеченове, И.Мечникове. М. 1968.
20. Муравов И.В. Оздоровительные эффекты физической культуры и спорта. – К.: Здоровье. 1989. – 268 с.

21. Нормальная физиология. (Под. ред. В.А.Полянского). М.: Медицина, 1989.
22. Патологическая физиология (Под. ред. Н.Н.Зайко. – 2-е изд., перер. и допол.) К. Вища школа. – 1985.
- Петришина О.Л., Попова К.П. Анатомія і фізіологія і гігієна дітей молодшого шкільного віку. К.: Вища школа. 1982. – 192 с.
23. Сеченов И.М. Рефлексы головного мозга. М.АН СССР, 1981. – 99 с.
24. Слюсарев А.А. Биология с общей генетикой. М.: Медицина. – 1978.
25. Слюсарев А.А., Самсонов О.В., Мухін В.М. та ін. Біологія (під ред. В.О.Мотузного). – К.: Вища школа. – 1991. 503 с.
26. Слюсарев А.О., Жукова С.В. Біологія. К.: Вища школа. – 1992. 432 с.
27. Тепперман Дж., Тепперман Х. Физиология обмена веществ и эндокринной системы. М.: Мир. – 1989.
28. Физиология подростка. Под. ред. Г.А.Фирбар. Педагогика школы. – 1988. – 208 с.
29. Хорол И.С. Гормоны и жизнь. – М.: Просвещение, 1971.
30. Хрипкова А.Г. Вікова фізіологія.- К.: Вища школа. – 1982. 272 с.
31. Хрипкова А.Г., Антропова М.В. Возрастная физиология и школьная гигиена. - М.: Просвещение. – 1990. – 319 с.
32. Шеррингтон Ч. Рефлекторная деятельность спинного мозга. Пер. с англ. М.Л. – 1935.
33. Ярош О.А. Нервові хвороби. К.: Вища школа. – 1993. – 487 с.