

**Волинський національний університет
імені Лесі України
Факультет біології та лісового господарства
Кафедра фізіології людини і тварин**

**СИЛАБУС
навчальної дисципліни**

Вікова фізіологія з основами гігієни

Підготовки
БАКАЛАВРА

спеціальності
013 ПОЧАТКОВА ОСВІТА

освітньо-професійної програми
ПОЧАТКОВА ОСВІТА

Луцьк - 2021

Силабус навчальної дисципліни «**Вікова фізіологія з основами гігієни**»
підготовки *БАКАЛАВРА*, галузі знань *01 ОСВІТА / ПЕДАГОГІКА*, спеціальності
013 ПОЧАТКОВА ОСВІТА, освітньо-професійної програми *ПОЧАТКОВА*
ОСВІТА

Розробник: Дмитроца Олена Романівна, кандидат біологічних наук, доцент
кафедри фізіології людини і тварин,

Затверджено на засіданні кафедри фізіології людини і тварин
протокол № 1 від 27.08.2021 р.

Завідувач кафедри:



доц. Качинська Т.В.

I. Опис навчальної дисципліни

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ОПП, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
Денна форма навчання	01 Освіта/Педагогіка, 013 Початкова освіта Початкова освіта Бакалавр	Нормативна
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання 1-й
		Семестр 1 ий
ІНДЗ: <u>немає</u>		Лекції 30 год.
		Практичні заняття 32 год.
		Самостійна робота 52 год.
		Консультації 6 год.
	Форма контролю: залік	

II. Інформація про викладача

Викладач: Дмитроца Олена Романівна, кандидат біологічних наук, доцент

Контактна інформація викладача:

Номер мобільного зв'язку: 050 2218285

e-mail: Dmytroca.Olena@vnu.edu.ua

Дні занять розміщено на сайті навчального відділу ВНУ: <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

Кафедра - Фізіології людини і тварин

Факультет – Біології та лісового господарства

III. АНОТАЦІЯ КУРСУ

1. Силабус навчальної дисципліни «Вікова фізіологія з основами гігієни» складений відповідно до навчального плану підготовки **БАКАЛАВРА**, галузі знань **01 ОСВІТА / ПЕДАГОГІКА**, спеціальності **013 ПОЧАТКОВА ОСВІТА**, освітньо-професійної програми **ПОЧАТКОВА ОСВІТА**.

Предмет вивчення: особливості життєдіяльності організму у різні періоди онтогенезу, функції органів, систем органів та організму загалом у міру його росту та розвитку, особиста гігієна та збереження здоров'я школярів, підтримання їх високої працездатності, гігієна навчально-виховного процесу.

2. Пререквізити

Курс базується на знаннях, навичках й уміннях, котрі засвоєнні під час опрацювання шкільних курсів з біології та основ екології, вишівської дисципліни «Основи психології», «Вступ до фаху».

Постреквізити

Знання, навички й уміння, котрі отримує здобувач освіти у ході засвоєння курсу «Вікова фізіологія з основами гігієни», стануть необхідною основою для вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Вікова, педагогічна та соціальна психологія», «Педагогіка», «Теорія виховання у початковій школі», «Основи інклюзивної освіти», «Основи науково-педагогічних досліджень», «Пропедевтичної практики», «Педагогічної (виробничої) практики» і т.д.

Метою навчальної дисципліни «Вікова фізіологія з основами гігієни» є професійна підготовка майбутніх педагогів, які повинні отримати ґрунтовні знання про ріст і розвиток людського організму, його специфіку у кожному віковому періоді, а також про гігієнічні вимоги і нормативи, необхідні у роботі вчителя з метою створення оптимальних умов освітнього середовища та забезпечення індивідуального здоров'я школярів.

Завдання курсу: розглянути особливості життєдіяльності організму в різні періоди онтогенезу, зокрема особливості функціонування кожної системи органів дитини; обґрунтувати гігієнічні вимоги і нормативи, необхідні у роботі вчителя з метою створення оптимальних умов навчання; науково обґрунтувати гігієнічні заходи для збереження індивідуального здоров'я школярів; прищепити гігієнічні навички школярам.

IV. Результати навчання (компетентності).

<i>Інтегральна компетентність:</i>
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі початкової освіти з розумінням відповідальності за свої дії.
<i>Загальні компетентності:</i>
ЗК-2. 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 у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
ЗК-4. Здатність працювати в команді.
ЗК-5. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
ЗК-6. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
ЗК-7. Здатність діяти соціально відповідально і свідомо
<i>Спеціальні (фахові) компетентності:</i>
СК-2. Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, використовувати відкриті ресурси, інформаційнокомунікаційні та цифрові технології, оперувати ними в професійній діяльності.
СК-3. Здатність до інтеграції та реалізації предметних знань як основи змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.
СК-6. Здатність до організації освітнього процесу в початковій школі з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, розвитку в них критичного мислення та формування ціннісних орієнтацій.
СК-7. Здатність до моделювання змісту відповідно до очікуваних результатів навчання, добору оптимальних форм, методів, технологій та засобів формування ключових і предметних компетентностей молодших школярів у процесі вивчення освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.
СК-10. Здатність до професійно-педагогічної діяльності в інклюзивному середовищі з різними категоріями дітей з особливими освітніми потребами.
СК-11. Здатність до здійснення профілактичних заходів щодо збереження життя та здоров'я учнів початкової школи, до надання їм домедичної допомоги, до протидії та попередження булінгу, різних проявів насильства
<i>Програмні результати навчання</i>

ПР-02 Управляти складною професійною діяльністю та проєктами в умовах початкової школи, виробляти та ухвалювати рішення в непередбачуваних робочих та навчальних контекстах

ПР-05 Організувати освітній процес із використанням цифрових технологій та технологій дистанційного навчання молодших школярів, розвивати в учнів навички безпечного використання цифрових технологій та сервісів.

ПР-07 Планувати й здійснювати освітній процес з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, забезпечувати розвиток пізнавальної діяльності учнів, формувати в них мотивацію до навчання

ПР-08 Організувати конструктивну та партнерську взаємодію з учасниками освітнього процесу початкової школи, використовувати практики самозбереження психічного здоров'я, усвідомленого емоційного реагування

ПР-12 Застосовувати методи та прийоми навчання, інновації, міжпредметні зв'язки та інтегрувати зміст різних освітніх галузей в стандартних і нестандартних ситуаціях професійної діяльності в початковій школі, оцінювати результативність їх застосування

ПР-13 Організувати освітній простір з дотриманням принципів універсального дизайну, безпечно, проєктувати навчальні осередки у класі спільно з молодшими школярами з урахуванням їхніх вікових особливостей, інтересів і потреб, забезпечувати дотримання вимог безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, створювати психологічно комфортні умови освітнього процесу.

ПР-14 Забезпечувати індивідуальний і диференційований розвиток здобувачів початкової освіти з особливими освітніми потребами відповідно до їхніх можливостей.

ПР-15 Здійснювати профілактичні заходи щодо збереження життя та фізичного й психічного здоров'я здобувачів початкової освіти, надавати їм домедичну допомогу (за потреби), планувати та реалізовувати заходи щодо попередження і протидії булінгу та різних проявів насильства чи будь-якої з форм дискримінації серед учнів початкової школи й інших учасників освітнього процесу.

V. Структура навчальної дисципліни

Таблиця 2

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практичні роботи	Самос. роб.	Конс.	Форма контролю / бали
<i>Змістовий модуль 1. Фактори та основні закономірності росту та розвитку організму</i>						
Тема 1. Вступ. Значення вікової фізіології та шкільної гігієни. Організм як саморегульована система	6	2	-	4	-	-
Тема 2. Загальні закономірності росту і розвитку дітей і підлітків	14	4	6	4	-	ВПЗ, Б-О / 7,5
Тема 3. Морфофункціональні та вікові особливості опорно-рухового апарату людини. Профілактика захворювань ОРА	11	2	4	4	1	ВПЗ, Б-О, К-3 / 5
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	31	8	10	12	1	12,5
<i>Змістовий модуль 2. Розвиток нервової системи та органів чуття. Вища нервова діяльність дітей та підлітків</i>						

Тема 4. Вікові особливості нервової системи	9	2	2	4	1	Б-О, ВПЗ / 2,5
Тема 5. Онтогенез сенсорних систем. Профілактика захворювань зорового та слухового аналізаторів	13	2	4	6	1	Б-О, ВПЗ, К-3 / 5
Тема 6. Фізіологія вищої нервової діяльності дітей та підлітків	13	4	4	4	1	Б-О, ВПЗ, К-3 / 5
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>	35	8	10	14	3	12,5
<u>Змістовий модуль 3. Вікові особливості функціональних систем людини і гігієнічні вимоги, які забезпечують їх нормальний розвиток</u>						
Тема 7. Фізіологічні особливості вегетативних функцій, їх вікові зміни. Гігієна харчування	17	6	4	6	1	ВПЗ, Б-О, К-3 / 5
Тема 8. Вікові особливості ендокринної системи	8	2	2	4	-	ВПЗ, Б-О, К-3 / 2,5
Тема 9. Поняття про здоров'я. Чинники, що визначають здоров'я людини	8	2	2	4	-	ВПЗ, Б-О, К-3 / 2,5
<i>Разом за змістовим модулем 3</i>	33	10	8	14	1	10
<u>Змістовий модуль 4. Гігієна навчально-виховного процесу</u>						
Тема 10. Значення гігієни для здоров'я людини. Основи особистої гігієни	5	1	-	4	-	-
Тема 11. Виробничий мікроклімат	7	1	2	4	-	ВПЗ, Б-О, К-3 / 2,5
Тема 12. Гігієна навчально-виховного процесу. Гігієна праці та відпочинку. Вимоги до навчальних приміщень	9	2	2	4	1	ВПЗ, Б-О, К-3 / 2,5
<i>Разом за змістовим модулем 4</i>	21	4	4	12	1	5
Види підсумкових робіт						Бал
Модульні контрольні роботи						60
Модульна контрольна робота 1 (тести, кейс-задача, завдання на зворотній зв'язок)						15
Модульна контрольна робота 2 (тести, відкриті питання)						15
Модульна контрольна робота 3 (тести, відкриті питання, кейс-задача)						15
Модульна контрольна робота 4 (відкриті питання)						15
<i>Усього годин</i>	120	30	32	52	6	100

*Форма контролю: ВПЗ – виконання практичних завдань на заняттях, УО – усне опитування, К-3 – кейс-задача, Б-О – бліц-опитування, МКР – модульна контрольна робота

Теми практичних робіт

№	Тема практичної роботи	Кількість годин	Бали
1.	Методика оцінки фізичного розвитку як показника здоров'я	2	2,5
2.	Методи вивчення вікових психофізіологічних особливостей дітей оцінка функціональної готовності дітей до навчання в школі	2	2,5
3.	Визначення біологічного віку. Визначення темпу фізичного розвитку та функціонального віку	2	2,5
4.	Вікові особливості опорно-рухового апарату	2	2,5
5.	Руховий режим школяра та його фізіолого-гігієнічне обґрунтування	2	2,5
6.	Вікові особливості нервової системи	2	2,5
7.	Фізіологія сенсорних систем та їх вікові особливості	2	2,5
8.	Гігієна зору школярів	2	2,5
9.	Вища нервова діяльність та її вікові особливості	4	5
10.			
11.	Визначення функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем	2	2,5
12.	Основи раціонального харчування осіб різних вікових груп складання добового раціону	2	2,5
13.	Вікові особливості ендокринної системи	2	2,5
14.	Методи оцінки стану здоров'я дітей і підлітків	2	2,5
15.	Гігієнічна оцінка мікроклімату у школі	2	2,5
16.	Гігієнічна оцінка організації навчально-виховного процесу	2	2,5
	Разом	32	40

VI. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ

Підготувати відповіді на такі питання, як:

1. Роль спадковості і середовища у розвитку деяких фізичних і психічних ознак дітей та підлітків. Основні спадкові патології організму.
2. Вікові особливості процесів адаптації організму дітей та підлітків до дії факторів навколишнього середовища.
3. Фізіологія трудових процесів і фізичних вправ.
4. Критерії оцінки шкільної зрілості.
5. Підтримання здорового стану хребта і нормальної постави тіла.

6. Анатомічні деформації стопи.
7. Характеристика причин і ознак травматичних ушкоджень (закритих і відкритих переломів кісток, закритих і відкритих травмах голови, хребта, грудної клітки, живота, тазу, вивихів суглобів, забоїв). Самодопомога і взаємодопомога.
8. Психічне здоров'я дітей та підлітків; фактори, які на нього впливають.
9. Функціональне дозрівання кори і підкіркових структур мозку в різні вікові періоди за даними електрофізіологічних досліджень.
10. Набуті та вроджені вади сенсорних систем та їх профілактика.
11. Особливості розумової працездатності.
12. Розумова і фізична працездатність дитини.
13. Втома, її фізіологічна сутність та діагностика.
14. Перевтома як патологічний стан.
15. Системні неврози дітей шкільного віку. Роль учителя в їх попередженні.
16. Основні поняття системи крові.
17. Види кровотеч, їх причини, ознаки. Невідкладна долікарська допомога. Профілактика кровотеч у дітей і підлітків. Роль вчителя в організації надання першої допомоги.
18. Причини серцево-судинних захворювань. Гігієна серцево-судинної системи. Значення фізичної культури і спорту для нормального розвитку і підвищення витримки серця
19. Механізм вдиху та видиху.
20. Особливості дихання при зміні атмосферного тиску. Поняття про гіпоксію.
21. Поняття гіпоксії.
22. порушення харчування. Харчування дітей та підлітків.
23. Захворювання шлунково-кишкового тракту у школярів та їх профілактика.
24. Статевий розвиток дітей та підлітків.
25. Вікові особливості ендокринної регуляції в організмі.
26. Сутність довголіття. Соціальні аспекти здоров'я. Антропогенні зміни в природному середовищі та їх вплив на здоров'я.
27. Електромагнітні поля у виробничому середовищі. Ультрафіолетове та видиме випромінювання. Лазарне випромінювання. Виробничий пил. Ультразвук, інфразвук як виробничі фактори. Гігієнічні основи виробничої вентиляції. Біологічні чинники зовнішнього середовища та профілактика інфекційних захворювань.
28. Харчові отруєння бактеріального і не бактеріального походження. Профілактика захворювань.
29. Види кровотеч, їх причини, ознаки. Невідкладна долікарська допомога. Профілактика кровотеч у дітей і підлітків. Роль вчителя в організації надання першої допомоги
30. Розвиток психічний властивостей особистості у трудовій діяльності. Гігієна праці жінок та підлітків. Гігієна праці осіб старшого віку та інвалідів. Особливості вивчення здоров'я працівників. Засоби індивідуального захисту від шкідливих і небезпечних факторів виробничого середовища.
31. Вища нервова діяльність у ранньому і дошкільному періодах розвитку
32. Обґрунтувати фізичне здоров'я, його сутність та сучасні підходи до його кількісної діагностики.
33. Екологія людини, як комплексна наука про взаємодію людини з навколишнім середовищем.
34. Основні фактори зовнішнього середовища, які різко впливають на стан здоров'я людини. Профілактичні заходи, які зменшують ефект негативних факторів довкілля.

35. Основні причини та ознаки отруєнь хімічними речовинами, отрутохімікатами, лікарськими препаратами, грибами, отруйними рослинами і ягодами.
36. Дії вчителя при цих станах, профілактика гострих отруєнь у дітей і учнів. Техніка безпеки в шкільних лабораторіях з хімії та фізики.
37. Медико-біологічні, психологічні та соціально-побутові причини шкідливих звичок. Вплив алкоголю на організм людини. Алкоголізм. Заходи профілактики і принципи лікування алкоголізму.
38. Вплив та механізм дії нікотину на організм людини. Профілактика паління. Наркоманія та токсикоманія: їх види, ознаки і наслідки. Заходи профілактики і принципи лікування наркоманії і токсикоманії. Методичні аспекти профілактики і раннього виявлення шкідливих звичок у дітей.
39. Характеристика екологічного стану в Україні.
40. Надання долікарської допомоги при травмах, отруєннях, ураженнях електричним струмом та інших невідкладних станах людини.
41. Документація освітнього процесу зі збереження здоров'я школярів.

VII. ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Відвідування занять дає можливість отримати задекларовані загальні та фахові компетентності, вчасно і якісно виконати завдання.

Навчальні досягнення студентів із дисципліни «Вікова фізіологія з основами гігієни» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.

Контроль успішності студентів здійснюється з урахуванням поточного, проміжного і підсумкового оцінювання.

Кожний модуль включає бали за поточну роботу студента на практичних заняттях (усне опитування, робота в групах, тестовий контроль знань), виконання самостійної роботи, модульну контрольну роботу. Усі види робіт (практичні роботи, їх захист, творчі завдання, конспекти, презентації, анотації прочитаної додаткової літератури, есе тощо, які виконує студент за визначеною тематикою) обговорюються та захищаються на практичних заняттях. За активність студент може отримати до 20% від поточно набраних балів.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом на практичних заняттях, під час виконання самостійної залежить від дотримання таких вимог: своєчасність виконання навчальних завдань; повний обсяг їх виконання; якість виконання навчальних завдань; самостійність виконання; творчий підхід у виконанні завдань; ініціативність у навчальній діяльності.

Виконання модульних контрольних робіт здійснюється з використанням роздрукованих завдань, тестів. Модульний контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.

У форс-мажорних ситуаціях навчання може проходити також в он-лайн формі (за погодженням з деканатом). Вимоги до студентів залишаються такими ж.

Академічна доброчесність: виконані завдання студентів мають бути їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших осіб є прикладами можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

Неформальна освіта при викладанні дисципліни. Визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті здійснюється відповідно до «Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки» (https://vnu.edu.ua/sites/default/files/Files/viznannya_rezultativ_snu_im.1.u.2.pdf). За умови підтвердження, що зміст майстер-класів (семінарів, курсів тощо) відповідає темам курсу, сертифікати участі в них (або інші підтверджуючі документи) будуть достатньою підставою для зарахування відповідних тем.

Рекомендовані платформи для проходження навчання у неформальній освіті:

Центр Громадського здоров'я МОЗ України <https://portal.phc.org.ua/en/>

Prometheus + <https://prometheus.org.ua/>

Всеосвіта <https://vseosvita.ua/webinar>

UNICEF Ukraine <https://www.unicef.org/ukraine/>

Політика щодо дедлайнів та перескладання: роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (з кожної теми віднімається 0,5 балів від отриманого).

Поточний контроль проводиться у вигляді бліц-опитування, усного опитування, кейс-завдань (1,5 бали). Оцінка за кожну виконану практичну роботу включає 1,5 балів за виконання та оформлення роботи.

Проміжний контроль (модульна контрольна робота) проводиться письмово. Модульний зріз передбачає тести, кейс-задачі, відкриті питання, які складаються на основі лекційного курсу, практичних робіт і питань, які виносяться на самостійне опрацювання. Правильне роз'яснення кожного завдання оцінюється в 5 балів. Таким чином, максимальна кількість балів, яку студент може отримати за один модульну контрольну роботу – 15 балів (загалом 60 балів за дві модульні контрольні роботи).

Підсумковий контроль – залік. Оцінювання знань студентів здійснюється за результатами поточного й модульного контролю. При цьому завдання із цих видів контролю оцінюються в діапазоні від 0 до 100 балів включно.

У випадку незадовільної підсумкової оцінки, або за бажання підвищити рейтинг, студент складає залік у формі *усного опитування*. При цьому на залік виноситься *60 балів*, а бали, набрані за результатами модульних контрольних робіт, анулюються. Для отримання заліку потрібно набрати не менше 60 балів за 100-бальною шкалою.

VII. ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Оцінка для екзамену
90 – 100	Зараховано
82 – 89	
75 - 81	
67 -74	
60 - 66	

VIII. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ТА ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ

1. Аносов І.П. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни : навч. посіб. Мелітополь : ТОВ «Видавничий будинок ММД», 2008. 433 с.
2. Апанасенко Г.Л. Введение в новую парадигму здравоохранения. Здоровье и фитнес.- Киев: Изд-во ООО «Юрка юбченкр». 2020, 287 с.
3. Санітарний регламент для закладів загальної середньої освіти
<https://eo.gov.ua/2020/12/15/novyuy-sanitarnyy-rehlament-dlia-shkil-shchozminylosia/>
4. Використання рангової шкали важкості навчальних предметів для гігієнічної оцінки розкладів уроків в 5-11 класах загальноосвітніх навчальних закладів
[http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0cca21ec22571b300253d46/395c983256d59ed5c225828400319b27/\\$file/inf_lyst_187-2015.pdf](http://www.health.gov.ua/www.nsf/16a436f1b0cca21ec22571b300253d46/395c983256d59ed5c225828400319b27/$file/inf_lyst_187-2015.pdf)
5. Вікова фізіологія [Текст] : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І.Я. Коцан, С.Є. Швайко, О.Р. Дмитроца. Луцьк : Вежа-Друк, 2013. 376 с.
6. Гігієна дітей та підлітків: посібник для студентів ВНЗ III-IV рівнів акредитації / за ред. М.М. Надворного . Одеса: Прес-кур'єр, 2014. 263 с.
7. Електронний посібник до вивчення курсу «Шкільна гігієна та особливості гігієнічного виховання дітей і підлітків в спеціалізованих закладах» / П.М. Полушкін Донецьк: ДНУ, 2014. 176 с.
8. Фізичний розвиток дитини : навч. посібник для студентів 3 курсу мед. факультету / О. Г. Іванько, М. В. Пацера, Н. В. Кизима [та ін.].– Запоріжжя : [ЗДМУ], 2013. 65 с.
9. Основи екології та профілактична медицина: підручник / Д.О. Ластков, І.В. Сергета, О.В. Швидкий, А.Ю. Сергієнко, О.Д. Нужна, Т.В. Михайлова, Т.А. Вихованець, О.О. Лаврік. К. : ВСВ “Медицина”, 2017. 472 с.
10. Носко М.О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник [Текст] / М.О. Носко, С.В. Грищенко, Ю.М. Носко. Київ : МП «Леся», 2013. 160 с.
11. Фізіологія людини і тварин (Фізіологія нервової, м'язової і сенсорних систем): підручник / М.Ю. Клевець, В.В. Манько, М.О. Гальків та ін. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2011. 304 с.
12. Толочик І.Л., Кучерук Є.Ф. Вікова фізіологія і валеологія: навчальний посібник для студентів природничих спеціальних вищих навчальних закладів. Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2019. 140 с.

Всі матеріали курсу розміщені за посиланням

https://teams.microsoft.com/l/team/19%3aVRJWahh96UW97IMIr3Qz_NNluCsAC9vAkVIGE9iUKdc1%40thread.tacv2/conversations?groupId=b31588b6-08a8-494d-ba42-d572b7d155a7&tenantId=79cf2153-dcef-4e36-ab8c-89480b2366aa

IX. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ЗАЛІКУ

1. Предмет вікової фізіології, зв'язок з іншими біологічними дисциплінами.
2. Методи вивчення вікової фізіології.

3. Значення вікової фізіології для педагогіки, психології.
4. Історичний нарис розвитку зв'язку фізіології з проблемами навчання і виховання дітей та підлітків.
5. Організм людини – єдине ціле. Організм як саморегульована система.
6. Поняття росту і розвитку. Гетерохронність та гармонійність розвитку.
7. Принцип системогенезу та випереджаючого розвитку органів та функціональних систем у дітей та підлітків.
8. Біологічна особливість репродукції людини.
9. Вікова періодизація. Поняття про онтогенез. Найхарактерніші риси різних періодів розвитку людини.
10. Тривалість життя людини.
11. Старіння організму.
12. Критичні періоди онтогенезу.
13. Фізичний та психічний розвиток дітей та підлітків.
14. Реактивність та резистентність організму дітей та підлітків.
15. Акселерація та ретардація розвитку.
16. Вікові особливості процесів адаптації організму дітей та підлітків до дії факторів навколишнього середовища.
17. Шкільна зрілість.
18. Роль руху у фізичному і психічному розвитку дітей.
19. Вікові особливості росту кісток.
20. Вікові і функціональні зміни з'єднань кісток.
21. Вікові особливості хребта.
22. Вікові особливості грудної клітки.
23. Вікові і статеві особливості черепа.
24. Розвиток і вікові особливості скелету кінцівок.
25. Розвиток і вікові особливості м'язів.
26. Розвиток трудової активності і координація рухів.
27. Вікові зміни рухової діяльності та координації рухів.
28. Фізіологія трудових процесів і фізичних вправ.
29. Підтримання здорового стану хребта і нормальної постави тіла.
30. Основні етапи розвитку нервової системи.
31. Онтогенез і анатоμο-фізіологічні особливості найважливіших відділів центральної нервової системи.
32. Вікові особливості умовно-рефлекторної діяльності.
33. Координація нервових процесів у дітей та підлітків та її вдосконалення у процесі онтогенезу.
34. Закономірності розвитку психіки і мозку.
35. Функціональне дозрівання кори і підкіркових структур мозку в різні вікові періоди за даними електрофізіологічних досліджень.
36. Роль сенсорної інформації у розвитку дітей та підлітків.
37. Вікові особливості зорового аналізатора.
38. Вікові особливості слухового аналізатора.
39. Вікові особливості смакового аналізатора.

40. Вікові особливості нюхового аналізатора.
41. Вікові особливості вестибулярного аналізатору.
42. Вікові особливості сомато-сенсорної системи.
43. Набуті та вроджені вади сенсорних систем та їх профілактика.
44. Специфічні особливості вищої нервової діяльності людини.
45. Вікові особливості вироблення умовних рефлексів.
46. Зовнішнє гальмування в корі у дітей. Внутрішнє гальмування у дітей.
47. Динамічний стереотип як фізіологічна основа режиму дня.
48. Формування другої сигнальної системи діяльності і розвиток спільної діяльності сигнальних систем в онтогенезі.
49. Фізіологічні механізми емоцій.
50. Розвиток емоцій в постнатальному онтогенезі.
51. Фізіологічні основи мови. Розвиток свідомості.
52. Формування поведінки в онтогенезі.
53. Розвиток механізмів уваги.
54. Розвиток механізмів пам'яті в онтогенезі.
55. Особливості розумової працездатності.
56. Розумова і фізична працездатність дитини.
57. Втома, її фізіологічна сутність та діагностика.
58. Перевтома як паталогічний стан.
59. Вікові особливості циклу «сон-неспанья».
60. Характеристика основних вікових етапів розвитку вищої нервової діяльності.
61. Характеристика ВНД дітей та підлітків.
62. Поняття про патологічні зміни вищої нервової діяльності у дітей.
63. Зміни вищої нервової діяльності при дії фармакологічних препаратів і хімічних речовин.
64. Морфофізіологічні особливості системи крові.
65. Морфофізіологічні особливості системи кровообігу.
66. Морфологічні зміни серцево-судинної системи на ранніх етапах онтогенезу.
67. Анатомо-фізіологічні особливості органів дихання в онтогенезі.
68. Механізм першого вдиху новонародженого.
69. Вікові особливості системи травлення.
70. Вікові особливості обміну речовин та енергії.
71. Особливості організації харчування дітей.
72. Вікові особливості терморегуляції.
73. Вікові особливості органів виділення.
74. Розвиток ендокринних залоз.
75. Фізіологічне значення залоз внутрішньої секреції та їх розвиток у процесі онтогенезу.
76. Вікові особливості гіпофізу, щитоподібних залоз.
77. Вікові особливості парашитовидних залоз та наднирників.
78. Вікові особливості епіфізу та статевих залоз.
79. Вікові особливості нейрогуморальної регуляції.
80. Роль процесів регуляції у пристосуванні організму у різні вікові періоди.

81. Основні спадкові патології організму. Фізичний та психічний розвиток дітей та підлітків.
82. Здоров'я людини як найвища соціальна цінність.
83. Підтримка здорового стану хребта і нормальної постави тіла. Гігієна фізичного виховання і трудового навчання. Рухова активність і здоров'я людини.
84. Порушення стану нервової системи та їхня профілактика.
85. Вплив стресу на здоров'я людини. Основи психічного та фізичного здоров'я. Біоритми і режим дня.
86. Працездатність учнів різних вікових груп та її зміна у процесі навчальної діяльності.
87. Організація навчально-виховного процесу у школі.