

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА
Фаховий коледж «Універсум»

Циклова комісія викладачів природничих дисциплін

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

« 04 » 09 2021 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
АНАТОМІЯ, ФІЗІОЛОГІЯ, ШКІЛЬНА ГІГІЄНА
для студентів

спеціальності 014.12 Середня освіта

Освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр

Освітньо - професійної програми Образотворче мистецтво

| | |
|----------------------------------------------|----------------|
| КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА | |
| Ідентифікаційний код 02.01.004 | |
| Навчальна модуль | |
| Моніторингу якості освіти | |
| Програма № | 1016/21 |
| (підпис) | (підпис, дата) |
| « 04 » | 09 21 |

Київ – 2021 рік

Розробник: Настека Тетяна Миколаївна,
викладач циклової комісії викладачів природничих дисциплін
Фахового коледжу «Універсум»
Київського університету імені Бориса Грінченка,

Викладач: Настека Тетяна Миколаївна,
викладач циклової комісії викладачів природничих дисциплін
Фахового коледжу «Універсум»
Київського університету імені Бориса Грінченка,

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії викладачів природничих дисциплін

Протокол від «28» серпня 2021 р. № 1

Голова циклової комісії  Людмила. ГЛУХЕНЬКА

Робочу програму перевірено
«04» вересня 2021 р.

Заступник директора з навчально-методичної роботи  Зоя ГЕЙХМАН

Заступник директора з навчальної роботи  Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників | Характеристика навчальної дисципліни |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| | денна форма навчання |
| Вид дисципліни | обов'язкова |
| Мова викладання, навчання, оцінювання | українська |
| Загальний обсяг кредитів/годин | 3,5/105 |
| Курс | I, II |
| Семестр | 2, 3 |
| Обсяг годин, в тому числі: | 105 |
| Аудиторні | 50 |
| Модульний контроль | 6 |
| Самостійна робота | 49 |
| Семестровий контроль | Модульний контроль |
| Форма семестрового контролю | Залік |

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу – розкрити анатомо-фізіологічні особливості організму людини в різні періоди онтогенезу, теоретичні питання науки про здоров'я, науково обґрунтувати заходи щодо збереження, зміцнення, розвитку і управління здоров'ям дітей і підлітків шкільного віку, створити стійку мотивацію щодо

дбайливого ставлення до власного здоров'я, сприяти формуванню наукового світогляду та навчити комплексу оздоровчих умінь і навичок, механізмів організації життєдіяльності на принципах здорового способу життя.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Анатомія, фізіологія, шкільна гігієна» є :

- ознайомлення з загальними закономірностями росту та розвитку дітей і підлітків, віковою періодизацією та критичними періодами розвитку;
- визначення факторів, які впливають на здоров'я: біологічні задатки і можливості, соціальне середовище, екологічні умови;
- формування «психології» здоров'я, мотивації до корекції способу життя індивідом із метою закріплення здоров'я;
- реалізація індивідуальних оздоровчих програм, первинної та вторинної профілактики захворювань, оцінка ефективності оздоровчих заходів.

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студентів повинні сформуватися наступні компетентності:

| | | |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| ЗК-5 | Спроможність ефективно вирішувати завдання щодо збереження і зміцнення здоров'я (фізичного, психічного, соціального та духовного) як власного, так і оточуючих | 2-11 |
| ЗК-7 | Спроможність виявляти, ставити та вирішувати проблеми у процесі професійної діяльності; працювати в команді | 2-11 |
| ФК-1 | Уміння здійснювати аналіз індивідуальні особливості та психологічні прояви особистості учня та застосовувати здобуті знання з психології в професійній діяльності | 9,10 |
| ФК-2 | Усвідомлення особливостей розвитку організму людини; гігієнічних вимог для збереження індивідуального здоров'я учня | 1-3 |
| ФК-4 | Уміння здійснювати професійні функції у процесі інклюзивного навчання, враховуючи різні освітні потреби учнів з обмеженими можливостями здоров'я | 2-11 |

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студентів повинні сформуватися наступні предметні компетентності:

- уявлення про структурно-функціональну організацію організму людини, принципи і механізми підтримання гомеостазу;

- здатність застосовувати в умовах конкретної ситуації сукупність здоров'язберігаючих компетенцій, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей;
- сформованість ціннісного ставлення до власного організму і здоров'я та здоров'я інших людей;
- сформованість умінь застосовувати анатомо-фізіологічні знання для пояснення життєдіяльності власного організму, профілактики захворювань, травматизму, шкідливих звичок;
- здатність застосовувати основні фізіологічні методи аналізу й оцінки стану організму людини, враховуючи вікові особливості;
- здатність застосовувати на практиці принципи біоетики;
- розуміння соціальних і екологічних наслідків своєї професійної діяльності;
- вироблення умінь організувати навчання і роботу відповідно до вимог безпеки життєдіяльності й охорони праці;
- уміння отримувати, систематизувати, пов'язувати з практичною діяльністю, з життям і діяльністю людини функціональні фахові знання, адаптувати їх до умов початкової школи під час педагогічної практики; організувати їх чітку і ефективну передачу;
- обізнаність в профілактиці різних захворювань, дотримання правил особистої гігієни;
- сформованість уміння протистояти шкідливим впливам соціоприродного середовища;
- готовність до зміни стилю свого життя, прагнення до фізичного вдосконалення;
- уміння складати та дотримуватися режиму дня відповідно до науково-обґрунтованих гігієнічних і валеологічних рекомендацій;
- усвідомлення необхідності фізичної культури як засобу здоров'я.

3. Програмні результати навчання:

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент демонструє:

- Володіння фаховою термінологією, теорією і методикою образотворчого мистецтва(ПРН-3).
- Володіння методами міжособистісних комунікацій, дотримуючись норм толерантності(ПРН -9).

Результати навчання за дисципліною:

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент має *розуміти та пояснювати*:

- загальні закономірності росту і розвитку дітей і підлітків;
- особливості процесів дихання, травлення, обміну речовин, терморегуляції,
- виділення, вікові особливості функціонування нервової системи дитини,
- значення нервової та гуморальної систем в регуляції і узгодженості функцій організму дитини та взаємозв'язку організму з навколишнім середовищем;
- складові і фактори формування здорового способу життя;

Аналізувати:

- закономірності і особливості впливу соціуму, які визначають здоров'я сучасної людини.
- закономірності розвитку систем і органів організму на різних вікових етапах;

- валеологічні засади формування здорового способу життя та профілактики захворювань;

Розпізнавати та визначати:

- основні ознаки патологічних станів організму; - послідовність та об'єм долікарської допомоги в звичайних умовах та екстремальних ситуаціях, спрямовану на попередження ускладнень та порятунок потерпілого;
- об'єм та послідовність надання невідкладної допомоги у разі загрозливих для життя станів, нещасних випадків, травм, стан функціонального стану систем організму;
- встановлювати етапи, найбільш чутливі до педагогічних впливів, направлених на розвиток сприймання, уваги і пізнавальних процесів учнів.

Використовувати науково обгрунтовані гігієнічні рекомендації з організації навчено-виховного процесу, режиму дня і відпочинку, харчування дітей, обладнаю, планування і благоустрою дитячих закладів.

Характеризувати основні чинники формування здорового способу життя.

Обирати доцільні для індивідуума форми і методи формування духовного, психічного і фізичного здоров'яю.

4. Структура навчальної дисципліни
Тематичний план для денної форми навчання

| Назва змістовних модулів та тем | Усього | Розподіл годин між видами робіт | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------|----------|-----------|--|----------|------------|
| | | Аудиторні | | | | | Самостійна |
| | | Лекції | Семінари | Практичні | | МКР | |
| Змістовий модуль I | | | | | | | |
| Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Вікова фізіологія опорно-рухової системи. Валеологічні основи фізичного розвитку учнів. | | | | | | | |
| Тема 1. Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків | 8 | 2 | 2 | | | | 4 |
| Тема 2. Вікова фізіологія опорно-рухової системи. | 12 | 2 | | 4 | | | 6 |
| Тема 3. Валеологічні основи фізичного розвитку дітей | 12 | 2 | 2 | | | 2 | 6 |
| Разом за II семестр | 32 | 6 | 4 | 4 | | 2 | 16 |
| Змістовий модуль II. | | | | | | | |
| Вікові особливості крові і кровообігу. Вікові особливості дихання. Дихання як спосіб оздоровлення. | | | | | | | |
| Тема 4. Внутрішнє середовище організму. Анатомія, фізіологія та гігієна серцево-судинної системи. | 12 | 2 | 2 | 2 | | | 6 |
| Тема 5. Анатомія, фізіологія та гігієна органів дихання | 12 | 2 | 2 | 2 | | | 6 |
| Тема 6. Вікові особливості кровообігу та дихання. | 10 | 2 | 2 | | | 2 | 4 |
| Разом | 34 | 6 | 6 | 4 | | 2 | 16 |
| Змістовий модуль III. | | | | | | | |
| Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. Вікові особливості виділення. Ендокринна система. Вікові особливості нервової системи, вищої нервової діяльності, аналізаторів | | | | | | | |
| Тема 7. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. | 7 | 2 | | 2 | | | 3 |
| Тема 8. Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення. | 7 | 2 | 2 | | | | 3 |
| Тема 9. Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. | 9 | 2 | 2 | | | | 5 |
| Тема 10. Вища нервова діяльність, аналізатори системи. | 9 | 2 | | 2 | | 2 | 3 |

| | | | | | | | |
|----------------------------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|--|----------|-----------|
| Тема 11. Валеологічні аспекти психічного здоров'я. | 7 | 2 | | 2 | | | 3 |
| Разом | 39 | 10 | 4 | 6 | | 2 | 17 |
| Разом за III семестр | 73 | 16 | 10 | 10 | | | 33 |
| Разом за II і III семестри | 105 | 22 | 14 | 14 | | 6 | 49 |

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль I

Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Вікова фізіологія опорно-рухової системи. Валеологічні основи фізичного розвитку учнів.

Тема 1. Вступ. Значення анатомії, фізіології і гігієни дітей шкільного віку з основами медичних знань для професійної підготовки вчителя початкової школи.

Предмет, завдання, методи анатомічних та фізіологічних досліджень. Визначення змісту вікової фізіології і шкільної гігієни. Шкільна гігієна в майбутній професійній діяльності учителя. Курс основ медичних знань для вчителя.

Поняття про здоров'я. Складові та чинники здоров'я. Здоровий спосіб життя та його складові. Формування здорового способу життя на основі традицій українського народу. Взаємозалежність між духовним життям і фізичним здоров'ям людини. Розвиток самосвідомості людини і здоровий спосіб життя. Поняття про геронтологію як науку. Загальні відомості про довголіття. Критерії біологічного віку.

Ключові поняття: анатомія, фізіологія, вікова фізіологія, гігієна, акселерація, ріст, розвиток, здоров'я, здоровий спосіб життя, валеологія, валеологічний моніторинг, хронологічний вік, біологічний вік, акселерація, геронтологія.

Семінар № 1. Характеристика періодів росту та розвитку людини.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 2. Вікова фізіологія опорно-рухової системи.

Біологічне значення опорно-рухової системи. Загальні відомості про скелет: форма, з'єднання, будова і хімічний склад кісток, ріст кісток, частини скелета. Вікові особливості кісток та скелета. Анатомічна будова кістки: епіфіз та діафіз.

Частини скелета: хребетний стовп, грудна клітка, череп, верхні кінцівки з плечовим поясом і нижні кінцівки з тазовим поясом. Хвороби кісток. Перша допомога при ушкодженнях опорно-рухової системи. Профілактика та перша домедична допомога при травмах та нещасних випадках.

Запобігання викривленню хребта і розвитку плоскостопості. Комплекс вправ для профілактики порушень постави. Комплекс вправ для виправлення (корекції) сутулості.

Ключові поняття: опорно-рухова система, скелет, кістки: довгі, трубчасті, плоскі, короткі, змішані; типи з'єднання кісток, шви, суглоб, зв'язки, остеон, остецити, хрящ, хондроцити, хребець, частини скелету, гіподинамія, травми, переломи кісток, вивих, розтягнення зв'язок, удар м'яких тканин.

Практична робота № 1. Тема: Слад кістки та будова скелету людини.

Практична робота № 2. Будова суглобів. Допомога при ушкодженнях опорно-рухової системи.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 3. Валеологічні основи фізичного розвитку дітей.

Валеологія як комплексна наукова дисципліна про здоров'я людини. Предмет, завдання та методи валеології. Рухова активність і здоров'я. Недостатній рівень рухової активності — гіподинамія як чинник ризику. Прихований (латентний) період розвитку змін в організмі: в опорно-руховій системі (атрофія скелетної та серцевої мускулатури, зниження рухливості суглобів, остеохондроз), у діяльності внутрішніх органів. Попередження сколіозу і плоскостопості.

Ключові поняття: валеологія, фізичне здоров'я людини, опорно-рухова система, порушення її розвитку, попередження порушень розвитку опорно-рухової системи, гіподинамія, атрофія органів.

Семінар № 2. Тема: Основи методики навчання основ здоров'я.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Змістовий модуль II

Внутрішнє середовище організму. Анатомія, фізіологія та гігієна серцево-судинної системи. Анатомія, фізіологія та гігієна органів дидання. Вікові особливості кровообігу та дихання.

Тема 4. Внутрішнє середовище організму. Анатомія, фізіологія та гігієна серцево-судинної системи.

Внутрішнє середовище і його роль у здійсненні зв'язку між усіма органами й клітинами організму та між організмом і навколишнім середовищем. Властивості внутрішнього середовища організму. Особливість внутрішнього середовища. Гомеостаз. Відносна сталість складу, фізичних і хімічних властивостей організму.

Біологічне значення крові. Склад крові: плазма, формені елементи. Імунітет. Роль І.І.Мечникова у створенні вчення про імунітет. Інфекційні хвороби і боротьба з ними. Хвороби, пов'язані з порушенням функцій імунної системи (ревматизм, алергічні хвороби, СНІД). Загартування організму дітей і підлітків. Вікові особливості крові. Будова і функції лейкоцитів. Лейкоцитарна формула. Імунітет та імунна система. Будова і функції тромбоцитів. Зсідання крові. Групи крові. Переливання крові.

Тканинна рідина. Лімфа. Лімфообіг. Лімфатична система. Функції лімфатичної системи. Особливості будови лімфатичних вузлів та їх роль. Роль лімфатичних вузлів. Значення рідин внутрішнього середовища. Транспорт речовин.

Протимікробний імунітет. Тканинний імунітет.

Будова серця і судин. Цикл роботи серця. Вікові зміни серця. Рух крові по судинах. Велике і мале кола кровообігу. Нервово-гуморальна регуляція кровообігу.

Профілактика та перша медична допомога при серцево-судинних захворюваннях і кровотечах. Характеристика хвороб серця і судин: ішемічна хвороба серця, стенокардія, інфаркт міокарда, гіпертонія, гіпотонія, стеноз, шуми серця, аритмія, тахікардія, брадікардія, перикардит, емболія, аневризма, гіпертензія, варикозне розширення вен, гангрена. Шкідливий вплив куріння й вживання алкоголю на серце і судини.

Ключові поняття: внутрішнє середовище, лімфа, тканинна рідина, гомеостаз, транспорт речовин, лімфатична система, дренажна, захисна, кровотворна та транспортна функції лімфообігу, лімфатичний вузол, кров, плазма крові, формені елементи крові: еритроцити, лейкоцити, тромбоцити; фізіологічний (ізотонічний) розчин, гіпертонічний розчин, гіпотонічний розчин, фагоцитоз, імунітет, імунна система, гемоглобін, депо крові, кровотворні органи, еритроцитом, еритропенія, зсідання крові, групи крові, переливання крові, успадкування груп крові, кровообіг, серце, серцевий цикл, пульс, артеріальний тиск, артерії, вени, капіляри, види кровотеч, стулкові, півмісяцеві клапани, цикл роботи серця, нервова регуляція, гуморальна регуляція, тиск крові, серцево-судинні захворювання, кровотечі.

Практична робота № 3: Кров як тканина внутрішнього середовища організму. Зсідання крові. Групи крові. Переливання крові.

Семинар № 3. Тема: Характеристика хвороб серця і судин.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 5. Анатомія, фізіологія та гігієна органів дихання.

Біологічне значення дихання. Загальна будова органів дихання (носова порожнина, носоглотка, гортань, трахея, бронхи, легені). Дихальні рухи (механізм вдиху і видиху). Типи дихання. Глибина і частота дихання. Газообмін у легенях і тканинах. Регуляція дихання.

Причини розладів дихання та перша допомога при них. Перша допомога при зупинці дихання: у разі утоплення, ураження електричним струмом, блискавкою.

Життєва ємність легень. Нормальне дихання здорової людини. Правильне дихання як засобом оздоровлення та профілактики багатьох захворювань. Повне дихання. Три типи дихання - нижнє, середнє та верхнє. Лікувальні дихальні гімнастики. Парадоксальне дихання, розроблене О.М. Стрельніковою та К.П. Бутейко.

Ключові поняття: дихання, вдих, видих, 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, зупинка дихання, реанімація.

Практична робота № 4: Вивчення можливостей дихальної системи.

Семинар № 4. Тема: Захворювання органів дихання та їх профілактика.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 6 . Вікові особливості кровообігу та дихання.

Ембріогенез. Особливості кровообігу і плода. Тобто система кровообігу немовляти. "Юнацьке серце" в період статевого дозрівання. Вікові особливості ЧСС.

Особливості збудливості дихального центру у дітей. Вікові особливості будови і функції органів дихання. Гігієнічне значення носового дихання.

Гігієнічні вимоги до мікроклімату приміщення та перебування дітей та підлітків на повітрі. Особливості дихання під час спокою та фізичної роботи. Дихальні вправи для формування правильної дикції.

Ключові поняття: життєва ємність легень, нормальне дихання, правильне дихання, повне дихання, нижнє, середнє та верхнє, дихання дихальні гімнастики.

Семинар № 5. Тема: Профілактика захворювань системи кровообігу і дихання у дітей та підлітків.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Змістовий модуль III.

Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. Вікові особливості виділення. Ендокринна система. Вікові особливості нервової системи, вищої нервової діяльності, аналізаторів

Тема 7. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії.

Біологічне значення травлення. Система органів травлення: будова, функції. Особливості травлення в ротовій порожнині, шлунку, кишечнику. Регуляція травлення. Вікові особливості травлення. Профілактика шлунково-кишкових захворювань.

Водний і мінеральний обмін. Вітаміни. Збереження вітамінів в їжі. Недостатнє харчування та його наслідки: дистрофія, обмеження росту, затримка статевого дозрівання. Надмірне харчування, ожиріння. Зміни в організмі при ожирінні. Вікові особливості пластичного та енергетичного обміну.

Здорове харчування. Основні принципи здорового харчування. Валеологічні та гігієнічні основи харчування учнів. Значення та фізіологічні принципи раціонального харчування. Оздоровче та лікувальне харчування. Дієти лікувальні. Роздільне і змішане харчування. Вегетаріанство як система харчування.

Раціони харчування. Калорійність добового раціону. Біологічно активні речовини. Якісний склад добового раціону. Режим та організація харчування. Санітарний режим харчоблоку. Профілактика харчових отруєнь. Джерела радіаційного забруднення їжі та його наслідки. Методи очищення власного організму від токсичних речовин.

Ключові поняття: органи травлення (ротова порожнина, стравохід, шлунок, кишки), травні залози (слинні, підшлункова, печінка), ферменти, регуляція травлення, ковтання, жування, слина, шлунковий сік, жовч, підшлунковий сік, перистальтика, дефекація, шлунково-кишкові захворювання, вітаміни, обмін речовин, дисиміляція (катаболізм), асиміляція (анаболізм), енергетичний і пластичний обмін, етапи обміну основних речовин, обмін білків, обмін вуглеводів, обмін жирів.

Практична робота №5: Складання здорового раціону харчування для учнів молодшої, середньої та старшої школи.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Рекомендовані джерела

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 8. Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення.

Біологічне значення процесів виділення. Органи виділення людини.

Будова і функції сечовидільної системи людини. Механізм утворення первинної і вторинної сечі. Вікові особливості сечовидільної системи. Запальні явища сечовидільної системи. Утворення каменів в нирках, можливі причини каменеутворення. Профілактика захворювань сечовидільної системи.

Ключові поняття: органи виділення, органи сечовиділення, нирки, сечовидільні шляхи, сечовід, сечовий міхур, сечівник, нефрон, сеча, первинна сеча, вторинна сеча, реабсорбція.

Семінар № 6. Тема: Вікові особливості системи виділення (фізіологія та профілактика захворювань).

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 9. Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму.

Загальні закономірності діяльності залоз внутрішньої секреції. Гормони. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. Щитоподібна залоза. Паращитоподібні залози. Гіпофіз. Епіфіз. Надниркові залози. Вилочкова залоза. Підшлункова залоза. Статеві залози. Статеве дозрівання. Статеве виховання учнів. Захворювання ендокринної системи: причини, ознаки, профілактика. Статеві органи та статеві залози.

Статеве дозрівання. Особливості статевого розвитку для різних вікових періодів. Специфіка статевого виховання. Здійснення статевого виховання на різних вікових етапах.

Стать та гендер. Поняття статевого диморфізму та дипсихізму. Типи психологічної статі та їх характеристика. Поняття про гендерну ідентичність, гендерну роль, гендерний стереотип. Теорії розвитку статевої (гендерної) ідентичності: психоаналіз, біхевіоризм, теорії соціального навчання. Етапи розвитку гендерної ідентичності. Ознаки порушення гендерної ідентичності в дошкільному віці. Еволюційна теорія статі В.А.Геодакяна. Нейроандрогенетична теорія Л.Елліса. Програми поведінки, що знаходяться під андрогенетичним контролем. Психологічні особливості, пов'язані зі статевою приналежністю.

Ключові поняття: залози внутрішньої секреції, гормони, гуморальна регуляція, ріст, розвиток, гомеостаз, статеві органи, статеві залози, Статеве дозрівання, статеве виховання, гендерна ідентичність.

Семінар № 7. Тема: Захворювання ендокринної системи: причини, ознаки, профілактика.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 10. Вища нервова діяльність, аналізатори. Біологічне значення, загальний план будови нервової системи. Вікові зміни морфо-функціональної організації нейрона. Рефлекси. Рефлекторна дуга. Спинний мозок: будова, функції, особливості розвитку. Головний мозок: будова, функції, особливості розвитку.

Значення праць І.М.Сеченова та І.П.Павлова у вивченні функцій кори великого мозку. Умовні та безумовні рефлекси. Гальмування умовних рефлексів. Аналітико-синтетична діяльність. Перша і друга сигнальні системи. Увага. Пам'ять. Роль І.М.Сеченова і І.П.Павлова у створенні вчення про ВНД. Типи ВНД. Темперамент. Характер.

ВНД дитини та характеристика основних етапів її розвитку. Сон, його значення. Фізіологія сну. Гігієнічна організація сну. Стрес та його вплив на розвиток дитини. Шкідливий вплив куріння, наркотиків та вживання алкоголю на нервову систему та дитячий організм у цілому. Профілактика нервово-психічних порушень дитини. Валеологічні та гігієнічні основи психічного розвитку учнів.

Біологічне значення сенсорних систем, або аналізаторів. Вікові особливості аналізаторів. Гігієна аналізаторів.

Гігієнічні основи навчання учнів.

Ключові поняття: нервова система, центральна нервова система, периферична нервова система, нейрон, аксон, дендрит, біла речовина, сіра речовина, еферентні та аферентні нервові волокна, збудливість, провідність, гальмування, сила подразнення, рефлекс, рефлекторна дуга, спинний мозок, спинномозкові нерви, нервові сплетіння, головний мозок: довгастий мозок, вароліїв міст, мозочок, середній мозок, проміжний мозок, черепно-мозкові нерви; кора півкуль головного мозку, зони кори півкуль головного мозку; соматична нервова система, вегетативна нервова система, умовні рефлекси, безумовні рефлекси, аналітико-синтетична діяльність, перша сигнальна система, друга сигнальна система, вища нервова діяльність, увага, пам'ять, темперамент, характер, стрес, алкоголь, наркотик, сенсорна система, аналізатор.

Практична робота № 6: Діагностика типу нервової системи. Вивчення співвідношення першої і другої сигнальної систем.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 3, 4. Додаткові: 3. Інформаційні ресурси: 1, 2.

Тема 11. Валеологічні аспекти психічного здоров'я.

Особливості розумової праці. Розумова і фізична працездатність дитини. Стомлення, його фізіологічна сутність і діагностика. Педагогічні основи подолання ранньої втоми. Перевтома як патологічний стан, заходи щодо її запобігання та режим дня дитини в дошкільних установах. Визначення готовності дітей до навчання у школі.

Сон та його гігієнічне значення. Стрес: різновиди, механізм виникнення, біологічне значення.

Ключові поняття: вища та нижча нервова діяльність, поведінка людини, психічна діяльність, рефлекс, безумовний рефлекс, умовний рефлекс, безумовний подразник, умовний подразник, тимчасовий зв'язок, гальмування, аналітико-синтетична діяльність.

Готовність до школи, дошкільна і шкільна зрілість, працездатність, фаза входження в роботу, фаза оптимальної стійкості працездатності, фаза стомлення, охоронне гальмування, втома, рання втома, стомлення, стомлюваність, перевтома, режим дня.

Темперамент, сон, сновидіння, невроз, неврастенія, невроз нав'язливих станів, істеричний невроз, психогігієна, стрес.

Практична робота № 7: Визначення темпераменту учнів та індивідуальний підхід до дитини.

Рекомендовані джерела:

Основні: 1, 2, 5. Додаткові: 1, 4. Інформаційні ресурси: 1, 2.

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів з курсу «Анатомія, фізіологія, шкільна гігієна»

| Рівні навчальних досягнень студентів | Бали | Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів |
|--------------------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I. Початковий | 1 | Студент з допомогою вчителя може розпізнати і назвати окремі анатомічні об'єкти; знає правила техніки безпеки при виконанні лабораторних та практичних робіт. |
| | 2 | Студент з допомогою вчителя або підручника наводить елементарні приклади анатомічних об'єктів і їх ознаки; за інструкцією і з допомогою вчителя частково виконує лабораторні та практичні роботи без належного оформлення. |
| | 3 | Студент з допомогою вчителя або підручника фрагментарно характеризує окремі анатомічні об'єкти; за інструкцією і з допомогою вчителя виконує лабораторні та практичні роботи з частковим їх оформленням. |
| II. Середній | 4 | Студент з допомогою вчителя або підручника дає визначення окремих анатомічних понять, дає неповну характеристику загальних ознак анатомічних об'єктів; за інструкцією і з допомогою вчителя виконує лабораторні та практичні роботи з неповним їх оформленням. |
| | 5 | Студент самостійно дає визначення окремих анатомічних понять, з допомогою вчителя або підручника відтворює навчальний матеріал; характеризує загальні ознаки анатомічних об'єктів; за інструкцією виконує лабораторні та практичні роботи, звертаючись за консультацією до вчителя, оформляє їх, не зробивши висновків. |
| | 6 | Студент самостійно, але не повно відтворює навчальний матеріал; характеризує будову та функції окремих анатомічних об'єктів, наводить прості приклади; з допомогою вчителя розв'язує прості типові вправи; за інструкцією виконує лабораторні та практичні роботи, оформляє їх, робить висновки, що не відповідають меті роботи. |

| Рівні навчальних досягнень студентів | Бали | Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів |
|--------------------------------------|------|----------------------------------------------------|
|--------------------------------------|------|----------------------------------------------------|

| | | |
|---------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| III. Достатній | 7 | Студент самостійно відтворює навчальний матеріал, розкриває суть анатомічних понять; з допомогою вчителя встановлює взаємозв'язки, характеризує основні фізіологічні процеси; за інструкцією виконує лабораторні та практичні роботи, оформляє їх, робить неповні висновки. |
| | 8 | Студент самостійно відповідає на поставлені запитання; дає характеристику фізіологічним процесам в організмі людини; виправляє допущені помилки; за інструкцією виконує лабораторні та практичні роботи, оформляє їх, робить нечітко сформульовані висновки. |
| | 9 | Студент вільно відповідає на поставлені запитання; з допомогою вчителя встановлює причинно-наслідкові зв'язки; самостійно робить порівняння анатоμο-фізіологічних процесів, виправляє власні помилки; виконує лабораторні та практичні роботи, оформляє їх, робить чітко сформульовані висновки. |
| IV. Високий | 10 | Студент дає повні, змістовні відповіді на запитання; самостійно розкриває суть фізіологічних процесів, аналізує, систематизує, узагальнює, встановлює причинно-наслідкові зв'язки; виконує лабораторні та практичні роботи, оформляє їх результати, робить логічно побудовані висновки відповідно до мети роботи. |
| | 11 | Студент логічно, усвідомлено відтворює навчальний матеріал у межах програми; самостійно аналізує і розкриває закономірності анатоμο-морфологічного розвитку органазму людини, виявляє і обґрунтовує причинно-наслідкові зв'язки; ретельно виконує лабораторні та практичні роботи, оформляє їх, робить обґрунтовані висновки. |
| | 12 | Студент виявляє міцні й глибокі знання з анатомії та фізіології людини, може вести дискусію з конкретного питання з використанням міжпредметних зв'язків, самостійно оцінює та характеризує різноманітні фізіологічні процеси, уміє розв'язувати проблемні завдання; самостійно користується джерелами інформації, рекомендованими вчителем; ретельно виконує лабораторні та практичні роботи, робить обґрунтовані висновки, виконує творчі завдання. |

6.2 Завдання для самостійної роботи

| № з/п | Завдання для самостійної роботи | Кількість годин |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1. | Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей | 4 |
| | Будова та функції клітин та тканин. Історія розвитку анатомії та фізіології. Методи дослідження в анатомії та фізіології. | |
| 2. | Вікова фізіологія опорно-рухової системи. | 6 |
| | Особливості м'язового апарату. Вплив фізичних вправ та трудової активності на ріст, розвиток та здоров'я дітей. | |
| 3. | Валеологічні основи фізичного розвитку учнів | 6 |
| | Попередження атрофії скелетної та серцевої мускулатури, зниження рухливості суглобів, остеохондрозу, сколіозу і плоскостопості. | |
| 4. | Внутрішнє середовище організму. Анатомія, фізіологія та гігієна серцево-судинної системи. | 6 |
| | Порушення діяльності серцево-судинної системи. Профілактика захворювань серцево-судинної системи. Імунітет та імунна система. Лімфатична система. | |
| 5. | Анатомія, фізіологія та гігієна органів дихання | 6 |
| | Регуляція дихальних рухів. Гігієна дихання. | |
| 6. | Вікові особливості кровообігу та дихання. | 4 |
| | Гігієнічні вимоги до мікроклімату приміщення та перебування дітей та підлітків на повітрі. | |
| 7. | Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. | 3 |
| | Вітаміни. Способи збереження вітамінів в їжі. Зуби, їх ріст та розвиток. Гігієна ротової порожнини. | |
| 8. | Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення. | 3 |
| | Анатомія та фізіологія сечовидільної системи. Вікові особливості діяльності нирок. Вікові особливості будови та функцій шкіри. Участь шкіри в теплорегуляції. | |
| 9. | Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. | 5 |
| | Статеве дозрівання хлопчиків та дівчаток. Статеве виховання. | |
| 10. | Вища нервова діяльність, аналізатори. системи. | 5 |
| | Спинний мозок: будова, функції та розвиток. | |

| | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| | Сон, його значення та види. Гігієнічна організація сну дітей в навчально-виховних закладах. Зовній аналізатор. Гігієна зору. Профілактика короткозорості та далекозорості у дітей. | |
| 11. | Валеологічні аспекти психічного здоров'я. Стрес: різновиди, механізм виникнення, біологічне значення. | 3 |

6.3 Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Завдання для модульної контрольної роботи містять різнорівневі тестові завдання (20 тестів) та запитання з розгорнутою відповіддю (2 запитання). За кожну правильну відповідь на 1 тестове завдання виставляється 0,5 бали, за неправильну відповідь – 0 балів, відповідь на запитання з розгорнутою відповіддю по 1 балу відповідно. Модульна контрольна робота вважається зарахованою, якщо вона оцінена на 4 та більше балів.

8. Рекомендовані джерела

Основна

1. Практикум з анатомії людини: Навч. посіб. для мед. коледжів, училищ, акад., інст. медс-тва. — 2-ге вид. Рекомендовано МОЗ / Павлюк Н.Л. — К., 2019. — 216 с.
2. [Коляденко Г.І.](#) Анатомія людини : підручник для студ. природ. спец. вищ. пед. навч. закладів / Г. І. Коляденко ; М-во освіти і науки України. - 6-те вид. - Київ : Либідь, 2014. - 384 с.
3. Анатомія та фізіологія людини : підручник / П. І. Сидоренко, Г. О. Бондаренко, С. О. Куц. — 5-те вид., випр. — Київ : Медицина, 2018. — 200 с.
4. Практикум з фізіології людини: навчальний посібник (ВНЗ I—III р. а.) / О.П. Мотузюк, А.І. Хмелькова, І.В. Міщенко. — 2-е вид., випр. / видавництво «Медицина». 2017. — 160 с.
5. [Сидоренко, П. І.](#) Анатомія та фізіологія людини : підручник / П. І. Сидоренко, Г. О. Бондаренко, С. О. Куц. - Київ : Медицина, 2015. - 199 с.
6. Міхеєнко О.І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини. Курс лекцій / О.І. Міхеєнко. - Київ: Ліра-К, 2018

Додаткова

1. Гістологія, цитологія та ембріологія. Атлас: навчальний посібник / О.Ю. Степаненко, О.В. Мірошніченко, Л.О. Зайченко та ін. / видавництво «Медицина». 2020. — 152 с.
2. [Помогайбо, В.](#) Основи антропогенезу : підручник / В. Помогайбо, А. Петрушов, Н. Власенко. - Київ : Академвидав, 2015. - 142 с.
3. [Помогайбо, В. М.](#) Анатомія та еволюція нервової системи : навчальний посібник / В. М. Помогайбо, О. І. Березан. - Київ : Академвидав, 2013. - 158 с.
4. Тарасюк В.С. Ріст і розвиток людини : підручник для студ. вищ. медич. навч. закл. / В. С. Тарасюк [та ін.] ; ред.: В. С. Тарасюк, І. Ю. Андрієвський. - Київ : Медицина, 2008. - 400 с. : табл., мал.
5. [Чижик В. В.](#) Спортивна фізіологія : навчальний посібник для студентів / В. В. Чижик ; наук. ред. М. Макаренко ; худ. ред. Ю. Черняк ; рецензент Г. В. Коробейніков ; рецензент В. С. Лизогуб ; ред., рецензент М. В. Макаренко ; Міністерство освіти і науки України, Луцький інститут розвитку людини Університету "Україна", Херсонський державний університет. - Луцьк : Твердиня, 2011. - 256 с.

Інформаційні ресурси

1. Аносов В.Х., Хоматов Н.Г., Сидоряк В.Г. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: [Електронний ресурс] — Режим доступу: lib.mdpu.org.ua/.../anosov_vkh_khmatov_ng_sidorjak_vkova_fzologja_z_osnovami_shklno_gg ni.html .
2. Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. С. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури: [Електронний ресурс] — Режим доступу:
3. chtyvo.org.ua/.../Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury.pdf
4. [Санітарний регламент для дошкільних навчальних закладів](#): [Електронний ресурс] — Режим доступу: www.svyatoshinruo.kiev.ua/.../4469-2016-01-25-11-56-21
5. URL: <http://www.skeletos.zharko.ru/> Опорно-двигательная система человеческого организма. Образовательный сайт.
6. URL: <http://anatom.hut.ru/> Анатомия человека.

7.Навчально-методична карта дисципліни «анатомія, фізіологія, шкільна гігієна»

Разом: 105 год., лекції –22 год., семінарські заняття – 14 год., практичні заняття – 14 год., СО – 49год.

| Модулі | Змістовий модуль I. | | | Змістовий модуль II. | | | | Змістовий модуль III. | | | |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Назва модуля | Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Вікова фізіологія опорно-рухової системи. Валеологічні основи фізичного розвитку учнів. | | | Внутрішнє середовище організму. Анатомія, фізіологія та гігієна серцево-судинної системи. Анатомія, фізіологія та гігієна органів дидання. Вікові особливості кровообігу та дихання. | | | | Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. Вікові особливості виділення. Ендокринна система. Вікові особливості нервової системи, вищої нервової діяльності, аналізаторів | | | |
| Лекції | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Теми лекцій | Тема 1. Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків | Тема 2. Вікова фізіологія опорно-рухової системи. | Тема 3. Валеологічні основи фізичного розвитку учнів. | Тема 4. Внутрішнє середовище організму. | Тема 5. Анатомія, фізіологія та гігієна органів дидання. | Тема 6. Вікові особливості кровообігу та дихання | Тема 7. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії | Тема 8. Загальна характеристика органів виділення. | Тема 9. Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. | Тема 10. Вища нервова діяльність аналізатори | Тема 11. Валеологічні аспекти психічного здоров'я |
| Теми семінарських занять | Семінар 1. Характеристика періодів росту та розвитку людини | | Семінар 2. Основи методи ки навчання основ здоров'я. | Семінар 3. Характеристика хвороб серця і судин. | Семінар 4. Захворювання органів дихання та їх профілактика | Семінар 5. Профілактика захворювань системи кровообігу і дихання у дітей та підлітків. | | Семінар 6. Вікові особливості системи виділення (фізіологія та профілактика захворювань). | Семінар 7. Захворювання ендокринної системи: причини ознаки, профілактика. | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Теми практичних занять | | ПР.1. Слабкість та будова скелету людини | ПР.2. Будова суглобів. Допомога при ушкодженнях опорно-рухової системи | | ПР.3.Кров Зсідання крові. Групи крові. Переливання крові. | ПР.4. Вивчення можливостей дихальної системи. | | ПР.5 Складання здорового раціону харчування для учнів молодшої, середньої та старшої школи. | | | | ПР.6.Діагностика типу нервової системи. Вивчення співвідношення сигнальної систем.першої і другої | ПР.7. Визначення температури учнів та індивідуальний підхід до дитини. |
| Підсумковий контроль | 2 | | | | 2 | | | | 2 | | | | |