

**КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»**

Циклова комісія природничих дисциплін

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ
з дисципліни
«Загальна та вікова фізіологія»

Освітньо-професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр

Курс III

Спеціальність: 014 Середня освіта

Предметна спеціальність: 014.11 Фізична культура

Освітньо-професійна програма: Фізична культура

Форма проведення: письмово. Екзамен у формі тестування з теоретичними запитаннями/завданнями з розгорнутою відповіддю

Тривалість проведення: 2 год

Максимальна кількість балів: 40 балів

Критерії оцінювання

Тестування – 20 балів (запропоновано 40 тестових завдань, правильна відповідь на кожне завдання оцінюється в 0,5 бала).

Теоретичне запитання/завдання з розгорнутою відповіддю (два, кожне з яких оцінюється в 10 балів) – 20 балів.

Критерії оцінювання теоретичного запитання/завдання з розгорнутою відповіддю

Бали	Вимоги до оцінювання навчальних досягнень студентів
10-9	Комплексне вирішення поставлених завдань; вільне володіння й чітке розуміння понятійного матеріалу; послідовний виклад матеріалу; компетентне оперування конкретними ситуаціями і прикладами. Допускаються 1–3 неточності у викладі матеріалу, що не впливають на суть викладених відповідей
8-7	Комплексне вирішення поставлених завдань; правильне з'ясування основного змісту матеріалу відповідно до поставленого завдання; точне застосування понятійного матеріалу; оперування практичним контекстом. Допускаються 1–3 неточності у використанні понятійного матеріалу, незначні похибки у викладі причинно-наслідкових зв'язків, які не впливають на хороший рівень виконаного завдання
6-5	Відповідь часткова; у відповіді допущено помилки; студент поверхово володіє понятійним матеріалом; студент поверхово орієнтується у практичному застосуванні матеріалів курсу. Базова частина завдання виконана на прийнятному рівні,

***під час повітряної тривоги учасники екзамену діють згідно встановленого алгоритму**

	проте допущено значну кількість помилок змістовного характеру
4-3	Відповідь часткова; студент поверхово володіє понятійним матеріалом, у роботі робить змістові помилки; базова частина завдання виконана на прийнятному рівні, але бракує оперування конкретним практичним контекстом
2-0	Відповідь не розкриває суті завдання; відсутнє розуміння понятійного матеріалу; бракує оперування конкретним практичним контекстом

Орієнтовний перелік питань до іспиту:

1. Проаналізуйте важливість знань з фізіології у професійній діяльності викладача фізичної культури.
2. Охарактеризуйте фізіологічні особливості опорно-рухової системи у підлітковому віці.
3. Розкрийте поняття акселерація і ретардація. Причини акселерації.
4. Розкрийте найхарактерніші риси вікових періодів розвитку людини.
5. Проаналізуйте вікові особливості розвитку рухових якостей у дітей.
6. Замалюйте і підпишіть загальну схему рефлекторної дуги, її ланок.
7. Охарактеризуйте види гальмувань умовних рефлексів та їх функціональне значення.
8. Охарактеризуйте три групи показників фізичного розвитку людини.
9. Розкрийте інтегративну діяльність ВНД та її прояви у вигляді уваги, пам'яті та мислення.
10. Складіть перелік рекомендацій дотримання фізичної активності для збереження правильної постави, враховуючи вікові особливості дітей.
11. Охарактеризуйте серцевий цикл, його фази, фізіологічну роль, пояснивши автоматію серця.
12. Складіть рекомендації щодо дотримання гігієни органів зору, враховуючи вікові анатомо-фізіологічні особливості дітей шкільного віку.
13. Охарактеризуйте вікові особливості системи крові.
14. Проаналізуйте фізіологічні особливості органів дихання у зв'язку з віковими змінами органів дихання.
15. Розкрийте фізіологічні поняття: легеневі об'єми, життєву ємність легень, вказавши значення цих показників та фактори, які впливають на їх формування.
16. Розкрийте критерії оцінки фізичного розвитку та стану здоров'я дитини.
17. Проаналізуйте вікові фізіологічні особливості функцій шкіри, розкривши участь шкіри в терморегуляції.
18. Розкрийте поняття «рефлекс», наведіть приклади умовних і безумовних рефлексів.
19. Поясніть фізіологічне значення сну.
20. Складіть перелік рекомендацій щодо гігієни сну, враховуючи вікові особливості підлітка.

21. Охарактеризуйте вікові фізіологічні особливості підшлункової залози, пояснивши механізм дії гормонів та вкажіть методи профілактики захворювань ендокринної системи на прикладі підшлункової залози.
22. Складіть комплекс дихальної гімнастики для оздоровлення дітей.
23. Охарактеризуйте вплив негативних факторів на діяльність вищої нервової системи у дітей та підлітків.
24. Охарактеризуйте вікові фізіологічні особливості щитоподібної залози, пояснивши механізм дії гормонів та вкажіть методи профілактики захворювань ендокринної системи на прикладі щитоподібної залози.
25. Обґрунтуйте загальні гігієнічні вимоги до фізичного виховання дітей.
26. Охарактеризуйте п'ять груп здоров'я, складіть перелік захворювань, за наявності яких взагалі протипоказане будь-яке фізичне тренування.
27. Розкрийте механізм імунного захисту та його формування у дітей.
28. Поясніть вікові особливості травлення у дитячому та підлітковому віці.
29. Складіть режим раціонального харчування дітей.
30. Охарактеризуйте перелік фізіологічних особливостей функціонування органів виділення у дитячому організмі.
31. Складіть рекомендації щодо дотримання гігієни органів слуху, враховуючи вікові анатоμο-фізіологічні особливості дітей шкільного віку.
32. Охарактеризуйте морфологічні та нейрофізіологічні основи мовлення.
33. Вкажіть негативний вплив шкідливих звичок на ріст та розвиток дитячого організму.
34. Поясніть, за якими показниками стану здоров'я та фізичного розвитку дітей визначають їх належність до основної, підготовчої та спеціальної медичних груп.
35. Охарактеризуйте типи ВНД та особливості поведінкових реакцій людей з різним типом вищої нервової діяльності.
36. Вкажіть вікові особливості обміну речовин та енергії.
37. Охарактеризуйте основні показники роботи серцево-судинної системи у дітей.
38. Поясніть у чому полягає вплив гормонів гіпофізу на ріст і розвиток організму дітей.
39. Розкрийте вікові особливості серцево-судинної системи.
40. Вкажіть прийоми загартовування дітей.

Програму обговорено і затверджено на засіданні
циклової комісії природничих дисциплін
Протокол від 12 листопада 2025 року № 11

Екзаменатор



Ганна СІТАЛО

Голова циклової комісії



Людмила ГЛУХЕНЬКА