

Міністерство освіти і науки України  
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

декан  
факультету педагогіки та психології  
Т. О. Олефіренко

---

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА**  
**нормативної навчальної дисципліни**  
**Вікова фізіологія і валеологія**

освітнього рівня	<u>Бакалавр</u>
галузі знань	<u>01 Освіта / Педагогіка</u>
напрямок підготовки	<u>012 Дошкільна освіта</u>

Шифр за навчальним планом ПН04

Робоча програма розроблена на підставі Навчальної програми нормативної дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія» затвердженої на засіданні Вченої ради НПУ ім. М. П. Драгоманова « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 року, протокол № \_\_\_

Розробник робочої програми - кандидат педагогічних наук, доцент Шеремет Інеса Володимирівна

Затверджено на засіданні кафедри педагогіки і психології дошкільної освіти та дитячої творчості

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 р., протокол № \_\_\_

Завідувач кафедрою

Г. Г. Цветкова

## I. Опис дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія»

Загальна характеристика Дисципліни		Навчальне навантаження з дисципліни		Методи навчання і форми Контролю	
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка	Кількість кредитів	5	Методи навчання	<u>словесні</u> : лекція, пояснення, бесіда, інструктаж; <u>наочні</u> : демонстрація, ілюстрація; <u>практичні</u> <u>методи</u> .
Спеціальність	012 Дошкільна освіта	Загальна кількість годин	150		
		<i>Денна</i>	<i>Заочна</i>		
Освітній рівень	Бакалавр	<b>Лекції</b>		Форми поточного контролю	Усне та письмове опитування  Тестовий контроль  Модульна контрольна робота
		34	-		
Нормативна/вибіркова	Нормативна	<b>Семінарські (практичні) заняття</b>			
		-	-		
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом	I	<b>Лабораторні заняття</b>		Форми підсумкового контролю	Екзамен
		34	-		
Семестр	I	<b>Індивідуальна робота</b>			
		-	-		
Тижневе навантаження (год)		<b>Самостійна робота</b>		Форми підсумкового контролю	Екзамен
аудиторна робота	самостійна робота	82	-		
4	5				
Мова навчання	українська	Співвідношення аудиторних годин і годин СРС		Форми підсумкового контролю	Екзамен
		1/1	-		

**Предмет вивчення навчальної дисципліни** – будова та функції людського організму у віковому аспекті, особливості вікового становлення здоров'я людини, його взаємозв'язок з факторами зовнішньої і внутрішньої середовища в різні вікові періоди і адаптацію до умов життєдіяльності.

**Міждисциплінарні зв'язки** – загальна біологія з основами генетики, анатомія людини (нормальна та патологічна), фізіологія людини (нормальна та патологічна), гігієна (загальна та шкільна), валеологія (загальна та педагогічна), хімія, екологія з основами екології людини, безпека життєдіяльності.

**Мета і завдання навчальної дисципліни** – є розкриття на основі

сучасних досягнень макро- і мікроскопічної анатомії будови тіла людини, фізіологічних систем, що його складають, органів і тканин, встановлення взаємозв'язку будови органів з виконуваними функціями та віковими особливостями, їх мінливості в процесі філогенезу й онтогенезу; оцінка рівня здоров'я і окремих його показників з позицій вікового розвитку індивіда.

## II Основні результати навчання та компетентності, які вони формують

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1	<i>Знати</i> – взаємозв’язок вікової анатомії та фізіології з іншими науками, їх методи та роль в системі підготовки педагога.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – використовувати методи вікової фізіології у професійній діяльності.	
2	<i>Знати</i> – закономірності росту та розвитку людини на всіх етапах онтогенезу.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – аналізувати морфологічні та функціональні показники осіб різного віку та виявляти їхні відхилення від нормативних значень.	
3	<i>Знати</i> – вікові особливості опорно-рухового апарату людини.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – визначати фізичний розвиток людини за станом опорно-рухової системи на всіх етапах онтогенезу; стан склепіння стопи; збудливість м’язів за допомогою проб Хвостека, Труссо, Люста та Шлезінгера.	
4	<i>Знати</i> – вікові особливості шкіри та підшкірної клітковини.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – проводити аналіз шкірної чутливості (дослід Горовиця), досліджувати дотикову, холодову, теплову та больову чутливості шкіри людини.	
5	<i>Знати</i> – вікові особливості нервової системи.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – дослідити сухожильні рефлеksi у людини; моделювати рефлекторні дуги колінного, ліктьового та ахіллового рефлексів.	
6	<i>Знати</i> – вікові особливості вищої нервової діяльності.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – виробляти і загальмовувати зіничний умовний рефлекс; моделювати рефлекторні дуги зіничного рефлексу.	
7	<i>Знати</i> – вікові особливості аналізаторів.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – визначити гостроту зору; демонструвати сліпу пляму на сітківці ока; проводити спостереження адаптації органів слуху; визначити гостроту слуху .	
8	<i>Знати</i> – вікові особливості ендокринної системи.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – встановлювати взаємозв’язок між ендокринними захворюваннями та патофізіологічними змінами ендокринних залоз.	
9	<i>Знати</i> – вікові особливості серцево-судинної, лімфатичної системи.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – визначати функціональний стан серцево-судинної.	
10	<i>Знати</i> – вікові особливості дихальної системи.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – визначати функціональний стан дихальної системи.	

11	<i>Знати</i> – вікові особливості травної системи.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – скласти збалансований раціон харчування для людей різного віку та виду діяльності.	
12	<i>Знати</i> – вікові особливості обміну речовин та енергії.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – проводити розрахунок показників основного обміну на різних етапах онтогенезу, в тому числі, за допомогою таблиць.	
13	<i>Знати</i> – вікові особливості органів сечостатевого апарату людини.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – використовувати отримані знання в професійній діяльності.	
14	<i>Знати</i> – предмет, завдання, об'єкт і методи валеології, зміст державної програми «Освіта» («Україна XXI століття»).	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – називати основні поняття валеології, аналізувати нормативно-правові документи, які визначають валеологічний зміст дошкільної освіти.	
15	<i>Знати</i> – важливість здоров'я людини як головної цінності життя та основної умови реалізації фізичних і психічних можливостей.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – використовувати отримані знання в своїй майбутній професійній педагогічній діяльності.	
16	<i>Знати</i> – стан здоров'я дітей та демографічну ситуацію в Україні.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – здійснювати аналіз стану здоров'я дітей в Україні та шляхів його поліпшення.	
17	<i>Знати</i> – роль культури здорового способу життя дошкільників як одного із основних напрямків реалізації Базового компоненту дошкільної освіти в Україні.	Загальна та спеціальна (фахова, предметна) компетентності
	<i>Вміти</i> – формувати культуру здорового способу життя дітей дошкільного віку засобами виховання.	

### III. Тематичний план дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 5 кредитів ЄКТС 150 годин.

№ з/п	Назва модулів і тем	Кількість годин (денна форма навчання)						Кількість годин (заочна форма навчання)			
		Аудиторні	Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	Індивідуальна робота	СРС	Аудиторні	Лекції	Лабораторні	СРС
<b>Модуль I.</b> <b>Вікова фізіологія як наука та навчальна дисципліна.</b> <b>Вікові особливості покривів тіла та опорно-рухового апарату людини.</b>		<b>14</b>	<b>8</b>	-	<b>6</b>	-	<b>20</b>				
1	Вступ. Місце вікової фізіології в системі підготовки бакалавра дошкільної освіти	2	2	-	-	-	5				
2	Загальні закономірності росту і розвитку організму людини	4	2	-	2	-	5				
3	Вікові особливості опорно-рухового апарату людини	4	2	-	2	-	5				
4	Вікові особливості шкіри та підшкірної клітковини	4	2	-	2	-	5				
<b>Модуль II.</b> <b>Вікові особливості регулюючих та вегетативних систем</b>		<b>36</b>	<b>18</b>	-	<b>18</b>	-	<b>45</b>				
5	Вікові особливості нервової системи.	4	2	-	2		5				
6	Вікові особливості вищої нервової діяльності.	4	2	-	2		5				
7	Вікові особливості аналізаторів.	4	2	-	2		5				
8	Вікові особливості функціонування ендокринної системи.	4	2	-	2		5				

9	Вікові особливості серцево-судинної та лімфатичної системи.	4	2	-	2		5				
10	Вікові особливості дихальної системи.	4	2	-	2		5				
11	Вікові особливості травної системи.	4	2	-	2		5				
12	Вікові особливості обміну речовин і енергії.	4	2	-	2		5				
13	Вікові особливості сечостатевого апарату.	4	2	-	2		5				
<b>Модуль III. Валеологія як наука про індивідуальне здоров'я людини</b>		<b>18</b>	<b>8</b>	-	<b>10</b>	-	<b>17</b>				
14	Предмет, завдання, об'єкт і методи валеології. Державна програма «Освіта» («Україна XXI століття»).	4	2	-	2	-	4				
15	Здоров'я людини як головна цінність життя, основна умова реалізації фізичних і психічних можливостей та здібностей.	4	2	-	2	-	4				
16	Аналіз стану здоров'я дітей в Україні та шляхи його поліпшення.	4	2	-	2	-	4				
17	Формування культури здорового способу життя дошкільників як один із основних напрямків реалізації Базового компоненту дошкільної освіти в Україні.	6	2	-	4	-	5				
<b>Всього годин – 150</b>		<b>68</b>	<b>34</b>	-	<b>34</b>	-	<b>82</b>				



**IV. Зміст дисципліни**  
**Назва модулів, тем та їх зміст**

№ з/п	Назва модулів, тем та їх зміст	Кількість годин Денна форма навчання		Кількість годин Заочна форма навчання	
		Всього	В т. ч. лекцій	Всього	В т. ч. лекцій
<b>Модуль I. Вікова фізіологія як науки та навчальна дисципліна. Вікові особливості покривів тіла та опорно-рухового апарату людини.</b>					
1	<p><b>Тема 1. Вступ. Місце вікової фізіології в системі підготовки бакалавра дошкільної освіти (offline).</b></p> <p><i>Зміст теми:</i></p> <p>Значення вивчення вікової фізіології для майбутнього фахівця у галузі дошкільної освіти. Предмет, теоретичні та прикладні задачі вікової фізіології, їх взаємозв'язок з іншими науками. Особливості сучасних методів та методик анатомо-фізіологічних досліджень: антропометрія, рентгенографія, комп'ютерна томографія та ультразвукове дослідження людей різних вікових груп. Основні стадії ембріогенезу людини: зародкові листки та їх похідні. Вікові, статеві та індивідуальні особливості будови тіла людини. Вплив зовнішнього середовища, способу життя, фізичних вправ, умов праці та побуту на будову та функції організму людей різних вікових груп. Історія становлення вікової фізіології в Україні та зарубіжних країнах.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>4. Хоменко Б. Г., Дідков О. М. Анатомія і фізіологія дитячого організму: навчальний посібник. К.: НПУ імені Драгоманова, 2004. – 373 с.</li> </ol>	7	2		
2	<p><b>Тема 2. Загальні закономірності росту і розвитку організму людини (offline).</b></p> <p><i>Зміст теми:</i></p> <p>Поняття росту та розвитку організму. Стандарти</p>	9	2		

	<p>фізичного розвитку. Критичні періоди онтогенезу. Гармонійність та гетерохромність розвитку. Реактивність і резистентність організму. Вплив факторів зовнішнього середовища та спадковості на ріст та розвиток організму. Акселерація та ретардація. Схеми вікової періодизації онтогенезу людини. Біологічний та календарний вік. Теорії старіння. Захворюваність та головні причини смерті людей різних вікових груп.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>4. Маркосян А. А. Вопросы возрастной физиологии. / А. А. Маркосян. – М.: Просвещение, 1974. – 223 с.</li> <li>5. Хоменко Б. Г., Дідков О. М. Анатомія і фізіологія дитячого організму: навчальний посібник. К.: НПУ імені Драгоманова, 2004. – 373 с.</li> </ol>				
3	<p><b>Тема 3. Вікові особливості опорно-рухового апарату людини (offline).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Ріст та розвиток кісток. Вікові особливості структури кісток. Вікові особливості скелета черепа, тулуба та кінцівок. Зміни макро- та мікроструктури скелетних м'язів з віком. Вікові особливості функцій скелетних м'язів. Стандарти моторної хронаксії для людей різного віку. Вплив фізичних занять на фізичний розвиток дітей.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>	9	2		
4	<p><b>Тема 4. Вікові особливості шкіри та підшкірної клітковини (online)</b></p> <p><a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> ).</p> <p><i>Зміст теми</i></p>	9	2		

	<p>Ембріональний розвиток шкіри і підшкірної жирової клітковини. Анатомо-фізіологічні особливості шкіри і підшкірної жирової клітковини в різні вікові періоди. Терморегуляція в період внутрішньоутробного розвитку. Терморегуляція в період новонародженості. Розвиток терморегуляції з віком. Загартування дітей 1-го року життя. Загартування дітей дошкільного і шкільного віку.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. / В. І. Литонік, І. П. Антонік. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>				
<b>Модуль II. Вікові особливості регулюючих та вегетативних систем</b>					
5	<p><b>Тема 5. Вікові особливості нервової системи (online - <a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> )</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Ембріональний розвиток нервової системи. Анатомо-фізіологічні особливості нервової системи у новонароджених. Безумовні рефлекси новонароджених. Розвиток нервової системи у віковому аспекті. Формування рухової активності та психічних функцій у дітей.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. / В. І. Литонік, І. П. Антонік. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>	9	2		
6	<p><b>Тема 6. Вікові особливості вищої нервової діяльності (online - <a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a>).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Розвиток вищої нервової діяльності в онтогенезі. Вища</p>	9	2		

	<p>нервова діяльність в період першого дитинства. Вища нервова діяльність в період другого дитинства. Сон у різні вікові періоди життя людини. Вплив нікотину, алкоголю, кофеїну та наркотичних препаратів на ВНД дітей.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>				
7	<p><b>Тема 7. Вікові особливості аналізаторів (online - <a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> ).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Значення сенсорних систем в розвитку людини. Вікові особливості будови та функцій зорового аналізатора. Порушення рефракції. Особливості окорухових реакцій дітей. Вікові особливості слухового аналізатора. Причини зниження гостроти слуху в онтогенезі. Зміни структури і функцій вестибулярного, смакового, нюхового та рухового аналізаторів в онтогенезі.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>	9	2		
8	<p><b>Тема 8. Вікові особливості ендокринних залоз (online - <a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> )..</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Механізми дії гормонів та їх становлення в онтогенезі. Особливості будови та функції гіпофізу, епіфізу, щитовидної, прищитовидних та надниркових залоз в різні вікові періоди. Ендокринна функція підшлункової залози в онтогенезі. Розвиток вилочкової та статевих залоз. Статевий розвиток дітей та підлітків. Вторинні статеві ознаки. Менопауза. Клімакс.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p>	9	2		

	<p>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p>				
9	<p><b>Тема 9. Вікові особливості серцево-судинної та лімфатичної системи (offline).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Ембріональний розвиток серця і судин. Кровообіг плода в різні періоди ембріогенезу. Серце в період новонародженості. Особливості руху крові у новонароджених. Регуляція серцево-судинної системи у новонароджених. Вікові зміни серцево-судинної системи. Систолічний і хвилинний об'єм крові у віковому аспекті.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <p>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</p> <p>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p>	9	2		
10	<p><b>Тема 10. Вікові особливості дихальної системи (offline).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Ембріональний розвиток дихальної системи. Анатомо-фізіологічні особливості дихального апарату в різні вікові періоди. Зміни зовнішнього дихання в онтогенезі. Патологічні типи дихання. Вікові особливості легеневого і тканинного газообміну, транспорту дихальних газів кров'ю. Регуляція дихання в онтогенезі. Перший вдих новонародженого. Вплив фізичних навантажень і тренувань на розвиток дихального апарату.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <p>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</p> <p>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.:</p>	9	2		

	ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.				
11	<p><b>Тема 11. Вікові особливості травної системи (offline).</b>  <b>Зміст теми</b></p> <p>Розвиток органів травлення у плода. Роль негативних факторів зовнішнього середовища на формування аномалій розвитку органів травної системи. Травлення в період внутрішньоутробного розвитку. Особливості процесу травлення у новонароджених. Особливості процесів травлення після переходу на загальний харчовий раціон.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>	9	2		
12	<p><b>Тема 12. Вікові особливості обміну речовин та енергії (online</b>  <b><a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> ).</b></p> <p><b>Зміст теми</b></p> <p>Обмін речовин у плода. Обмін речовин у різні вікові періоди. Енергетичний обмін у дітей: основний, білковий, вуглеводний, жировий, водно-сольовий. Вітаміни, та їх значення в різні вікові періоди життя людини. Режими харчування для людей різного віку. Організація харчування дітей у навчально-виховних закладах різного типу.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>	9	2		
13	<p><b>Тема 13. Вікові особливості сечостатевого апарату людини (online</b>  <b><a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> ).</b></p> <p><b>Зміст теми</b></p> <p>Ембріональний розвиток сечостатевого апарату. Фізіологічні особливості сечової системи у різні вікові</p>	9	2		

	<p>періоди, нирковий кровообіг та клубочкова фільтрація реабсорбція та секреція в проксимальних сегментах та дистальних відділах нефрона.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</li> <li>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. / В. І. Литонік, І. П. Антонік. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> </ol>				
<b>Модуль III. Валеологія як наука про індивідуальне здоров'я людини</b>					
14	<p><b>Тема 14. Предмет, завдання, об'єкт і методи валеології. Державна програма «Освіта» («Україна XXI століття»)</b> (online - <a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a>).</p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Предмет і завдання валеології як науки в системі національної освіти. Напрями валеології: загальна валеологія, медична валеологія (санологія), педагогічна, сімейна, професійна та ін. Місце валеології серед інших наук про здоров'я людини. Національна державна програма «Освіта» («Україна XXI століття»).</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Валецкая Р. О. Основи валеологии. Луцк: Волинська книга, 2007. С. 10-15.</li> <li>2. Міхійенко О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини. Суми: Універс. Книга, 2010. 446 с.</li> <li>3. Хорошуха М. Ф., Мурза В. П., Пушкар М. П. Валеология: учеб. пособие. К.: Университет «Украина», 2006. С. 34-47.</li> </ol>	8	2		
15	<p><b>Тема 15. Здоров'я людини як головна цінність життя, основна умова реалізації фізичних і психічних можливостей та здібностей</b> (offline).</p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Поняття про здоров'я, форми і методи його формування, збереження, зміцнення. Здоров'я та хвороба, «третій стан». Спосіб життя і здоров'я. Складові здорового способу життя. Роль педагога у формуванні ЗСЖ у дітей. Створення в ДНЗ середовища, сприятливого для формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку.</p>	8	2		

	<p>Професійне здоров'я вихователя ДНЗ.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Міхійко О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини. Суми: Універс. Книга, 2010. 446 с.</li> <li>2. Плахтій П. Д., Страшко С. В., Підгірний В. К. Вікова фізіологія і валеологія. Лаб. Практикум. Кам'янець-Подільський: П.П.Буйницький О.А., 2010. 308 с.</li> <li>3. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу / [Страшко С. В., Животовська Л. А., Гречишкіна О. Д. та ін.]. К.: Освіта України, 2006. – 260 с.</li> <li>4. Фіцула М. М. Вступ до педагогічної професії: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», 2003. – 136 с.</li> </ol>				
16	<p><b>Тема 16. Аналіз стану здоров'я дітей в Україні та шляхи його поліпшення (offline).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Демографічна ситуація в Україні. Показники тривалості життя в Україні та інших країнах. Основні хвороби, що є безпосередньою причиною смерті сучасної людини. Фактори, які зумовлюють погіршення стану здоров'я дітей. Проблеми інвалідності та соціального сирітства.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини. К.: СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.</li> <li>2. Валецкая Р. О. Основы валеологии. Луцк: Волинська книга, 2007. С. 100–115.</li> <li>3. Ткачук В. Г. Медико-социальные аспекты здоровья: конспект лекцій. К.: Здоров'я, 2009. – 101 с.</li> </ol>	8	2		
17	<p><b>Тема 17. Формування культури здорового способу життя дошкільників як один із основних напрямків реалізації Базового компоненту дошкільної освіти в Україні (online - <a href="https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983">https://moodle.npu.edu.ua/user/profile.php?id=290983</a> ).</b></p> <p><i>Зміст теми</i></p> <p>Освітня лінія «Особистість дитини» та її розділ «Здоров'я та фізичний розвиток»: безпека життєдіяльності, здоров'я та хвороба, гігієна, рухова активність та саморегуляція. Стратегія формування ЗСЖ дошкільнят.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Денисенко Н. Ф. Формування свідомого ставлення до здоров'я // Дошкільне виховання. 2008. № 9. С.68-85.</li> <li>2. Овчинникова Т. С. Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях. СПб.: Каро, 2006. 176 с.</li> </ol>	11	2		



#### 4.2. Зміст семінарських занять

№ з/п	Зміст семінарських занять	Кількість годин <i>Денна форма навчання</i>	Кількість годин <i>Заочна форма навчання</i>
<b>Модуль І. Вікова фізіологія як науки та навчальна дисципліна. Вікові особливості опорно-рухового апарату людини.</b>			
1	<p><i>Тема: Загальні закономірності росту і розвитку організму людини</i></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Стандарти фізичного розвитку.</li> <li>2. Критичні періоди онтогенезу.</li> <li>3. Вплив факторів зовнішнього середовища та спадковості на ріст та розвиток організму (презентація індивідуального проекту).</li> <li>4. Акселерація та ретардація (презентація індивідуального проекту).</li> <li>5. Схеми вікової періодизації онтогенезу людини.</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>3. Плахтій П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести.: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. 332с.</li> <li>4. Плахтій П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. Кам'янець-Подільський, 2010. 308с.</li> <li>5. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: методичні рекомендації до практичних занять. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. – 73 с.</li> </ol>	2	
2	<p><i>Тема: Вікові особливості опорно-рухового апарату людини</i></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ріст та розвиток кісток.</li> <li>2. Вікові особливості структури кісток.</li> <li>3. Вікові особливості скелета черепа, тулуба та кінцівок.</li> <li>4. Вікові зміни макро- та мікроструктур скелетних м'язів</li> <li>5. Вікові особливості функцій скелетних м'язів.</li> <li>6. Стандарти моторної хронаксії для людей різного віку.</li> </ol>	2	

	<p>7. Вплив фізичних занять на фізичний розвиток дітей та підлітків (презентація індивідуального проекту).</p> <p>8. Профілактика порушень постави у дітей та дорослих (презентація індивідуального проекту).</p> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <p>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p> <p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести.: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. – 332 с.</p> <p>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.</p> <p>5. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.</p>		
3	<p><u>Тема: Вікові особливості шкіри та підшкірної клітковини.</u></p> <p><u>План заняття</u></p> <p>1. Ембріональний розвиток шкіри і підшкірної жирової клітковини.</p> <p>2. Анатомо-фізіологічні особливості шкіри і підшкірної жирової клітковини в різні вікові періоди.</p> <p>3. Терморегуляція в період внутрішньоутробного розвитку.</p> <p>4. Терморегуляція в період новонародженості.</p> <p>5. Розвиток терморегуляції з віком.</p> <p>6. Загартування дітей 1-го року життя (презентація індивідуального проекту).</p> <p>7. Загартування дітей дошкільного і шкільного віку (презентація індивідуального проекту).</p> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <p>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. / В. І. Литонік, І. П. Антонік. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p>	2	

	<p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести. : навч. посіб. / П.Д. Плахтій, М.П. Мисів, О.І. Циганівська. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с.</p> <p>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К. Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</p> <p>5. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять] / В.В. Солнцева, В.Г. Білик, К.В. Палієнко. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.</p>		
<b>Модуль II. Вікові особливості регулюючих та вегетативних систем</b>			
4	<p><i>Тема: Морфофункціональна організація нервової системи у віковому аспекті</i></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ембріональний розвиток нервової системи.</li> <li>2. Анатомо-фізіологічні особливості нервової системи у новонароджених.</li> <li>3. Безумовні рефлекси новонароджених.</li> <li>3. Розвиток нервової системи у віковому аспекті.</li> <li>5. Формування рухової активності та психічних функцій у дітей (презентація індивідуального проекту).</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. / В. І. Литонік, І. П. Антонік. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести. : навч. посіб. / П.Д. Плахтій, М.П. Мисів, О.І. Циганівська. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с.</li> <li>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.</li> <li>5. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.</li> </ol>	2	

5	<p><b><u>Тема: Вікові особливості вищої нервової діяльності.</u></b></p> <p><b><u>План заняття</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розвиток вищої нервової діяльності в онтогенезі.</li> <li>2. Вища нервова діяльність в період першого дитинства.</li> <li>3. Вища нервова діяльність в період другого дитинства.</li> <li>4. Вища нервова діяльність у підлітків.</li> <li>5. Вища нервова діяльність у людей похилого віку.</li> <li>6. Сон у різні вікові періоди життя людини.</li> <li>7. Вплив нікотину, алкоголю, кофеїну та наркотичних препаратів на вищу нервову діяльність дітей та підлітків (презентація індивідуального проекту).</li> <li>8. Патологічні зміни ВНД.</li> </ol> <p><b><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. – 332 с.</li> <li>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. – Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.</li> <li>5. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. – 73 с.</li> </ol>	2	
6	<p><b><u>Тема: Структурна та функціональна організація роботи аналізаторів у віковому аспекті.</u></b></p> <p><b><u>План заняття</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вікові особливості будови та функцій зорового аналізатора.</li> <li>2. Порушення рефракції.</li> <li>3. Особливості окорухових реакцій дітей.</li> <li>4. Вікові особливості слухового аналізатора.</li> <li>5. Причини зниження гостроти слуху в онтогенезі.</li> <li>6. Зміни структури і функцій вестибулярного, смакового, нюхового та рухового аналізаторів в онтогенезі (презентація індивідуального проекту).</li> </ol> <p><b><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> </ol>	2	

	<p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p> <p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести. : навч. посіб. / П.Д. Плахтій, М.П. Мисів, О.І. Циганівська. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с.</p> <p>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К. Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</p> <p>5. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять] / В.В. Солнцева, В.Г. Білик, К.В. Палієнко. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.</p>		
7	<p><b><i>Тема: Вікові особливості роботи ендокринних залоз</i></b></p> <p><b><i>План заняття</i></b></p> <p>1. Вікові особливості будови та функцій гіпофізу, утворення соматотропного гормону.</p> <p>2. Гіпоталамно-гіпофізарний нервовий шлях.</p> <p>3. Вікові особливості функціонування епіфізу та щитовидної залози.</p> <p>4. Паращитовидна залоза, її гіпер- та гіпофункція.</p> <p>5. Вилочкова залоза (тимус).</p> <p>6. Наднирники.</p> <p>7. Підшлункова залоза.</p> <p>8.Зміни структури і функцій ендокринних залоз в онтогенезі (презентація індивідуального проекту).</p> <p><b><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></b></p> <p>1. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p> <p>2. Пикалюк В. С. Філо-, онтогенез органів і систем людини Сімферополь: Доля, 2011. – 312 с</p> <p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.</p> <p>4. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2004. –73 с.</p>	2	
8	<p><b><i>Тема: Оцінка функціонального стану серцево-судинної системи у різних вікових групах.</i></b></p> <p><b><i>План заняття</i></b></p>	2	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ембріональний розвиток серця і судин.</li> <li>2. Кровообіг плода в різні періоди ембріогенезу.</li> <li>3. Серце в період новонародженості.</li> <li>4. Особливості руху крові у новонароджених.</li> <li>5. Регуляція серцево-судинної системи у новонароджених.</li> <li>6. Вікові зміни серцево-судинної системи.</li> <li>7. Систолічний і хвилинний об'єм крові у віковому аспекті.</li> <li>8. Вплив фізичних навантажень і тренувань на розвиток серцево-судинної системи (презентація індивідуального проекту).</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с.</li> <li>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</li> <li>5. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять] / В.В. Солнцева, В.Г. Білик, К.В. Палієнко. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.</li> </ol>		
9	<p><u>Тема: Оцінка функціонального стану дихальної системи у різних вікових групах.</u></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ембріональний розвиток дихальної системи.</li> <li>2. Анатомо-фізіологічні особливості дихального апарату в різні вікові періоди.</li> <li>3. Зміни зовнішнього дихання в онтогенезі.</li> <li>4. Патологічні типи дихання.</li> <li>5. Вікові особливості легеневого і тканинного газообміну, транспорту дихальних газів кров'ю.</li> <li>6. Регуляція дихання в онтогенезі.</li> <li>7. Перший вдих новонародженого.</li> <li>8. Вплив фізичних навантажень і тренувань на розвиток дихального апарату (презентація індивідуального проекту).</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з</li> </ol>	2	

	<p>основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p> <p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести.: навч. посіб. / П.Д. Плахтій, М.П. Мисів, О.І. Циганівська. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с.</p> <p>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К. Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</p> <p>5. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять] / В.В. Солнцева, В.Г. Білик, К.В. Палієнко. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.</p>		
10	<p><b><u>Тема: Вікові особливості травної системи</u></b></p> <p><b><u>План заняття</u></b></p> <p>1. Розвиток органів травлення у плода. Аномалії розвитку.</p> <p>2. Роль негативних факторів зовнішнього середовища на формування аномалій розвитку органів травної системи (презентація індивідуального проекту).</p> <p>3. Травлення в період внутрішньоутробного розвитку.</p> <p>4. Особливості будови і функцій органів травлення у новонароджених.</p> <p>5. Особливості процесу травлення у новонароджених.</p> <p>6. Особливості процесів травлення після переходу на загальний харчовий раціон.</p> <p><b><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></b></p> <p>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p> <p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. – 332 с.</p> <p>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. – Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.</p>	2	
11	<p><b><u>Тема: Вікові особливості обміну речовин та енергії</u></b></p> <p><b><u>План заняття</u></b></p>	2	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обмін речовин у різні вікові періоди.</li> <li>2. Обмін речовин у плода.</li> <li>3. Енергетичний обмін у дітей та дорослих: основний, білковий, вуглеводний, жировий, водно-сольовий.</li> <li>4. Вітаміни, та їх значення в різні вікові періоди життя людини (презентація індивідуального проекту).</li> <li>5. Режими харчування для людей різного віку.</li> <li>6. Організація харчування дітей у навчально-виховних закладах різного типу (презентація індивідуального проекту).</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</li> <li>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</li> <li>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести. : навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. – 332 с.</li> <li>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К. Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</li> <li>5. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. 73 с.</li> </ol>		
12	<p><u>Тема: Вікові особливості сечостатевого апарату.</u></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нирки. Ниркові клубочки, каналці, миски.</li> <li>2. Сечоводи. Сечовий міхур.</li> <li>3. Функціональні та вікові особливості процесу сечоутворення. Енурез.</li> <li>4. Фізіологічні особливості роботи сечостатевого апарату дітей різного віку (презентація індивідуального проекту).</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с.</li> <li>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. 479 с.</li> <li>3. Плахтій П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Кам'янець-Подільський, 2010. 308 с.</li> <li>4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини :</li> </ol>	2	



	навч. посіб. К.: УСМП, 2001. С. 33–60. 4. Шевчук В. Г. Фізіологія людини. Вінниця: Нова книга, 2012. 448 с.		
<b>Модуль III. Валеологія як наука про індивідуальне здоров'я людини</b>			
13	<p><i>Тема: Предмет, завдання, об'єкт і методи валеології. Державна програма «Освіта» («Україна XXI століття»).</i></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Валеологія як наукова дисципліна про індивідуальне здоров'я людини.</li> <li>2. Роль і місце валеології у системі підготовки фахівців дошкільної педагогічної освіти.</li> <li>3. Мета валеологічної освіти педагогічних працівників.</li> <li>4. Теорія і практика попередження різних соматичних і психічних захворювань у дітей, заходів з корекції індивідуального здоров'я дитини.</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Концепція валеологічної освіти педагогічних працівників. // Інформаційний Вісник, Вища освіта. № 6, 2001. С. 34-38.</li> <li>2. Кучерган Є. В. Валеологічна складова освітньої політики сучасної України // Science and Education a New Dimension: Pedagogy and Psychology. 2016. IV (42), Issue: 87. P. 34-37.</li> <li>3. Міхійенко О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини: навч. посібник. Суми: Універс-книга, 2010. 446 с.</li> </ol>	2	
14	<p><i>Тема: Здоров'я людини як головна цінність життя, основна умова реалізації фізичних і психічних можливостей та здібностей.</i></p> <p><u>План заняття</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проблема визначення понять «здоров'я», «індивідуальне здоров'я».</li> <li>2. Складові здоров'я, здорового способу життя.</li> <li>3. Відомі теоретики і пропагандисти здоров'я та здорового способу життя: Пол Брегг, Герберт Шелтон, Дональд Вотсон, Амосов М. М., Апанасенко Г. Л., Горащук В. П. та ін.</li> </ol> <p><u>Рекомендовані інформаційні джерела</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Апанасенко Г. Л. Избранные статьи о здоровье. К., 2005. 48 с.</li> <li>2. Вайнер Н. Валеология. Учебник для вузов. М.: Флинта, 2001. 416 с.</li> <li>3. Мойсеюк В. П. Сучасні підходи до вивчення феномену культури здоров'я. Тернопіль: Богдан, 2012. 125 с.</li> </ol>	2	

	4. Чумков Б. Н. Валеология: Курс лекций. Педагогическое общество России, 2002. 407 с.		
15	<p><b><i>Тема: Аналіз стану здоров'я дітей в Україні та шляхи його поліпшення.</i></b></p> <p><b><i>План заняття</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальні показники здоров'я дітей.</li> <li>2. Порівняльна характеристика поширеності хвороб серед дітей різного віку.</li> </ol> <p><b><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Антипкін Ю. Г. Наукові та практичні проблеми збереження здоров'я дітей України // <i>Врачебная практика</i>. 2007. № 1. С. 7-11.</li> <li>2. Баранов А. А. Состояние здоровья современных детей и подростков и роль медико-социальных факторов в его формировании // <i>Вестник Рос. АМН</i>. 2009. № 5. С. 6-11</li> <li>3. Чумков Б. Н. Валеология: Курс лекций. Педагогическое общество России, 2002. 407 с.</li> </ol>	2	
16	<p><b><i>Тема: Формування культури здорового способу життя дошкільників як один із основних напрямків реалізації Базового компоненту дошкільної освіти в Україні.</i></b></p> <p><b><i>План заняття</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Збереження та зміцнення здоров'я дітей – пріоритетне завдання дошкільної освіти.</li> <li>2. Організація профілактично-реабілітаційних заходів в умовах ДНЗ.</li> <li>3. Стан здоров'я дітей старшого дошкільного віку та їх готовність до систематичного навчання у школі.</li> </ol> <p><b><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Антипкін Ю. Г. Наукові та практичні проблеми збереження здоров'я дітей України // <i>Врачебная практика</i>. 2007. № 1. С. 7-11.</li> <li>2. Баранов А. А. Состояние здоровья современных детей и подростков и роль медико-социальных факторов в его формировании // <i>Вестник Рос. АМН</i>. 2009. № 5. С. 6-11.</li> <li>3. Чумков Б. Н. Валеология: Курс лекций. Педагогическое общество России, 2002. 407 с.</li> </ol>	2	

### **4.3. Організація самостійної роботи студентів**

#### **Теми індивідуальних навчально-дослідних завдань**

Індивідуальне навчально-дослідне завдання складається з реферату, презентації до нього та кросворду з обраної теми.

#### **Модуль I. Вікова фізіологія як наука та навчальна дисципліна.**

##### **Вікові особливості опорно-рухового апарату людини.**

1. Вплив факторів зовнішнього середовища та спадковості на ріст та розвиток організму дитини.
2. Акселерація та ретардація як медико-педагогічна проблема.
3. Профілактика порушень постави у дітей.
4. Вплив фізкультури та спорту на фізичний розвиток дітей.
5. Загартування дітей 1-го року життя .
6. Загартування дітей дошкільного віку.

#### **Модуль II. Вікові особливості регулюючих та вегетативних систем**

1. Формування рухової активності та психічних функцій у дітей.
2. Вплив нікотину, алкоголю, кофеїну та наркотичних препаратів на вищу нервову діяльність дітей.
3. Зміни структури і функцій вестибулярного, смакового, нюхового та рухового аналізаторів в онтогенезі.
4. Вплив фізичних навантажень і тренувань на розвиток дихальної та серцево-судинної системи.
5. Роль негативних факторів зовнішнього середовища на формування аномалій розвитку органів травної системи.
6. Вітаміни та їх значення в різні вікові періоди життя людини.
7. Організація харчування дітей у навчально-виховних закладах різного типу.

#### **Модуль III. Валеологія як наука про індивідуальне здоров'я людини**

1. Роль валеології у системі підготовки фахівців дошкільної освіти.
2. Порівняльна характеристика поширеності хвороб серед дітей різного віку.
3. Стан здоров'я дітей дошкільного віку та їх готовність до навчання у школі.

## **Критерії оцінювання індивідуального навчально-дослідного завдання**

**0 - 1 бал** – Завдання виконане частково (тема розкрита не повністю відсутні презентація та кросворд, оформлення не відповідає вимогам).

**2 - 4 бали** – Завдання виконане частково (тема розкрита повністю відсутні презентація та кросворд, оформлення не відповідає вимогам).

**5 - 8 балів** – Завдання виконане частково (тема розкрита повністю, презентація частково супроводжує зміст доповіді, оформлення відповідає вимогам, відсутній кросворд).

**9 - 12 балів** - Завдання виконане частково (тема розкрита повністю, презентація повністю супроводжує зміст доповіді, оформлення відповідає вимогам, відсутній кросворд).

**13 - 15 балів** - Завдання виконане повністю (тема розкрита повністю, презентація повністю супроводжує зміст доповіді, розроблений кросворд, оформлення відповідає вимогам).

## **V. Контроль якості знань студентів**

### **5.1. Форми і методи поточного контролю**

Поточний контроль рівня засвоєння навчального матеріалу проводиться шляхом усного опитування студентів, перевірки конспекту та захисту реферату та індивідуального проекту.

Максимальна кількість балів за поточні результати – 60 балів, іспит – макс. 40 балів.

Питання для підготовки подані в розділі 4.2.

### **5.2 Форми і методи підсумкового контролю**

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу з навчальної дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія» проводиться шляхом виконання студентами письмових контрольних робіт за темами модулів.

### **Запитання для підготовки до підсумкової (модульної) контрольної роботи № 1**

1. Предмет, теоретичні та прикладні задачі вікової фізіології і валеології, їх взаємозв'язок з іншими науками.

2. Особливості сучасних методів та методик анатоμο-фізіологічних досліджень: антропометрія, рентгенографія, комп'ютерна томографія та ультразвукове дослідження людей різних вікових груп.

3. Основні стадії ембріогенезу людини: зародкові листки та їх похідні.

4. Вікові, статеві та індивідуальні особливості будови тіла людини.
5. Вплив зовнішнього середовища, способу життя, фізичних вправ, умов праці та побуту на будову та функції організму людей різних вікових груп.
6. Історичні етапи становлення вікової фізіології і валеології.
7. Розвиток вікової анатомії та фізіології в Україні.
8. Поняття росту та розвитку організму.
9. Стандарти фізичного розвитку.
10. Критичні періоди онтогенезу.
11. Гармонійність та гетерохронність розвитку.
12. Реактивність і резистентність організму.
13. Вплив факторів зовнішнього середовища та спадковості на ріст та розвиток організму.
14. Акселерація та ретардація.
15. Схеми вікової періодизації онтогенезу людини.
16. Біологічний та календарний вік.
17. Захворюваність та головні причини смерті людей різних вікових груп.
18. Ріст та розвиток кісток. Вікові особливості структури кісток.
19. Вікові особливості скелета черепа.
20. Вікові особливості тулуба.
21. Вікові особливості кінцівок.
22. Зміни макро- та мікроструктури скелетних м'язів з віком.
23. Вікові особливості функцій скелетних м'язів.
24. Стандарти моторної хронаксії для людей різного віку.
25. Вплив фізичних занять на фізичний розвиток дітей.
26. Ембріональний розвиток шкіри і підшкірної жирової клітковини.
27. Анатомо-фізіологічні особливості шкіри і підшкірної жирової клітковини в різні вікові періоди.
28. Терморегуляція в період внутрішньоутробного розвитку.
29. Терморегуляція в період новонародженості.
30. Розвиток терморегуляції з віком.
31. Загартування дітей 1-го року життя.
32. Загартування дітей дошкільного і шкільного віку.

### **Критерії оцінювання підсумкової (модульної) контрольної роботи № 1**

Контрольна робота складається з п'яти завдань. Кожне завдання оцінюється в 12 балів, які в підсумку сумуються.

**0 балів** – Завдання не виконане, або виконане не вірно.

**1 - 3 бали** – Завдання виконане з великою кількістю помилок.

**4 – 6 балів** – Завдання виконане частково допускаються значні помилки.

**7 - 9 балів** – Завдання виконане частково, допускаються незначні помилки.

**10 - 11 балів** - Завдання виконане повністю, помилок нема, приклади не наведені.

**12 балів** - Завдання розкрито повністю, помилок нема, наведені приклади.

### **Запитання для підготовки до підсумкової (модульної) контрольної роботи № 2**

1. Ембріональний розвиток нервової системи.
2. Анатомо-фізіологічні особливості нервової системи у новонароджених.
3. Безумовні рефлекси новонароджених.
4. Розвиток нервової системи у віковому аспекті.
5. Формування рухової активності та психічних функцій у дітей.
6. Геронтологічні зміни нервової системи.
7. Розвиток вищої нервової діяльності в онтогенезі.
8. Вища нервова діяльність в період першого дитинства.
9. Вища нервова діяльність в період другого дитинства.
10. Вища нервова діяльність у підлітків.
11. Вища нервова діяльність у людей похилого віку.
12. Сон у різні вікові періоди життя людини.
13. Вплив нікотину, алкоголю, кофеїну та наркотичних препаратів на вищу нервову діяльність дітей та підлітків.
14. Патологічні зміни ВНД.
15. Значення сенсорних систем в розвитку людини.
16. Вікові особливості будови та функцій зорового аналізатора.
17. Порушення рефракції.
18. Особливості окорухових реакцій дітей.
19. Геронтологічні зміни зорового аналізатора.
20. Вікові особливості слухового аналізатора.
21. Причини зниження гостроти слуху в онтогенезі.
22. Геронтологічні зміни слухового аналізатора.
23. Зміни структури і функцій вестибулярного, смакового, нюхового та рухового аналізаторів в онтогенезі.
24. Механізми дії гормонів та їх становлення в онтогенезі.
25. Особливості будови та функції гіпофізу, епіфізу, щитовидної, прищитовидних та надниркових залоз в різні вікові періоди.
26. Ендокринна функція підшлункової залози в онтогенезі.

27. Розвиток виличкової та статевих залоз.
28. Статевий розвиток дітей та підлітків. Вторинні статеві ознаки.
31. Ембріональний розвиток серця і судин.
32. Кровообіг плода в різні періоди ембріогенезу.
33. Серце в період новонародженості.
34. Особливості руху крові у новонароджених.
35. Регуляція серцево-судинної системи у новонароджених.
36. Вікові зміни серцево-судинної системи.
37. Систолічний і хвилинний об'єм крові у віковому аспекті.
39. Ембріональний розвиток дихальної системи.
40. Анатомо-фізіологічні особливості дихального апарату в різні вікові періоди.
41. Зміни зовнішнього дихання в онтогенезі.
42. Патологічні типи дихання.
43. Вікові особливості легеневого і тканинного газообміну, транспорту дихальних газів кров'ю.
44. Регуляція дихання в онтогенезі.
45. Перший вдих новонародженого.
46. Вплив фізичних навантажень і тренувань на розвиток дихального апарату
47. Розвиток органів травлення у плода. Аномалії розвитку.
48. Роль негативних факторів зовнішнього середовища на формування аномалій розвитку органів травної системи.
49. Травлення в період внутрішньоутробного розвитку.
50. Особливості будови і функцій органів травлення у новонароджених.
51. Особливості процесу травлення у новонароджених.
52. Особливості процесів травлення після переходу на загальний харчовий раціон.
53. Обмін речовин у плода. Обмін речовин у різні вікові періоди.
54. Енергетичний обмін у дітей та дорослих: основний, білковий, вуглеводний, жировий, водно-сольовий.
55. Вітаміни, та їх значення в різні вікові періоди життя людини.
56. Режими харчування для людей різного віку.
57. Організація харчування дітей та підлітків у навчально-виховних закладах різного типу.
58. Ембріональний розвиток сечостатевого апарату.
59. Анатомо-фізіологічні особливості сечової системи у різні вікові періоди: нирковий кровообіг та клубочкова фільтрація реабсорбція та секреція

в проксимальних сегментах та дистальних відділах нефрона, механізм регуляції добового діурезу.

60. Анатомо-фізіологічні особливості статевої системи у різні вікові періоди.

### **Критерії оцінювання підсумкової (модульної) контрольної роботи № 2**

Контрольна робота складається з п'яти завдань. Кожне завдання оцінюється в 10 балів, які в підсумку сумуються.

**0 балів** – Завдання не виконане, або виконане не вірно.

**1 - 3 бали** – Завдання виконане з великою кількістю помилок.

**4 – 5 балів** – Завдання виконане частково допускаються значні помилки.

**6 – 7 балів** – Завдання виконане частково, допускаються незначні помилки.

**8 - 9 балів** - Завдання виконане повністю, помилок нема, приклади не наведені.

**10 балів** - Завдання розкриті повністю, помилок нема, наведені приклади.

### **Запитання для підготовки до екзамену**

1. Предмет, теоретичні та прикладні задачі вікової анатомії та фізіології, їх взаємозв'язок з іншими науками.

2. Значення вивчення вікової анатомії та фізіології для майбутнього фахівця зі здоров'я людини.

3. Особливості сучасних методів та методик анатомо-фізіологічних досліджень: антропометрія, рентгенографія, комп'ютерна томографія та ультразвукове дослідження людей різних вікових груп.

4. Основні стадії ембріогенезу людини: зародкові листки та їх похідні.

5. Вікові, статеві та індивідуальні особливості будови тіла людини.

6. Вплив зовнішнього середовища, способу життя, фізичних вправ, умов праці та побуту на будову та функції організму людей різних вікових груп.

7. Історичні етапи становлення вікової анатомії та фізіології.

8. Розвиток вікової анатомії та фізіології в Україні.

9. Поняття росту та розвитку організму.

10. Стандарти фізичного розвитку.

11. Критичні періоди онтогенезу.

12. Гармонійність та гетерохронність розвитку.

13. Реактивність і резистентність організму.



14. Вплив факторів зовнішнього середовища та спадковості на ріст та розвиток організму.
15. Акселерація та ретардація.
16. Схеми вікової періодизації онтогенезу людини.
17. Біологічний та календарний вік.
18. Теорії старіння.
19. Захворюваність та головні причини смерті людей різних вікових груп.
20. Ріст та розвиток кісток. Вікові особливості структури кісток.
21. Вікові особливості скелета черепа.
22. Вікові особливості тулуба.
23. Вікові особливості кінцівок.
24. Зміни макро- та мікроструктури скелетних м'язів з віком.
25. Вікові особливості функцій скелетних м'язів.
26. Стандарти моторної хронаксії для людей різного віку.
27. Вплив фізичних занять на фізичний розвиток дітей та підлітків.
28. Ембріональний розвиток шкіри і підшкірної жирової клітковини.
29. Анатомо-фізіологічні особливості шкіри і підшкірної жирової клітковини в різні вікові періоди.
30. Терморегуляція в період внутрішньоутробного розвитку.
31. Терморегуляція в період новонародженості.
32. Розвиток терморегуляції з віком.
33. Загартування дітей 1-го року життя.
34. Загартування дітей дошкільного і шкільного віку.
35. Загартування людей похилого віку.
36. Ембріональний розвиток нервової системи.
37. Анатомо-фізіологічні особливості нервової системи у новонароджених.
38. Безумовні рефлекси новонароджених.
39. Розвиток нервової системи у віковому аспекті.
40. Формування рухової активності та психічних функцій у дітей.
41. Геронтологічні зміни нервової системи.
42. Розвиток вищої нервової діяльності в онтогенезі.
43. Вища нервова діяльність в період першого дитинства.
44. Вища нервова діяльність в період другого дитинства.
45. Вища нервова діяльність у підлітків.
46. Вища нервова діяльність у людей похилого віку.
47. Сон у різні вікові періоди життя людини.
48. Вплив нікотину, алкоголю, кофеїну та наркотичних препаратів на вищу нервову діяльність дітей та підлітків.

49. Патологічні зміни ВНД.
50. Значення сенсорних систем в розвитку людини.
51. Вікові особливості будови та функцій зорового аналізатора.
52. Порушення рефракції.
53. Особливості окорухових реакцій дітей.
54. Геронтологічні зміни зорового аналізатора.
55. Вікові особливості слухового аналізатора.
56. Причини зниження гостроти слуху в онтогенезі.
57. Зміни структури і функцій вестибулярного, смакового, нюхового та рухового аналізаторів в онтогенезі.
58. Механізми дії гормонів та їх становлення в онтогенезі.
59. Особливості будови та функції гіпофізу, епіфізу, щитовидної, прищитовидних та надниркових залоз в різні вікові періоди.
60. Ендокринна функція підшлункової залози в онтогенезі.
61. Розвиток виличкової та статевих залоз.
62. Статевий розвиток дітей та підлітків. Вторинні статеві ознаки.
63. Ембріональний розвиток серця і судин.
64. Кровообіг плода в різні періоди ембріогенезу.
65. Серце в період новонародженості.
66. Особливості руху крові у новонароджених.
67. Регуляція серцево-судинної системи у новонароджених.
68. Вікові зміни серцево-судинної системи.
69. Систолічний і хвилинний об'єм крові у віковому аспекті.
70. Геронтологічні зміни серцево-судинної системи.
71. Ембріональний розвиток дихальної системи.
72. Фізіологічні особливості дихального апарату в різні вікові періоди.
73. Зміни зовнішнього дихання в онтогенезі.
74. Патологічні типи дихання.
75. Вікові особливості легеневого і тканинного газообміну, транспорту дихальних газів кров'ю.
76. Регуляція дихання в онтогенезі.
77. Перший вдих новонародженого.
78. Вплив фізичних навантажень і тренувань на дихальний апарат.
79. Розвиток органів травлення у плода. Аномалії розвитку.
80. Роль негативних факторів зовнішнього середовища на формування аномалій розвитку органів травної системи.
81. Травлення в період внутрішньоутробного розвитку.
82. Особливості будови і функцій органів травлення у новонароджених.
83. Особливості процесу травлення у новонароджених.

84. Особливості процесів травлення після переходу на загальний харчовий раціон.

85. Обмін речовин у плода. Обмін речовин у різні вікові періоди.

86. Енергетичний обмін у дітей та дорослих: основний, білковий, вуглеводний, жировий, водно-сольовий.

87. Вітаміни, та їх значення в різні вікові періоди життя людини.

88. Режими харчування для людей різного віку.

89. Організація харчування дітей та підлітків у навчально-виховних закладах різного типу.

90. Ембріональний розвиток сечостатевого апарату.

91. Анатомо-фізіологічні особливості сечової системи у різні вікові періоди: нирковий кровообіг та клубочкова фільтрація реабсорбція та секреція в проксимальних сегментах та дистальних відділах нефрона, механізм регуляції добового діурезу.

92. Анатомо-фізіологічні особливості статевої системи у різні вікові періоди.

### **Критерії оцінювання відповіді студента на екзамені**

Іспит, як окрема форма контролю, оцінюється в 40 балів і проводиться в системі Moodle. Складається із:

- тестової перевірки (60% завдань) та практичної складової (40% завдань);
- або лише із тестової перевірки (100 % завдань) – непрофільних дисциплін.

Підсумковий бал переводяться в 40-бальну систему як середнє арифметичне набраних оцінок (не виконане завдання зараховується як 0).

### **5.3. Критерії оцінювання знань студентів**

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання проводиться відповідно до навчально-методичної карти, де зазначено види і терміни контролю.

Система рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переводу до національної (5-бальної) та європейської (ECTS) шкали представлені в табл.1-б.

**Табл.1-а. Розрахунок рейтингових балів за видами поточного та заключного (модульного) контролю.**

№ з/п	Вид діяльності	Коефіцієнт (вартість виду)	Кількість робіт	Результат
1.	Відповідь студента на	3	5	15

	семінарському занятті			
2.	Перевірка конспекту	2	5	10
3.	Індивідуальний проект	15	1	15
4.	Підсумкове (модульне) тестування	20	1	20
Поточний рейтинговий бал				60
Екзаменаційний рейтинговий бал				40
Підсумковий бал				100

**Табл. 1-б. Порядок переведення рейтингових показників в європейську ECTS:**

Національна шкала	«5»	«4»		«3»		«2»	
	відмінно	добре		задовільно		незадовільно	
шкала університету	90 - 100	80 – 89	70 - 79	65 - 69	60 - 64	35 - 59	0 34
шкала ECTS	A	B	C	D	E	FX <small>з можливістю повторного складання</small>	X <small>з обов'язковим повторним курсом</small>

**VI. Навчально-методична карта дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія»**

<i>Назва теми</i>	<i>К-ть годин</i>	<i>Вид заняття</i>	<i>Література</i>	<i>Засоби навчання, матеріали</i>	<i>Контроль</i>
1. Вступ. Місце вікової фізіології в системі підготовки бакалавра дошкільної освіти.	7	Лекція та самостійна робота	<p>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с.</p> <p>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>3. Маруненко І. М., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. 479 с.</p> <p>4. Хоменко Б. Г., Дідков О. М. Анатомія і фізіологія дитячого організму: навчальний посібник. К.: НПУ імені Драгоманова, 2004. 373 с.</p>	Текст лекції, мультимедійна презентація	Усне (індивідуальне та фронтальне) опитування
2. Загальні закономірності росту і розвитку організму людини	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	<p>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p> <p>3. Хоменко Б. Г., Дідков О. М. Анатомія і фізіологія дитячого</p>	Текст лекції	Письмове опитування, тестовий контроль

			організму: навчальний посібник. К.: НПУ імені Драгоманова, 2004. – 373 с.		
3. Вікові особливості опорно-рухового апарату людини	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с. 2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с. 3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. 479 с.	Текст лекції	Індивідуальне та фронтальне опитування, тестовий контроль
4. Вікові особливості шкіри та підшкірної клітковини	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с. 2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.	Текст лекції, мультимедійна презентація	Модульна контрольна робота
5. Вікові особливості нервової системи.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с. 2. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести. Кам'янець-Подільський: Кам.-Поділ. НУ ім. І. Огієнка, 2008. – 332 с.	Мультимедійна презентація, текст лекції	Тестовий контроль

			<p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. Кам'янець-Подільський, 2010. 308 с.</p> <p>4. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. 73 с.</p>		
6. Вікові особливості вищої нервової діяльності.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	<p>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с.</p> <p>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>3. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2004. 73 с.</p>	Текст лекції	Перевірка конспекту, тестовий контроль
7. Вікові особливості аналізаторів.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	<p>1. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. 479 с.</p> <p>2. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. 2-е вид., доп. та перероб. Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.</p>	Текст лекції	Оцінювання усної відповіді на семінарському занятті, перевірка конспекту

			3. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2004. –73 с.		
8. Вікові особливості функціонування ендокринної системи.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с. 2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. 336 с.	Текст лекції	Перевірка конспекту
9. Вікові особливості серцево-судинної та лімфатичної системи.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с. 2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с. 3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія. Теорія. Практика. Тести.: навч. посіб. / П.Д. Плахтій, М.П. Мисів, О.І. Циганівська. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с. 4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К.	Мультимедійна презентація, текст лекції	Тестовий контроль



			<p>Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</p> <p>5. Солнцева В. В., Білик В. Г., Палієнко К. В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять]. К.: Видавництво НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2004. 73 с.</p>		
10. Вікові особливості дихальної системи.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	<p>1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.</p> <p>2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. 336 с.</p> <p>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p>	Мультимедійна презентація	Перевірка конспекту
11. Вікові особливості травної системи.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	<p>1. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. К.: «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.</p> <p>2. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p>	Текст лекції	Перевірка конспекту, реферат

			<p>3. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести. : навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. – 332 с.</p> <p>4. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К. Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.</p> <p>5. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять] / В.В. Солнцева, В.Г. Білик, К.В. Палієнко. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. 73 с.</p>		
12. Вікові особливості обміну речовин і енергії.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	<p>1. Валецька Р. О. Основи валеології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Волинська книга, 2007. 348 с.</p> <p>2. Коцан І. Я. Вікова фізіологія. Луцьк: Вежа-Друк, 2013. 376 с.</p> <p>3. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.</p>	Текст лекції	Перевірка конспекту
13. Вікові особливості сечостатевого апарату.	9	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Концепція валеологічної освіти педагогічних працівників. // Інформаційний Вісник, Вища освіта. № 6, 2001. С. 34-38.	Текст лекції	Модульна контрольна робота

		робота	2. Кучерган Є. В. Валеологічна складова освітньої політики сучасної України // Science and Education a New Dimension: Pedagogy and Psychology. 2016. IV (42), Issue: 87. P. 34-37. 3. Міхійко О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини: навч. посібник. Суми: Універс-книга, 2010. 446 с.		
14. Предмет, завдання, об'єкт і методи валеології. Державна програма «Освіта» («Україна XXI століття»).	8	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Валецкая Р. О. Основи валеології. Луцк: Волинська книга, 2007. С. 10-15. 2. Хорошуха М. Ф., Мурза В. П., Пушкар М. П. Валеологія: учеб. пособие. К.: Университет «Україна», 2006. С. 34-47.	Мультимедійна презентація, текст лекції	Перевірка конспекту, тестовий контроль
15. Здоров'я людини як головна цінність життя, основна умова реалізації фізичних і психічних можливостей та здібностей.	8	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Міхійко О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини. Суми: Універс. Книга, 2010. 446 с. 2. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу. 2 вид., перероб. і доп. К.: Освіта України, 2006. – 260 с. 3. Фіцула М. М. Вступ до педагогічної професії. Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», 2003. – 136 с.	Мультимедійна презентація	Тестовий контроль, виконання індивідуального проекту
16. Аналіз стану здоров'я дітей в Україні та шляхи	8	Лекція, семінарське заняття,	1. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини. К.: СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.	Текст лекції	Тестовий контроль

його поліпшення.		самостійна робота	2. Валецкая Р. О. Основы валеологии. Луцьк: Волинська книга, 2007. С. 100-115. 3. Плахтій П. Д., Страшко С. В., Підгірний В. К. Вікова фізіологія і валеологія. Лаб. Практикум. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2010. 308 с. 4. Ткачук В. Г. Медико-социальные аспекты здоровья: конспект лекцій. К.: Здоров'я, 2009. – 101 с.		
17. Формування культури здорового способу життя дошкільників як один із основних напрямків реалізації Базового компоненту дошкільної освіти в Україні.	11	Лекція, семінарське заняття, самостійна робота	1. Антипкін Ю. Г. Наукові та практичні проблеми збереження здоров'я дітей України // Врacheбная практика. 2007. №1. С. 7-11. 2. Чумков Б. Н. Валеология: Курс лекций. Педагогическое общество России, 2002. 407 с.	Мультимедійна презентація, текст лекції	Модульна контрольна робота

## **VII. Основні та допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу «Вікова фізіологія і валеологія»**

### **Основні**

1. Коцан І. Я. Вікова фізіологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І. Я. Коцан, С. Є. Швайко, О. Р. Дмитроца. – Луцьк: Вежа-Друк, 2013. – 376 с.
2. Литонік В. І., Антонік І. П. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. / В. І. Литонік, І. П. Антонік. – К. : «Видавничий дім «Професіонал», 2009. – 336 с.
3. Любимова З. В., Маринова К. В., Никинина А. А. Возрастная физиология: учеб. для студ. высш. учеб. заведений: в 2 ч. / З.В. Любимова, К. В. Маринова. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – Ч. 2. – 378 с.
4. Маруненко І. М., Неведомська Є. О., Бобрицька В. І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни. / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька. – К.: ВД-Професіонал, 2004. – 479 с.
5. Маркосян А. А. Вопросы возрастной физиологии. / А. А. Маркосян. – М.: Просвещение, 1974. – 223 с.
6. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія . Теорія. Практика. Тести. : навч. посіб. / П.Д. Плахтій, М.П. Мисів, О.І. Циганівська. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський НУ ім. І. Огієнка, 2008. - 332с.
7. Плахтій, П. Д. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум / П.Д. Плахтій, С.В. Страшко, В.К. Підгорний. - 2-е вид., доп. та перероб. - Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський, 2010. - 308с.
8. Солнцева В.В., Білик В.Г., Палієнко К.В. Анатомія та фізіологія дитини: [методичні рекомендації до практичних занять] / В.В. Солнцева, В.Г. Білик, К.В. Палієнко. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. –73 с.
9. Хоменко Б.Г., Дідков О.М. Анатомія і фізіологія дитячого організму: Навчальний посібник / Б.Г. Хоменко, О.М. Дідков. – К.: НПУ ім. Драгоманова, 2004. – 373 с.
10. Хрипкова А. Г. Вікова фізіологія. / А. Г. Хрипкова. – К.: Вища школа, 1982. – 262 с.

### **Допоміжні**

1. Безруких М.М., Сонькин В.Д., Фарбер Д.А. Возрастная физиология (Физиология развития ребенка). / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 416 с.
2. Петрушина О.Л. Анатомія, фізіологія, гігієна дітей молодшого шкільного віку. / О.Л. Петрушина. - К: Вища школа, 1982.
3. Хрипкова А. Г, Антропов М. В., Фарбер Д. А. Возрастная физиология и школьная гигиена. / А. Г. Хрипкова, М. В. Антропов, Д. А. Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 309 с.

