

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

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні Вченої ради
НПУ імені М.П. Драгоманова
«___» _____ 20 ___ р.

Протокол № _____
Проректор з навчально-методичної роботи
проф. Вернидуб Р.М.

ПРОГРАМА
нормативної навчальної дисципліни
Гігієна (загальна та шкільна)

освітнього рівня _____ **бакалавр** _____
галузі знань **0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини**
спеціальності _____ **6.01020301 Здоров'я людини** _____

Шифр за навчальним планом ПН 08

Розробники програми: _____ к.м.н. доц. Стельмахівська В.П. _____

Рецензенти: _____ д.б.н. Кучменко О.Б. _____
_____ к.б.н., доц. Мегалінська Г.П. _____

Обговорено та рекомендовано до видання на засіданні Науково-методичної ради НПУ імені М.П. Драгоманова «__» _____ 20 __ року, протокол № _____

Голова НМР _____

I. Пояснювальна записка

Програма нормативної навчальної дисципліни гігієна (загальна та шкільна) складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки фахівців освітнього рівня бакалавр, галузі знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, спеціальності_6.010203 Здоров'я людини.

Предмет вивчення навчальної дисципліни – умови навколишнього середовища, організація навчально-виховної діяльності і здоров'я дітей та підлітків.

Міждисциплінарні зв'язки : необхідні знання анатомії та фізіології, загальної та біоорганічної хімії, фізики, мікробіології.

Мета і завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення гігієни (загальної та шкільної) є формування профілактичної спрямованості майбутньої практичної діяльності педагога, розвитку у студентів гігієнічного мислення та використання його для оцінки впливу умов та організації навчально-виховної та позашкільної діяльності на здоров'я дітей та підлітків, надання гігієнічних рекомендацій здоровій дитині.

Основними завданнями вивчення дисципліни гігієна (загальна та шкільна) є:

- формування у студентів вміння всебічно і кваліфіковано оцінювати взаємодію дитячого організму і середовища, виокремлювати фактори, що здійснюють позитивний і негативний вплив на організм, який росте і розвивається;
- розвиток вмінь студентів оцінювати ступінь цього впливу і проводити конкретні профілактичні заходи, що спрямовані на оздоровлення зовнішнього середовища і зміцнення здоров'я дітей;
- оволодіння студентами найбільш поширеними методами гігієнічних досліджень;
- розвиток у студентів гігієнічних знань і мислення шляхом розв'язування ситуаційних задач, аналізу результатів гігієнічних досліджень, виконання і обговорення навчально-дослідницьких робіт.

Основні результати навчання та компетентності згідно з вимогами освітньо-професійної програми:

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1.	<p>Знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особливості формування здоров'я дітей та підлітків та чинники, що впливають на цей процес; - методи оцінки стану здоров'я та фізичного розвитку дітей та підлітків; - сприятливі (оздоровчі) чинники навколишнього середовища (сонячної радіації, клімату, погоди, інших фізичних, хімічних, біологічних факторів та умов); <p>Вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виявити фактори ризику в процесі формування здоров'я дитини; - провести комплексну оцінку фізичного розвитку дитини; - аналізувати і використовувати в практичній діяльності сприятливі (оздоровчі) чинники навколишнього середовища (сонячної радіації, клімату, погоди, інших фізичних, хімічних, біологічних факторів та умов); 	<p>- здатний проводити оцінку та моніторинг рівня здоров'я, прогнозувати стан індивідуального та суспільного здоров'я; здійснювати індивідуальні і групові консультації с питань здорового способу життя, раціонального харчування, розробляти та супроводжувати індивідуальні оздоровчі системи, залучати дітей та молодь до оздоровчо-рекреаційної рухової активності;</p>
2.	<p>Знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основні закономірності росту та розвитку дітей ; - особливості формування здоров'я дітей та підлітків та чинники, що впливають на цей процес; - фізіолого-гігієнічні основи організації навчально-виховного процесу; <p>Вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - провести комплексну оцінку фізичного розвитку, в т.ч. біологічного віку дитини та його відповідності календарному; - виявити фактори ризику в процесі формування здоров'я дитини; - провести гігієнічну оцінку організації занять у школі (уроку); 	<p>- здатний підбирати, використовувати та розробляти різні дидактичні прийоми з урахуванням вікових особливостей учнів, їхнього біологічного віку та стану здоров'я;</p>

	- виявити ознаки різних стадій втоми.	
3.	<p>Знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль гігієнічної науки та практики в збереженні та зміцненні здоров'я школярів, її зв'язок з педагогікою і психологією; - основні напрямки профілактичної роботи в навчально-виховних закладах; - знати гігієнічне, фізіологічне та епідеміологічне значення води, її роль у виникненні ендемічних та поширенні інфекційних захворювань та гельмінтозів з водним механізмом передачі збудників; - знати органолептичні, хімічні і бактеріологічні показники якості води різних джерел. - фізіолого-гігієнічні основи організації режиму дня та навчально-виховного процесу; - фізіолого-гігієнічні основи організації фізичного і трудового виховання дітей та підлітків; - гігієнічні вимоги до планування земельної ділянки, будівлі навчально-виховних закладів та їх утримання; - фізіолого-гігієнічне обґрунтування вимог до навчальних меблів; - основи раціонального харчування школярів. <p>Вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аналізувати гігієнічне, фізіологічне та епідеміологічне значення води, її роль у виникненні ендемічних та поширенні інфекційних захворювань та гельмінтозів з водним механізмом передачі збудників; - пояснювати фізіологічні зміни в організмі, що виникають в процесі фізичної та розумової праці з метою попередження передчасної втоми, перевтоми та виникнення порушень у стані здоров'я працюючих; - провести гігієнічну оцінку організації занять у школі; 	- здатний здійснювати профілактику неінфекційних та інфекційних захворювань;

<ul style="list-style-type: none">- оцінювати з гігієнічних позицій організацію фізичного виховання в школі;- дати гігієнічну оцінку організації трудового навчання дітей і підлітків;- визначати і давати оцінку умов навчання (в т.ч. показників мікроклімату навчальних приміщень та їх освітленості (за допомогою розрахункових методів);- підібрати меблі для учнів загальноосвітніх навчальних закладів;- дати гігієнічну оцінку режиму харчування школярів та проводити роботу з профілактики харчових отруєнь у школі.	
---	--

II. Примірний тематичний план

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 3 кредити ЄКТС 90 годин.

№ з/п	Назви модулів і тем	Кількість годин				
		Аудиторні	Лекції	Практичні	Лабораторні	СРС
	Змістовий модуль 1. Загальні питання гігієни.	22	8	14		22
1.1.	Гігієна як наука, її мета, завдання, зміст, методи гігієнічних досліджень.	2	2			2
1.2.	Гігієнічне значення клімату, погоди, їх вплив на здоров'я.	2		2		2
1.3.	Гігієна повітряного середовища. Гігієнічні вимоги до мікроклімату житлових і громадських приміщень. Гігієнічне значення вентиляції.	4	2	2		4
1.4.	Гігієнічна оцінка природного та штучного освітлення приміщень.	4		4		4
1.5.	Вода як фактор навколишнього середовища, її гігієнічне значення	2	2			2
1.6.	Гігієна харчування. Фізіолого-гігієнічне значення основних нутрієнтів харчового раціону. Методика оцінки харчового статусу людини.	6	2	4		4
1.7.	Гігієна та фізіологія праці. Методи оцінки працездатності та стомлення.			2		4
	Змістовний модуль 2. Гігієна дітей та підлітків.	22	6	16		24
2.1.	Гігієна дітей та підлітків як галузь науки і практики. Основні закономірності росту і розвитку дітей та підлітків.		1	2		2
2.2.	Стан здоров'я дітей та підлітків. Фізичний розвиток як показник здоров'я дитини.		1	2		4
2.3.	Гігієнічні основи організації режиму дня дітей різного віку.		1	2		2
2.4.	Гігієна навчальної діяльності дітей та підлітків.		1	2		4
2.5.	Гігієнічні основи фізичного виховання дітей та підлітків.		2	2		4
2.6.	Гігієнічні вимоги до обладнання дитячих закладів.			2		2
2.7.	Гігієнічні принципи планування та благоустрою дитячих закладів.			2		2
	Підсумкове заняття			2		4
Всього годин – 90 (аудиторних – 44)		44	14	30		46

III. Зміст навчальної дисципліни за модулями і темами:

Модуль I. Загальні питання гігієни.

Тема 1.1. Гігієна як наука, її мета, завдання, зміст, методи гігієнічних досліджень.

Визначення гігієни, її мета, задачі, зміст, зв'язок з іншими науками. Закони гігієни. Методи та методики гігієнічних досліджень. Специфічні методи гігієнічних досліджень.

Поняття про гігієнічний норматив. Принципи гігієнічного нормування.

Тема 1.2. Гігієнічне значення клімату, погоди, їх вплив на здоров'я.

Клімат, погода, визначення поняття. Формування клімату, погоди, їх вплив на здоров'я людини.

Гігієнічні основи геліометеопрфілактики захворювань.

Тема 1.3. Гігієна повітряного середовища. Гігієнічні вимоги до мікроклімату житлових і громадських приміщень. Гігієнічне значення вентиляції.

Основні джерела забруднення повітря приміщень комунально-побутового, громадського, виробничого призначення. Критерії та показники забруднення повітря (фізичні, хімічні, бактеріологічні).

Джерела забруднення повітря житлових та навчальних приміщень. Окиснюваність повітря та діоксид вуглецю як чутливі непрямі показники антропогенного забруднення повітря. Вплив різних концентрацій діоксиду вуглецю на організм.

Гігієнічне значення фізичних властивостей повітря (температури, вологості та швидкості руху повітря). Мікроклімат і його гігієнічне значення. Види і вплив дискомфортного (охолоджуючого та нагріваючого) мікроклімату на теплообмін людини та її здоров'я.

Методика визначення та гігієнічна оцінки температури, вологості, швидкості руху повітря та радіаційної температури. Прилади для вимірювання температури повітря, радіаційної температури; показників вологості повітря та правила роботи з ними.

Методи і показники оцінки комплексної дії мікроклімату на організм людини (фізичного моделювання, ефективно-еквівалентних температур, результуючих температур та інші).

Системи підсилення руху повітря в приміщеннях. Природна та штучна вентиляція. Гігієнічне значення вентиляції приміщень.

Показники ефективності вентиляції. Необхідний та фактичний об'єм і кратність вентиляції, методи їх визначення. Поняття про повітряний куб. Кондиціонування повітря.

Тема 1.4. Гігієнічна оцінка природного та штучного освітлення приміщень.

Гігієнічне значення природного освітлення приміщень різного призначення (житлових, навчальних, виробничих та інших). Вплив освітлення на функції зору, стан центральної нервової системи, працездатність.

Зовнішні та внутрішні фактори, які впливають на рівень природної освітленості приміщень. Методика оцінки природного освітлення приміщень. Геометричний, світлотехнічний методи оцінки природного освітлення приміщень. Гігієнічні вимоги до природного освітлення приміщень.

Гігієнічне значення штучного освітлення. Методика гігієнічної оцінки штучного освітлення приміщень різного призначення, його показники, оцінка результатів. Гігієнічна

характеристика джерел штучного освітлення. Види та системи штучного освітлення. Освітлювальна арматура та її гігієнічна оцінка.

Тема 1.5. Вода як фактор навколишнього середовища, її гігієнічне значення.

Фізіологічна, побутова, ендемічна, епідеміологічна, токсикологічна, бальнеологічна, господарська ролі води.

Вплив якості питної води на здоров'я населення. Роль води і умов водопостачання у розповсюдженні інфекційних захворювань. небезпечність надмірного вмісту у воді різноманітних хімічних речовин природного походження та хімічних сполук антропогенного походження для здоров'я людини.

Джерела водопостачання, їх порівняльна гігієнічна характеристика. Норми споживання води в залежності від рівня комунального і санітарно-технічного благоустрою населеного пункту, умов життя і діяльності людини.

Державний стандарт якості води джерел централізованого господарсько-питного водопостачання.

Тема 1.6. Гігієна харчування. Фізіолого-гігієнічне значення основних нутрієнтів харчового раціону. Методика оцінки харчового статусу людини.

Фізіологічні та гігієнічні основи харчування. Значення харчування для здоров'я і фізичного розвитку.

Фізіолого-гігієнічна роль білків. Наукове обґрунтування потреби у білках. Гігієнічні характеристики білків тваринного та рослинного походження. Показники якості білків. Джерела білків та незамінних амінокислот.

Фізіолого-гігієнічна роль жирів. Показники якості жирів різного походження. Фізіолого-гігієнічна роль ненасичених жирних кислот, фосфоліпідів, стеринів. Наукове обґрунтування потреб організму в жирах. Джерела жирів.

Фізіолого-гігієнічна роль вуглеводів. Наукове обґрунтування потреби організму у простих та складних вуглеводах. Джерела вуглеводів. Поняття про рафіновані і "захищені" вуглеводи.

Вітаміни, мінеральні солі, смакові речовини, їх фізіолого-гігієнічна роль, значення у профілактиці та лікуванні різних захворювань. Джерела вітамінів і мінеральних речовин.

Мікро- та макроелементози, їх прояви і профілактика.

Гігієнічна характеристика основних продуктів харчування.

Теорії харчування, функції їжі та види харчування.

Методики визначення енерговитрат людини та потреб в основних нутрієнтах. Законодавчі норми фізіологічної потреби у харчових речовинах та енергії для різних груп населення.

Поняття про харчовий статус організму та методики його оцінки.

Раціональне харчування, його принципи. Поняття про аліментарні захворювання, їх класифікацію, причини виникнення, розповсюдженість на Україні.

Гігієнічні вимоги до організації харчування у загальноосвітніх навчальних закладах.

Тема 1.7. Гігієна та фізіологія праці. Методи оцінки працездатності та стомлення.

Робота і праця, визначення понять, соціально-гігієнічне значення праці. Фізіологія праці, шкідливі фактори трудового процесу. Зміни фізіологічних процесів в організмі людини під час виконання роботи та їх фізіолого-гігієнічна оцінка. Втома та перевтома, заходи попередження перевтоми.

Поняття про професійні шкідливості та професійні захворювання, їх класифікація. Захворювання, пов'язані з високим рівнем нервово-психічного напруження, інтенсифікацією виробничих процесів. Організація робочого місця. Монотонність праці, її профілактика.

Вимушене положення тіла, напруження окремих органів і систем та профілактика захворювань, пов'язаних з ними. Поняття про важкість та напруженість праці. Ергономіка. Методи оцінки працездатності та стомлення.

Гігієна праці підлітків.

Модуль II. Гігієна дітей та підлітків.

Тема 2.1. Гігієна дітей та підлітків як галузь науки і практики. Основні закономірності росту і розвитку дітей та підлітків.

Визначення гігієни дітей та підлітків, її зміст, мета, задачі, методи досліджень. Актуальні проблеми в галузі гігієни дітей та підлітків на сучасному етапі. Основні напрямки профілактичної роботи зі збереження та зміцнення здоров'я дітей, підвищення їх працездатності у навчально-виховних закладах.

Тема 2.2. Стан здоров'я дітей та підлітків. Фізичний розвиток як показник здоров'я дитини.

Поняття про «здоров'я» в дитячому віці. Основні аспекти його вивчення в гігієні дітей та підлітків (як критерій оцінки впливу навколишнього середовища і як самостійний об'єкт). Чинники, що впливають на формування здоров'я дітей та підлітків.

Особливості формування захворювань у дітей та підлітків різних вікових груп. Стан здоров'я дітей та підлітків на сучасному етапі.

Комплексна оцінка стану здоров'я дітей та підлітків. Критерії оцінки стану здоров'я дітей і підлітків. Розподіл дітей і підлітків за групами здоров'я. Оцінка стану здоров'я колективу.

Фізичний розвиток як важливий показник здоров'я дитини. Основні групи показників фізичного розвитку, методи їх визначення. Поняття про біологічний та календарний вік. Показники біологічного віку у різні періоди життя дитини. Методи оцінки фізичного розвитку індивідууму і колективу дітей.

Поняття про епохальну та внутрішньо-групову акселерацію. Теорії акселерації. Стан проблеми на сучасному етапі.

Тема 2.3. Гігієнічні основи організації режиму дня дітей різного віку.

Поняття про режим дня. Фізіолого-гігієнічні основи добового режиму. Значення раціонального режиму дня для росту і розвитку дитини. Основи режимні моменти, їх послідовність, тривалість у залежності від віку дитини. Особливості організації режиму дня у закладах освіти різного типу.

Тема 2.4. Гігієна навчальної діяльності дітей та підлітків.

Фізіолого-гігієнічні основи організації навчально-виховного процесу. «Шкільна зрілість» як медико-психологічна проблема. Принципи гігієнічного нормування навчальної діяльності дітей. Гігієна навчальних занять з дітьми 6-річного віку. Гігієна навчальних занять у школі I-III ступенів різного типу. Гігієнічні вимоги до шкільного розпорядку і розкладу уроків, організації перерв.

Гігієнічні вимоги до організації роботи учнів у комп'ютерних класах. Особливості режиму роботи дітей різного віку на персональному комп'ютері.

Тема 2.5. Гігієнічні основи фізичного виховання дітей та підлітків.

Фізіолого-гігієнічні основи, цілі та задачі фізичного виховання дітей та підлітків. Рухова активність, її нормування в залежності від віку дитини. Профілактика гіподинамії школярів. Основні види, форми та засоби фізичного виховання дітей та підлітків. Гігієнічні вимоги до організації фізичного виховання у школі. Гігієнічні вимоги до умов проведення занять з фізичного виховання.

Тема 2.6. Гігієнічні вимоги до обладнання дитячих закладів.

Фізіологічні основи раціонального положення тіла за партою при різних видах роботи.

Гігієнічні вимоги до навчальних меблів, значення їх дотримання для збереження працездатності та охорони здоров'я школярів.

Гігієнічні вимоги до розташування меблів у класі та розсаджування дітей.

Тема 2.7. Гігієнічні принципи планування та благоустрою дитячих закладів.

Принципи розташування загальноосвітніх навчальних закладів різного типу на території населених місць. Гігієнічні вимоги до планування та обладнання пришкольної земельної ділянки. Гігієнічні вимоги до розміщення основних приміщень шкільної будівлі: класів, навчальних кабінетів, фізкультурних залів і майстерень.

Гігієнічні вимоги до природного і штучного освітлення, повітряно-теплого режиму навчальних приміщень.

Гігієнічні вимоги до умов виховання та навчання дітей в навчально-виховних закладах різного типу.

V. Засоби діагностики успішності навчання

Контроль успішності студентів включає в себе цілий ряд заходів.

При вивченні навчальної дисципліни «Гігієна (загальна та шкільна)» передбачені усні відповіді на практичних заняттях, проведення тематичного тестування за темами навчальної програми дисципліни, виконання модульних контрольних робіт, захист опорного конспекту самостійної роботи та реферату.

Система рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення до національної (4-х бальної) та європейської (ECTS) шкали представлені в таблицях, що подані нижче.

Кожний модуль включає кількість балів за поточну роботу студентів на практичних заняттях та їх індивідуальну роботу. Рейтинговий бал встановлюється як сума усіх позитивних і негативних оцінок, отриманих за всі види робіт даного модуля.

Проведення контрольних перевірок здійснюється за допомогою тестів, контрольних робіт. Оцінювання завдань проводиться за власною методикою.

Індивідуальні завдання

1. Анатомо-фізіологічні особливості дітей і їх готовність до систематичного навчання у школі.
2. Медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням у школі.
3. Поняття про раціональне харчування. Фізіолого-гігієнічні норми потреб в нутрієнтах для дітей різного віку.
4. Режим харчування і його гігієнічне значення.

5. Харчові отруєння, профілактика виникнення.
6. Гігієнічні вимоги до організації харчування в школі.
7. Харчування як засіб нівелювання несприятливого впливу шкідливих екологічних та соціальних чинників на організм, що росте і розвивається.
8. Фізіолого-гігієнічні основи трудового навчання дітей та підлітків.
9. Морфо-функціональні особливості організму дитини як основа гігієнічного нормування трудового навчання.
10. Гігієнічні вимоги до організації трудового навчання в школі I-II ступеня.
11. Гігієнічні вимоги до організації трудового навчання учнів старших класів.
12. Професійна консультація і орієнтація підлітків як медико-соціальна проблема.
13. Гігієнічне виховання дітей та підлітків у сім'ї та дитячих установах.
14. Форми і методи гігієнічного виховання школярів у ході навчально-виховного процесу.
15. Гігієнічне виховання учнів у ході занять з фізичної культури, трудового навчання.
16. Форми і методи позашкільної роботи з гігієнічного виховання учнів.

Питання до підсумкового контролю .

1. Гігієна як профілактична дисципліна, її зміст і завдання.
2. Зв'язок гігієни з іншими медичними дисциплінами, педагогікою, психологією.
3. Методи дослідження, які використовуються в гігієні.
4. Клімат, погода, визначення поняття, їх вплив на здоров'я людини.
5. Фізіолого-гігієнічне значення хімічного складу повітря.
6. Джерела забруднення повітря житлових та навчальних приміщень.
7. Гігієнічне значення фізичних властивостей повітря. Гігієнічні вимоги до параметрів мікроклімату навчальних приміщень.
8. Гігієнічне значення вентиляції приміщень.
9. Біологічна дія сонячного світла. Гігієнічні принципи організації світлового режиму для дітей.
10. Гігієнічне значення природного освітлення приміщень різного призначення (житлових, навчальних, виробничих та інших). Вплив освітлення на функції зору, стан центральної нервової системи, працездатність.
11. Гігієнічні вимоги до природного освітлення навчальних приміщень та чинники, що його визначають.
12. Методи оцінки природного освітлення приміщень.
13. Гігієнічні вимоги до штучного освітлення навчальних приміщень. Чинники, що впливають на його рівень.
14. Методи гігієнічної оцінки штучного освітлення приміщень різного призначення.
15. Вплив якості питної води на здоров'я населення.
16. Гігієнічні вимоги до якості питної води.
17. Гігієнічна характеристика джерел водопостачання.
18. Фізіолого-гігієнічне значення основних нутрієнтів харчового раціону.
19. Поняття про раціональне харчування. Фізіолого-гігієнічні норми потреб в нутрієнтах для дітей різного віку.
20. Методики визначення енерговитрат людини та потреб в основних нутрієнтах.

21. Харчування як засіб нівелювання несприятливого впливу шкідливих екологічних та соціальних чинників на організм, що росте і розвивається.
22. Харчові отруєння, профілактика виникнення.
23. Гігієнічні вимоги до організації харчування в школі.
24. Професійна консультація і орієнтація підлітків як медико-соціальна проблема.
25. Гігієна праці підлітків.
26. Актуальні проблеми гігієни дітей та підлітків як науки і практичної діяльності на сучасному етапі розвитку суспільства.
27. Вікова періодизація, її значення. Біологічна і соціальна схеми вікової періодизації.
28. Основні закономірності росту і розвитку дитячого організму як теоретична основа гігієнічного нормування чинників навколишнього середовища.
29. Анатомо-фізіологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.
30. Підлітковий вік, анатомо-фізіологічні особливості організму. Статеве дозрівання як важливий біологічний фактор, що визначає специфіку періоду.
31. Юнацький вік, анатомо-фізіологічні особливості організму. Різке розширення резервних можливостей органів і систем.
32. Поняття «здоров'я» в дитячому віці. Основні аспекти його вивчення в гігієні дітей та підлітків (як критерій оцінки впливу навколишнього середовища і як самостійний об'єкт).
33. Чинники, що впливають на формування здоров'я дітей та підлітків. Особливості формування захворювань у дітей та підлітків різних вікових груп.
34. Методика комплексної оцінки стану здоров'я дітей та підлітків. Критерії оцінки стану здоров'я дітей і підлітків.
35. Оцінка стану здоров'я колективу.
36. Фізичний розвиток, як один з основних показників здоров'я в дитячому віці, мета і завдання його вивчення. Акселерація.
37. Методи оцінки фізичного розвитку дитини.
38. Фізіолого-гігієнічні основи раціонального режиму дня. Роль раціонального режиму дня в системі профілактичних заходів.
39. Гігієнічні вимоги до режиму дня школярів різного віку. Особливості режиму дня дітей, які розпочали систематичне навчання у школі з 6-річного віку.
40. Фізіологічні основи раціональної організації навчального процесу.
41. Основні гігієнічні принципи організації навчального процесу в загальноосвітніх закладах.
42. Гігієнічні вимоги до організації навчання в школі (регламентація тривалості уроків, перерв, навчального навантаження).
43. Основні гігієнічні вимоги до складання розкладу занять у школі.
44. Гігієнічні вимоги до організації уроку.
45. Особливості організації навчального процесу для дітей 6-річного віку, які розпочали систематичне навчання в школі.
46. Психофізіологічні методи визначення працездатності дітей різних вікових груп.
47. Забезпечення оптимального рухового режиму як гігієнічна основа фізичного виховання. Гігієнічна норма рухової активності.
48. Гігієнічні вимоги до місць проведення фізичного виховання.
49. Основні гігієнічні підходи до організації фізичного виховання. Лікарсько-

педагогічний контроль за фізичним вихованням у школі.

50. Фізіологічні основи раціонального положення тіла за партою при різних видах роботи.
51. Гігієнічні вимоги до навчальних меблів, значення їх дотримання для збереження працездатності та охорони здоров'я школярів.
52. Гігієнічні вимоги до набору та планування приміщень загальноосвітніх навчальних закладів.
53. Гігієнічні вимоги до планування земельної ділянки загальноосвітніх навчальних закладів.
54. Гігієнічні вимоги до умов навчання в комп'ютерних класах.
55. Фізіолого-гігієнічні основи трудового навчання дітей та підлітків. Гігієнічні вимоги до організації трудового навчання в школі.

Розрахунок рейтингових балів за видами контролю

№ з/п	Вид діяльності	Коефіцієнт (вартість) виду	Кількість робіт	Результат
1	Практичні заняття	7	14	98
2	Індивідуальний проект (реферат)	20	2	40
3	Тести	10	2	20
4	Модульні контрольні роботи	21	2	42
	Всього балів			200
Підсумковий рейтинговий бал: (200:2)				100
Нормований рейтинговий бал:				100

Порядок переведення рейтингових показників в європейські оцінки ECTS

Національна шкала	“5” відмінно	“4” Добре		“3” задовільно		“2” незадовільно	“2” 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	X
						3 можливістю повторного складання	3 обов'язковим повторним курсом

V. Форма підсумкового контролю успішності навчання – залік.

VI. Інформаційні джерела для вивчення курсу

Основні

1. Гігієна та екологія: Підручник / За редакцією В.Г.Бардова. – Вінниця: Нова Книга, 2006 – 720 с.
2. Профілактична медицина. Загальна гігієна з основами екології. І.І.Даценко, Р.Д.Габович. Підручник, 2 видання. – Київ., „Здоров’я”, - 2004, - 792 с.
3. Гігієна. Навчальний посібник до практичних занять для студентів медичних факультетів в. н. з. // В.Я.Уманський, Д.О.Ластков, А.М.Безсмертний, Н.Ф.Іваницька та інші. – Донецьк, 2004, 384 с.
4. Шкільна гігієна: підр. для пед. інст. / Н.Г. Подоляк-Шумило, С.С.Познанський. – К.,1981. – 187 с.
5. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология и школьная гигиена: учебн. пособ. для студ. пед.инст. / А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова, Д.А. Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 319 с.
6. Гігієна дітей та підлітків: підручник/ за ред. проф. В.І. Берзіня. – К.: Асканія, 2008. – 307 с.
7. Гигиена детей и подростков: учебник / В.Р.Кучма. – М., Медицина, 2004. – 382 с.

Допоміжні

1. ДСанПіН 5.5.2.008-01. Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу. – К, 2001. – 54 с.
2. ДСанПіН 5.5.6-009-98. Влаштування і обладнання кабінетів комп'ютерної техніки в навчальних закладах та режим праці учнів на персональних комп'ютерах. – К., 2002. – 31 с.