

**КОЛЕДЖ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ
КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ВІННИЦЬКИЙ ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»**

**Музично-педагогічне відділення
Циклова комісія викладачів природничо-математичних дисциплін**

ЗАТВЕРДЖУЮ

**Заступник директора з навчальної роботи
Оксана КОГУТЮК
«30» серпня 2024 року**



РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

9. ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ І ВАЛЕОЛОГІЯ

**освітньо-професійної програми Середня освіта (Музичне мистецтво)
підготовки фахового молодшого бакалавра
за галуззю знань 01 Освіта / Педагогіка
спеціальності 014 Середня освіта (Музичне мистецтво)**

Вінниця 2024

Робоча програма освітнього компонента 9. Вікова фізіологія і валеологія з підготовки фахових молодших бакалаврів за галуззю знань 01 Освіта / Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Музичне мистецтво)

РОЗРОБНИК(И):

Валентина **ЦЕЛОМУДРА**, спеціаліст вищої категорії, викладач-методист

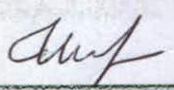
СХВАЛЕНО

Методичною радою Коледжу фахової передвищої освіти
«29» серпня 2024 р., протокол № 1

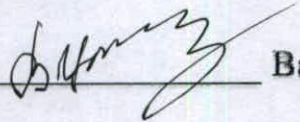
Голова  канд. пед. наук, доц. Андрій **КРИЖАНОВСЬКИЙ**

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми Середня освіта (Музичне мистецтво)

 канд. пед. наук Наталя **ЧОРНА**

Робочу програму розглянуто і схвалено на засіданні циклової комісії викладачів природничо-математичних дисциплін
«28» серпня 2024 р., протокол № 1

Голова циклової комісії  Валентина **ЦЕЛОМУДРА**

1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти / освітньо-професійний ступінь	Характеристика освітнього компонента		
		Денна форма навчання		
Кількість кредитів – 3,0	Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка	Статус освітнього компонента Обов'язковий		
	Спеціальність: 014 Середня освіта (Музичне мистецтво)			
Загальна кількість годин - 90	Освітньо-професійний ступінь – фаховий молодший бакалавр	Рік підготовки: 2-й		
		Семестр: 4-й		
		Лекції 20 год	Семінари 10 год	Практичні 12 год
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних- 2, самостійної роботи здобувача освіти – 2,14		Самостійна робота 48 год		
		Вид контролю: залік		

2. Мета, завдання, програмні компетентності та результати навчання

2.1. Мета, завдання освітнього компонента

Метою освітнього компонента Вікова фізіологія і валеологія є ознайомлення здобувачів освіти з основними поняттями і термінами курсу, допомога в оволодінні науковою термінологією, вивчення фізіологічних особливостей молодшого школяра, гігієни молодшого школяра, будови і функцій людського організму на всіх рівнях його організації.

Завдання: основними завданнями вивчення дисципліни Вікова фізіологія і валеологія є:

- ознайомити здобувачів освіти із предметом, завданнями вікової фізіології і валеології, як науки;
- з'ясувати основні гігієнічні вимоги до приміщення школи, класу;
- вивчити правила гігієни людського організму;
- ознайомитись з функціями систем і органів організму, основними віковими особливостями організму, поняттями, термінами.

2.2. Програмні компетентності

2.2.1. Загальні компетентності

ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, до застосування знань у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання й розуміння предметної області та професійної діяльності.

ЗК3. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово, до комунікації іноземною мовою за предметною спеціальністю.

ЗК4. Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, здійснювати пошук, аналіз та обробку інформації з різних джерел, ефективно використовувати цифрові ресурси та технології в освітньому процесі.

ЗК5. Здатність діяти автономно, приймати обґрунтовані рішення у професійній діяльності і відповідати за їх виконання, діяти відповідально і свідомо на основі чинного законодавства та етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології.

ЗК9. Здатність зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я, вести здоровий спосіб життя, керувати власними емоційними станами; конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку.

2.2.2. Фахові компетентності

СК7. Здатність до здійснення професійної діяльності з дотриманням вимог законодавства щодо охорони життя й здоров'я здобувачів освіти (зокрема

з особливими освітніми потребами); використання здоров'язбережувальних технологій під час освітнього процесу.

СК9. Здатність до відстеження динаміки та забезпечення підтримки особистісного розвитку дитини в освітньому процесі.

СК11. Здатність до роботи в команді з профільними фахівцями для надання додаткової підтримки особам з особливими освітніми потребами.

СК12. Здатність до організації здоров'язбережувального, безпечного, розвивального, інклюзивного освітнього середовища.

СК13. Здатність усвідомлювати особисті відчуття і почуття, управляти власними емоційними станами.

2.3. Результати навчання

2.3.1. Програмні результати навчання за ОПП

РН 2. Володіти державною та іноземною мовами для складання ділових паперів і комунікації у професійній діяльності.

РН4. Здійснювати педагогічну діагностику молодшого школяра.

РН8. Здійснювати пошук, відбір та опрацювання інформації з різних джерел у процесі професійної діяльності.

РН10. Взаємодіяти з колегами, профільними фахівцями та іншими учасниками освітнього процесу початкової школи.

РН11. Створювати безпечні, психологічно-комфортні умови освітнього процесу, використовувати прийоми попередження та протидії булінгу, надавати домедичну допомогу.

РН12. Складати індивідуальну програму розвитку дитини з особливими освітніми потребами та знаходити оптимальні шляхи її реалізації.

РН13. Створювати здоров'язбережувальне освітнє середовище, зорієнтоване на особистісний розвиток молодших школярів.

РН15. Демонструвати навички самостійної роботи та роботи в команді, гнучкого мислення, відкритості до нових знань.

2.3.2. Результати навчання за освітнім компонентом.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі освіти повинні:

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі освіти повинні:

знати:

- предмет, завдання та галузі вікової фізіології і валеології;
- будову систем органів організму людини та їх функції;
- наукову термінологію;
- вимоги до освітлення класу, повітряного режиму;

- правила гігієни зору, слуху, шкіри, органів травлення;
- вимоги до розкладу уроків;
- вимоги до режиму дня молодшого школяра;
- вікові особливості розвитку систем організму людини.

вміти:

- дати визначення основних понять;
- виміряти пульс, та частоту серцевих скорочень;
- виміряти кількість дихальних рухів;
- визначати найближчу точку ясного бачення;
- визначати правила вірної постави та її порушення;
- визначати добову потребу ккал організму людини;
- дотримуватись гігієнічних вимог до різних систем організму людини.

3. Програма освітнього компонента

РОЗДІЛ І. ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ТА ВІКОВІ ЗМІНИ ОРГАНІВ І СИСТЕМ.

Тема 1. Вступ. Предмет вивчення вікової фізіології і валеології. Зв'язок з іншими науками. Організм як єдине ціле. Закономірності росту і розвитку дитини. Гомеостаз. Регуляція функцій.

Тема 2. Вікова періодизація. II Характеристика. Поняття про акселерацію, ріст і розвиток. Характеристика вікових періодів.

Тема 3. Опорно-руховий апарат. Вікові зміни кісток і м'язів. Постава, порушення, профілактика. Режим праці і відпочинку, вимоги до розкладу уроків.

Тема 4. Основні групи скелетних м'язів. Робота м'язів. Гіподинамія. Профілактика гіподинамії.

Тема 5. Нервова система. Формування різних відділів Н.С. в процесі онтогенезу. Вікові зміни нейрона і синапса.

Тема 6. Спинний і головний мозок. Особливості рефлекторної діяльності дітей і підлітків. Типологічні особливості ВНД дитини.

РОЗДІЛ ІІ. ГОРМОНАЛЬНА РЕГУЛЯЦІЯ. АНАЛІЗАТОРИ. КРОВ. СЕРЦЕ ДИХАННЯ, ВІКОВІ ЗМІНИ, ТРАВЛЕННЯ, ВИДІЛЕННЯ, ШКІЛЬНА ГІГІЄНА.

Тема 7. Гормональна регуляція функцій організму. Гормони їх характеристика. Гіпофіз, епіфіз, вікові зміни. Щитовидна, прищитовидні залози. Вилочкова, підшлункова, статеві, надниркові залози. Профілактика цукрового діабету у дітей.

Тема 8. Аналізатори. Вікові особливості функцій зорового аналізатора.

Вікові особливості функцій слухового аналізатора. Вестибулярний апарат. Нюх, смак, шкіра.

Тема 9. Кровоносна система. Вікові особливості формених елементів. Групи крові. Резус-фактор. Успадкування груп крові, імунітет. Серцево-судинна система. Вікові особливості будови, функцій. Вікові особливості процесів дихання.

Тема 10. Органи травлення і виділення. Вікові особливості. Обмін речовин. Гігієна органів травлення.

4. Структура освітнього компонента

Назви тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	усього	ауди торні	у тому числі			самост робота
			лекції	семі нари	прак тичні	
4 семестр						
РОЗДІЛ І. ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ТА ВІКОВІ ЗМІНИ ОРГАНІВ І СИСТЕМ						
Тема 1. Вступ. Предмет вивчення вікової фізіології і шкільної гігієни. Зв'язок з іншими науками. Організм як єдине ціле. Закономірності росту і розвитку дитини. Гомеостаз. Регуляція функцій.	6	2	2			4
Тема 2. Вікова періодизація. II Характеристика. Поняття про акселерацію, ріст і розвиток. Характеристика вікових періодів.	6	2	2			4
Тема 3. Опорно-руховий апарат. Вікові зміни кісток і м'язів. Постава, порушення, профілактика. Режим праці і відпочинку, вимоги до розкладу уроків.	8	2	2			6
Практична робота № 1	2	2			2	
Тема 4. Основні групи скелетних м'язів. Робота м'язів. Гіподинамія.	6	2	2			4

Профілактика гіподинамії.						
Тема 5. Нервова система. Формування різних відділів Н.С. в процесі онтогенезу. Вікові зміни нейрона і синапса.	8	2	2			6
Тема 6. Спинний і головний мозок. Особливості рефлексорної діяльності дітей і підлітків. Типологічні особливості ВНД дитини.	8	2	2			6
Семінарське заняття № 1	2	2		2		
РОЗДІЛ II. ГОРМОНАЛЬНА РЕГУЛЯЦІЯ. АНАЛІЗАТОРИ. КРОВ. СЕРЦЕ ДИХАННЯ, ВІКОВІ ЗМІНИ, ТРАВЛЕННЯ, ВИДІЛЕННЯ, ШКІЛЬНА ГІГІЄНА.						
Тема 7. Гормональна регуляція функцій організму. Гормони їх характеристика. Гіпофіз, епіфіз, вікові зміни. Щитовидна, прищитовидні залози. Вилочкова, підшлункова, статеві, надниркові залози. Профілактика цукрового діабету у дітей.	6	2	2			4
Тема 8. Аналізатори. Вікові особливості функцій зорового аналізатора. Вікові особливості функцій слухового аналізатора. Вестибулярний апарат. Нюх, смак, шкіра.	6	2	2			4
Практична робота № 2	2	2			2	
Семінарське заняття № 2	2	2		2		
Тема 9. Кровоносна система. Вікові особливості формених елементів. Групи крові. Резус-фактор. Успадкування груп крові, імунітет. Серцево-судинна система. Вікові особливості будови, функцій. Вікові особливості процесів дихання.	8	2	2			6
Практична робота № 3	2	2			2	

Семінарське заняття № 3	2	2	2		
Тема 10. Органи травлення і виділення. Вікові особливості. Обмін речовин. Гігієна органів травлення.	6	2	2		4
Практична робота № 4	2	2		2	
Семінарське заняття № 4	2	2	2		
Практична робота № 5	2	2		2	
Семінарське заняття № 5	2	2	2		
Підсумкове заняття (залік)	2	2		2	
Усього годин	90	42	20	10	48

5. Темі семінарських занять

№ з/п	№ теми	Назва теми	К-ть годин
1.	5-6	Особливості підходу до дітей з різними типами ВНД.	2
2.	8	Порушення функцій слухового аналізатора. Гігієна слуху.	2
3.	9	Будова та робота серця у дітей. Два кола кругообігу.	2
4.	10	Роль печінки у процесі травлення. Ферменти.	2
5.	1-10	Мікроклімат класної кімнати, спортзалу та його оцінювання.	2
Усього годин			10

6. Темі практичних занять

№ з/п	№ теми	Назва теми	К-ть годин
1.	3	Постава. Визначення порушень постави, підбір меблів.	2
2.	8	Визначення найближчої і найдалшої точки ясного бачення.	2
3.	9	Розгляд мазків крові під мікроскопом.	2
4.	10	Складання добового харчового раціону з урахуванням вікових особливостей молодшого школяра.	2

5.	1-10	Мікроклімат класної кімнати, спортзалу, його показники, освітлення і вентиляція.	2
Підсумкове заняття (залік)			2
Усього годин			12

7. Теми лабораторних занять
не передбачені навчальним планом.

8. Самостійна робота

N з/п	N теми	Назва теми	К-ть год.
1.	1	Вступ. Предмет вивчення вікової фізіології і шкільної гігієни. Зв'язок з іншими науками. Організм як єдине ціле. Закономірності росту і розвитку дитини. Гомеостаз. Регуляція функцій.	4
2.	2	Вікова періодизація. II Характеристика. Поняття про акселерацію, ріст і розвиток. Характеристика вікових періодів.	4
3.	3	Опорно-руховий апарат. Вікові зміни кісток і м'язів. Постава, порушення, профілактика. Режим праці і відпочинку, вимоги до розкладу уроків.	6
4.	4	Основні групи скелетних м'язів. Робота м'язів. Гіподинамія. Профілактика гіподинамії.	4
5.	5	Нервова система. Формування різних відділів Н.С. в процесі онтогенезу. Вікові зміни нейрона і синапса.	6
6.	6	Спинний і головний мозок. Особливості рефлексорної діяльності дітей і підлітків. Типологічні особливості ВНД дитини.	6
7.	7	Гормональна регуляція функцій організму. Гормони їх характеристика. Гіпофіз, епіфіз, вікові зміни. Щитовидна, прищитовидні залози. Вилочкова, підшлункова, статеві, надниркові залози. Профілактика цукрового діабету у дітей.	4
8.	8	Аналізатори. Вікові особливості функцій зорового аналізатора. Вікові особливості функцій слухового аналізатора. Вестибулярний апарат. Нюх, смак, шкіра.	4

9.	9	Кровоносна система. Вікові особливості формених елементів. Групи крові. Резус-фактор. Успадкування груп крові, імунітет. Серцево-судинна система. Вікові особливості будови, функцій. Вікові особливості процесів дихання.	9.
10.	10	Органи травлення і виділення. Вікові особливості. Обмін речовин. Гігієна органів травлення.	4
Усього годин			48

9. Методи навчання

Методи викладання освітнього компонента Вікова фізіологія і валеологія спрямовані на розв'язання навчальних завдань.

Вибір методів і технологій викладання та навчання здійснюється залежно від мети заняття, змісту, навчальних можливостей здобувачів освіти, особливостей особистості викладача, матеріально-технічного забезпечення.

Засоби навчання, які застосовуються при викладанні дисципліни, є словесні, наочні та практичні. Серед форм та методів подачі навчального матеріалу з освітнього компонента Вікова фізіологія і валеологія застосовуються:

1. Структурно-логічне навчання: поетапна організація системи навчання, що забезпечує логічну послідовність постановки і вирішення дидактичних завдань на основі поетапного відбору їх змісту, форм, методів і засобів із урахуванням діагностування результатів.

2. Контекстне навчання: ґрунтується на інтеграції різних видів діяльності, як навчальної, наукової, так і практичної.

3. Імітаційне навчання, основою якого є імітаційно-ігрове моделювання в умовах навчання процесів, що відбуваються в реальній системі.

4. Проблемне навчання, яке здійснюється на основі ініціювання самостійного пошуку здобувачем освіти знань через проблематизацію (викладачем) навчального матеріалу.

Застосовуються професійно-ігрові технології викладання: дидактичні системи використання різноманітних «ігор», під час проведення яких формуються вміння вирішувати завдання на основі компромісного вибору (ділові та рольові ігри, імітаційні вправи, індивідуальний тренінг, комп'ютерні програми тощо); діалогово-комунікаційні технології: сукупність форм і методів навчання, заснованих на діалоговому мисленні у взаємодіючих дидактичних системах суб'єкт-суб'єктного рівня.

Подані матеріали дозволяють здобувачеві освіти самостійно планувати терміни та обсяги змістової складової навчальної діяльності, прогнозувати її

результативність.

За рівнем активності: пояснювально-демонстраційний, дослідницький.

За функцією: усне викладання матеріалу, закріплення, самостійна робота щодо засвоєння навчального матеріалу, перевірка і оцінка знань та умінь.

Самостійна робота здобувачів освіти включає дві складові: самостійна підготовка до аудиторних занять, до занять у режимі онлайн, підготовка до тематичного тестового контролю та рубіжного контролю (залік).

10. Методи та форми контролю

Методами та формами контролю результатів навчання є: тести; реферати; студентські презентації та виступи на наукових заходах; завдання на лабораторному обладнанні, реальних об'єктах тощо; інші види індивідуальних та групових завдань.

Форми контролю знань здобувачів:

- поточний;
- підсумковий (залік).

Поточний контроль знань здобувачів протягом одного семестру включає оцінку за роботу на семінарських заняттях, практичну та самостійну роботу.

Підсумковий контроль знань проводиться у формі заліку.

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється за національною шкалою («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно»).

Критерії та засоби оцінювання запланованих програмних результатів навчання

Критеріями ефективності запланованих результатів навчання є глибина та дієвість знань, системність та усвідомленість знань.

Методами і засобами оцінювання підготовки до занять та виконання практичних завдань виступають: усний контроль (індивідуальне і фронтальне опитування здобувачів освіти); засоби письмового контролю (тестові завдання, контрольні роботи, ситуаційні задачі), індивідуальні завдання – написання рефератів.

Підсумкова оцінка виставляється після складання заліку за рейтинговими показниками.