

**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
ВІННИЦЬКИЙ ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»**

Філологічний факультет

Кафедра науково-природничих та математичних дисциплін

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



**РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
ОК 16. ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ТА ШКІЛЬНА ГІГІЄНА**

освітньо-професійної програми **Середня освіта. Мова і література(англійська)**

підготовки **бакалавра**

за галуззю знань **03 Гуманітарні науки**

спеціальності **035 Філологія** (Германські мови та літератури (переклад включно), перша – англійська)

Вінниця 2024

Робоча програма освітнього компонента «ОК16. Вікова фізіологія та шкільна гігієна» з підготовки бакалаврів за галуззю знань 03 Гуманітарні науки, спеціальності 035 Філологія (Германські мови та літератури (переклад включно), перша – англійська)

РОЗРОБНИК:

Оксана КНИЖНИК викладач

СХВАЛЕНО

Вченою радою філологічного факультету

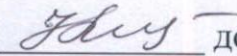
Голова  канд. філол. наук Олена КОЛОМІЄЦЬ

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми (Середня освіта. Мова і література(англійська))

 канд. філол. наук Олена КОЛОМІЄЦЬ

Робоча програма затверджено і схвалено на засіданні кафедри науково природничих та математичних дисциплін «28» серпня 2024, протокол № 1

Завідувач кафедри  докт. пед. наук, проф. Наталія МИСЛІЦЬКА

1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти / освітньо-професійний ступінь	Характеристика освітнього компонента		
		Денна форма навчання		
Кількість кредитів -2	Галузь знань 03 Гуманітарні науки	Статус освітнього компонента Обов'язковий		
	Спеціальність 035 Філологія (Германські мови та літератури (переклад включно), перша – англійська)			
Змістових модулів - 2	Ступінь вищої освіти – бакалавр	Рік підготовки:2		
		Семестр:3		
Лекції 16		Семінари 4	Практ. 12	
Самостійна робота (28год.)				
			Вид контролю: залік	
Загальна кількість годин -60				
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних-2 самостійної роботи здобувача освіти -1,8				

2. Мета, завдання, програмні компетентності та результати навчання

2.1. Мета, завдання освітнього компонента

Мета: Метою викладання навчальної дисципліни «Вікова фізіологія та шкільна гігієна» є ознайомлення студентів 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 та шкільна гігієна» є:

- ознайомити студентів із предметом, завданнями вікової фізіології та гігієни, 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. ІК. Здатність вирішувати типові спеціалізовані задачі в професійній діяльності, що вимагає застосування положень і методів психолого-педагогічної науки та характеризується певною невизначеністю умов, а також нести відповідальність за результати своєї діяльності в освітньому процесі.

2.2.2. Загальні компетентності

ЗК1. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК2. Здатність зберігати та примножувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК3. Здатність спілкуватись державною мовою як усно так і письмово.

ЗК5. Здатність вчитись і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК6. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК7. Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології.

ЗК8. Здатність спілкуватись іноземною мовою.

2.2.3. Фахові компетентності

СК2. Здатність до планування, моделювання, конструювання, проєктування, організації освітнього процесу в початковій школі.

СК3. Здатність до використання відкритих ресурсів, інформаційно-комунікативних та цифрових технологій в освітньому процесі.

СК4. Здатність дотримуватись вимог нормативно-правових документів, що регламентують організацію освітнього процесу в початковій школі.

СК5. Здатність до організації та проведення педагогічної діагностики учня.

СК6. Здатність визначати мету та завдання освітнього процесу, коригувати його шляхом зіставлення проміжних результатів із запланованими.

СК7. Здатність добирати доцільні методи, засоби і форми навчання відповідно до визначеної мети і завдань уроку, іншої форми навчання з урахуванням специфіки змісту навчального матеріалу та індивідуальних особливостей учнів.

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.

РН1. Використовувати фахову літературу та інформаційно-комунікаційні технології в освітньому процесі початкової школи.

РН4. Здійснювати педагогічну діагностику молодшого школяра.

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. Розуміти мету, систему цінностей та завдання професійної діяльності вчителя, та усвідомлювати свою роль (місію) як педагога початкової освіти.

РН18. Презентувати результати навчальної, науково-дослідницької,

пошукової, творчої, спортивної, художньо-мистецької діяльності, виконувати експериментальні проекти, курсові роботи.

РН19.Застосовувати міжпредметні зв'язки та інтеграцію різних освітніх галузей, навчальних предметів (інтегрованих курсів) під час підготовки і проведення занять.

2.3.2. Результати навчання за освітнім компонентом.

Результати навчання

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати:

- предмет, завдання та галузі вікової фізіології та шкільної гігієни;
- 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

Змістовий модуль 1. **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.

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

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

Тема 4. **Нервова система. Формування різних відділів Н.С. в процесі онтогенезу.** Вікові зміни нейрона і синапса. Спинний і головний мозок. Особливості рефлекторної діяльності дітей і підлітків. Типологічні особливості ВНД дитини.

Тема 5. **Семінарське заняття.** Вступ. Нервова система. ВНД.

Тема 6. **Модульна контрольна робота №1.**

Змістовий модуль 2. 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.

Тема 8. **Аналізатори. Вікові особливості функцій зорового аналізатора.** Вікові особливості функцій слухового аналізатора. Вестибулярний апарат. Нюх, смак, шкіра.

Тема 9. **Практична робота.** Визначення найближчої і найдалшої точки ясного бачення. Гігієна органу зору і слуху.

Тема 10. **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 11. **Органи травлення і виділення.** Вікові особливості. Обмін речовин. Гігієна органів травлення.

Тема 12. **Практична робота.** Мікроклімат класної кімнати, спортзалу, його показники, освітлення і вентиляція.

Тема 13. **Практична робота.** Складання добового харчового раціону з урахуванням вікових особливостей молодшого школяра.

Тема 14. **Семінарське заняття.** Загальна характеристика вікових змін основних систем та органів.

Тема 15. **Модульна контрольна робота №2.**

Тема 16. **Підсумкове заняття. Залік.**

4. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	усього	аудиторні	у тому числі			самост. робота
			лекції	Семінари	практичні	
3 семестр						
Змістовий модуль 1. Вікова фізіологія та вікові зміни органів і систем (32 бали)						
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.	4	2	2			2
Тема 2. Вікова періодизація. ІІ Характеристика. Поняття про акселерацію, ріст і розвиток.	4	2	2			2
Тема 3. Опорно-руховий апарат. Вікові зміни кісток і м'язів. Постава, порушення, профілактика. Режим праці і відпочинку, вимоги до розкладу уроків.	4	2	2			2
Тема 4. Нервова система. Формування різних відділів Н.С. в процесі онтогенезу. Вікові зміни нейрона і синапса. Спинний і головний мозок. Особливості рефлексорної діяльності дітей і підлітків. Типологічні особливості ВНД дитини.	4	2	2			2
Тема 5. Семінарське заняття. Вступ. Нервова система. ВНД.	4	2		2		2
Тема 6. Модульна контрольна робота №1.	4	2			2	2
Разом за змістовим модулем 1	24	12	8	2	2	12
Змістовий модуль 2. Гормональна регуляція. Аналізатори. Кров. Серце Дихання, вікові зміни, травлення, виділення, шкільна гігієна. (48 балів)						
Тема 7. Гормональна регуляція	4	2	2			2

функцій організму. Гормони їх характеристика. Гіпофіз, епіфіз, вікові зміни. Щитовидна, прищитовидні залози, виличкова, підшлункова, статеві, надниркові залози.						
Тема 8. Аналізатори. Вікові особливості функцій зорового аналізатора. Вікові особливості функцій слухового аналізатора. Вестибулярний апарат. Нюх, смак, шкіра.	4	2	2			2
Тема 9. Практична робота. Визначення найближчої і найдальшої точки ясного бачення. Гігієна органу зору і слуху.	4	2			2	2
Тема 10. 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.	4	2	2			2
Тема 11. Органи травлення і виділення. Вікові особливості. Обмін речовин. Гігієна органів травлення.	4	2	2			2
Тема 12. Практична робота. Мікроклімат класної кімнати, спортзалу, його показники, освітлення і вентиляція.	4	2			2	2
Тема 13. Практична робота. Складання добового харчового раціону з урахуванням вікових особливостей молодшого школяра.	3	2			2	1
Тема 14. Семінарське заняття. Загальна характеристика вікових змін основних систем та органів.	3	2		2		1
Тема 15. Модульна контрольна робота №2	3	2			2	1
Тема 16. Підсумкове заняття. Залік(20 балів)	3	2			2	1
Разом за змістовим модулем 2	36	20	8	2	10	
Усього годин	60	32	16	4	12	28

5. Теми семінарських занять

№ з/п	№ модуля / теми	Назва теми	К-ть годин
1.	1/ 5	Вступ. Нервова система. ВНД.	2
2.	2 / 14	Загальна характеристика вікових змін основних систем та органів.	2
Разом			4

6. Теми практичних занять

№ з/п	№ модуля / теми	Назва теми	К-ть годин
1.	1/6	Модульна контрольна робота №1.	2
2.	2 / 9	Визначення найближчої і найдалшої точки ясного бачення. Гігієна органу зору і слуху.	2
3.	2 / 12	Мікроклімат класної кімнати, спортзалу, його показники, освітлення і вентиляція	2
4.	2/13	Складання добового харчового раціону з урахуванням вікових особливостей молодшого школяра.	2
5.	2/15	Модульна контрольна робота №2	2
6.	2/16	Підсумкове заняття. Залік.	2
Разом			12

7. Теми лабораторних занять програмою не передбачені

8. Самостійна робота

№з/п з/п	№ модуля/ теми	Назва теми	Кількість годин
1	1/1	Вступ. Вікова періодизація і її характеристика.	2
2	1/2	Акселерація, причини.	2
3	1/3	Постава, порушення, профілактика.	2
4	1/4	Режим праці і відпочинку. Розклад уроків, вимоги.	2
5	1/5	Типи пам'яті людини. Стрес, протидія стресу.	2
6	1/6	Підготуватись до модульної контрольної роботи.	2
7	2/7	Порушення зору та їх профілактика.	2
8	2/8	Порушення слуху та його профілактика.	2
9	2/9	Гігієна шкіри.	2

10	2/10	Захворювання серцево-судинної системи.	2
11	2/11	Органи дихання і їх захворювання.	2
12	2/12	Органи травлення і їх захворювання.	2
13	2/13	Захворювання органів виділення.	1
14	2/14	Підготовка до семінарського заняття.	1
15	2/15	Підготовка до МКР.	1
16	2/16	Підготовка до заліку	1
		Разом	28

9. Методи та технології навчання

Методи викладання освітнього компонента «ОК16. Вікова фізіологія та шкільна гігієна» 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 й практичні. Серед форм та методів подачі навчального матеріалу з «Вікової фізіології та шкільної гігієни» 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.

10. Методи та форми контролю

Методами та формами контролю результатів навчання є (зазначити ті, що підходять}: екзамени; комплексні іспити; стандартизовані тести; наскрізні проекти; командні проекти; аналітичні звіти, реферати, есе; розрахункові та розрахунково-графічні роботи; презентації результатів виконаних завдань та досліджень; студентські презентації та виступи на наукових заходах; розрахункові роботи; завдання на лабораторному обладнанні, тренажерах, реальних об'єктах тощо; інші види індивідуальних та групових завдань.

Форми контролю знань здобувачів:

- поточний;
- модульний;
- підсумковий (залік).

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

Модульний контроль знань здійснюється через проведення аудиторних письмових контрольних робіт або комп'ютерного тестування.

Підсумковий контроль знань проводиться у формі заліку.

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється за 100-бальною шкалою, яка переводиться відповідно у національну шкалу («зараховано», «незараховано» з можливістю повторного складання, «незараховано з обов'язковим повторним вивченням освітнього компоненту») та шкалу європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС - A, B, C, D, E, F, G).

Критерії оцінювання знань запланованих програмних результатів навчання
«Зараховано» (рівень досягнень А, бали 90-100). Здобувач освіти відповідно до програми виявив всебічні, системні й глибокі знання навчального матеріалу, володіє відомостями з основної і додаткової літератури, сформулював повні відповіді на всі поставлені запитання, виявив креативність та вміння творчого застосування набутих теоретичних знань для вирішення практичних завдань; має загальний високий рівень ерудиції та культури мови, здатний до самостійного поповнення надбаних знань і умінь у процесі подальшої навчальної роботи та професійної діяльності.
«Зараховано» (рівень досягнень В, бали 82 - 89). Здобувач освіти міцно засвоїв програмний матеріал, вміє логічно і послідовно його викласти, має повні та системні знання з дисципліни, точно формулює означення й

правила, не допускає істотних помилок у відповідях на запитання, вільно оперує навчальним матеріалом освітнього компонента, знає наукову й довідкову літературу, має здатність до самостійного поповнення та оновлення знань.

«Зараховано» (рівень досягнень С, бали 75 - 81). Здобувач освіти виявив системні й глибокі знання навчального матеріалу, володіє відомостями з основної літератури, виявив уміння застосування набутих теоретичних знань для вирішення практичних завдань, глибоко розуміє матеріал. Знання здобувача освіти з окремих тем мають неповний характер, немає достатньої самостійності в аргументації відповідей, у відповідях він допускає недоліки, які може самостійно виправити.

«Зараховано» (рівень досягнень D, бали 64 - 74). Здобувач освіти виявив знання основного навчального матеріалу в необхідному для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності обсязі, вияв поверхову обізнаність з основною і додатковою літературою, давав неповні відповіді на поставлені запитання із застосуванням певних штампів, виявив уміння репродуктивного вирішення практичних завдань, у процесі їхнього виконання допускав суттєві помилки, які міг усунути лише за допомогою викладача.

«Зараховано» (рівень досягнень E, бали 60 - 63). Здобувач освіти володіє навчальний матеріал поверхово й фрагментарно.

«Незараховано з можливістю повторного складання» (рівень досягнень FX, бали 35 - 59). Здобувач освіти не засвоїв переважної частини програмного матеріалу, має поверхове, фрагментарне уявлення про освітній компонент, допускав принципові помилки при виконанні передбачених програмою завдань, на більшість запитань не давав відповіді, не здатний використати наявні знання під час виконання простих практичних завдань, але спроможний самостійно доопрацювати програмний матеріал і підготуватися до повторного складання.

«Незараховано з обов'язковим повторним вивченням освітнього компоненту» (рівень досягнень F, бали 1 - 34). Здобувач освіти не опанував навчальним матеріалом, не має знань із більшої його частини, не дає відповіді на більшість поставлених завдань, не спроможний самостійно опанувати програмним матеріалом і потребує повторного вивчення освітнього компонента.

Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЕКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену	для заліку

90-100	A	відмінно	Зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно	Незараховано з можливістю повторного складання
0-34	F		Незараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

11. Рекомендовані джерела інформації

11.1. Базова література

- 1.Тарасюк В., Титаренко Н., Андрієвський І. Ріст і розвиток людини. Підручник. – 2-е вид., виправл. Київ : ВСВ «Медицина», 2013. 400с.

11.2. Допоміжна література

1. Готовність та адаптація дитини до школи /упоряд. О. Главник. Київ: Главник, 2007. 192 с. 13.Дитина у сучасному соціопросторі: навч. посіб. /за ред. Т. Піроженко. Київ; Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. 271 с.
- 2.Новікова І. Діагностика психічного розвитку дітей перших трьох років життя. Київ: Марич, 2010. 64 с.
3. Людина. Начальний посібник з анатомії та фізіології / Кіндерслі Д. Львів : БАК, 2013.400с.

11.3. Інтернет- ресурси

1. Вільна енциклопедія «Вікіпедія» URL:<http://uk.wikipedia.org>
2. Національна бібліотека імені В.Вернадського [електронний ресурс] – Режим доступу www.mon.gov.ua
- 3.https://kaflt.pnu.edu.ua/wpcontent/uploads/sites/25/2021/03/навчальний_посібник_АНАТОМІЯ-І-ФІЗІОЛОГІЯ-2.pdf