

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
УНІВЕРСИТЕТСЬКИЙ КОЛЕДЖ

Циклова комісія природничих дисциплін



«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи

О.Б.Жильцов

«04» 09 2018 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

АНАТОМІЯ І ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

для студентів

спеціальності 231 Соціальна робота

освітнього рівня молодший спеціаліст

освітньої програми Соціальна педагогіка

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02136554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти

Програма № 088.3/18

[Signature]
(підпис) (прізвище ініціал)


« » 18

Київ – 2018


Розробник: Остертаг Аліна Іванівна,
викладач циклової комісії природничих дисциплін
Університетського коледжу
Київського університету імені Бориса Грінченка,
Глухенька Людмила Миколаївна,
викладач циклової комісії природничих дисциплін
Університетського коледжу
Київського університету імені Бориса Грінченка,

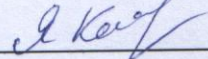
Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії природничих дисциплін

Протокол від «30» серпня 2018 р. № 1

Голова циклової комісії  Л. М. Глухенька

Робочу програму перевірено
«05» вересня 2018 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи  З.Л.Гейхман

Заступник директор з навчальної роботи  Я.В. Карлінська

Пролонговано:

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників | Характеристика навчальної дисципліни |
|---|--------------------------------------|
| | денна форма навчання |
| Вид дисципліни | обов'язкова |
| Мова викладання, навчання, оцінювання | українська |
| Загальний обсяг кредитів/годин | 4 / 120 |
| Курс | 2 |
| Семестр | 3,4 |
| Кількість змістових модулів з розподілом: | 4 |
| Обсяг кредитів | 4 |
| Обсяг годин, в тому числі: | 120 |
| Аудиторні | 72 |
| Модульний контроль | 8 |
| Семестровий контроль | залік |
| Самостійна робота | 40 |
| Форма семестрового контролю | залік |

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Робоча навчальна програма з дисципліни «Анатомія і фізіологія людини» є нормативним документом Університетського коледжу Київського університету імені Бориса Грінченка, який розроблено цикловою комісією природничих дисциплін на основі освітньо-професійної програми підготовки молодших спеціалістів відповідно до навчального плану для спеціальності 231 Соціальна робота (Соціальна педагогіка)

Вивчення дисципліни «Анатомія і фізіологія людини» передбачає розв'язання основного завдання фундаментальної професійної підготовки фахівців вищої кваліфікації, зокрема, опанування знань про організм як саморегульовану систему, закономірності росту та розвитку дітей та підлітків; вікові особливості опорно-рухової системи, серцево-судинної, дихальної систем, органів травлення та виділення, залоз внутрішньої секреції, сенсорних систем, вищої нервової діяльності; валеологічні аспекти психічного здоров'я, репродуктивне здоров'я та хвороби, що передаються статевим шляхом, вплив екологічних факторів на здоров'я людини.

Мета курсу – розкрити анатоμο-фізіологічні особливості організму в різні періоди онтогенезу, науково обґрунтувати заходи щодо збереження, зміцнення, розвитку і управління здоров'ям дітей і підлітків шкільного віку, створити стійку мотивацію щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я, сприяти формуванню оздоровчих умінь і навичок здорового способу життя.

Завдання курсу:

- ознайомлення з загальними закономірностями росту та розвитку дітей і підлітків, віковою періодизацією та критичними періодами розвитку;
- визначити фактори, які впливають на здоров'я: біологічні задатки і можливості, соціальне середовище, екологічні умови;
- формування «психології» здоров'я, мотивації до корекції способу життя індивідом із метою закріплення здоров'я;
- реалізація індивідуальних оздоровчих програм, первинної та вторинної профілактики захворювань, оцінка ефективності оздоровчих заходів.

У студентів мають бути сформовані такі предметні компетентності:

- знання анатомії та фізіології людини;
- знання особливостей свого здоров'я;
- дотримання правил особистої гігієни;
- знання основ профілактики різних захворювань;
- мотивація здорового способу життя;
- рівень засвоєння навичок здорового способу життя;
- уміння протистояти шкідливим впливам соціального середовища;
- прагнення до фізичного вдосконалення; дотримання правил гігієни; самостійне складання та дотримання режиму дня;
- володіння адекватною самооцінкою;
- відсутність шкідливих звичок;
- відсутність акцентуацій характеру;
- чітке усвідомлення необхідності фізичної культури як засобу здоров'я.

3. Результати навчання за дисципліною

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Анатомія та фізіологія людини»
студенти

➤ **володіють:**

- основними анатомічними поняттями та термінами,
- загальними закономірностями росту і розвитку дітей та підлітків;
- науково обґрунтованими гігієнічними рекомендаціями з організації навчально-виховного процесу, режиму дня і відпочинку, харчування дітей, обладнаю, планування і благоустрою дитячих закладів;

➤ **аналізують:**

- особливості будови органів дихання, травлення, обміну речовин, терморегуляції, виділення, вікові особливості функціонування нервової системи дитини, значення нервової та гуморальної систем в регуляції і узгодженості функцій організму дитини та взаємозв'язку організму з навколишнім середовищем;
- структурно-функціональні особливості соматичних, вегетативних, регуляторних, сенсорних та репродуктивної систем організму людини, основні показники їх стану та функціонування в умовах фізіологічної норми;
- психофізіологічні основи здоров'я;
- складові і фактори формування здорового способу життя;

➤ **виконують:**

- оцінку фізіологічного стану органів і систем організму людини;
- оцінку показників функціонування вегетативних, сенсорних систем;
- оцінку стану збудливих об'єктів, регуляторних систем та обміну речовин;

➤ **пояснюють:**

- закономірності і особливості впливу соціуму, які визначають здоров'я сучасної людини.
- необхідність для сучасної людини набуття знань, вмінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я;
- умови, закономірності та механізми реалізації окремих функцій організму людини і процесів його життєдіяльності в залежності від стану організму та умов довкілля;
- механізми інтегративної діяльності організму; фізіологічні основи методів дослідження функцій організму людини при різних фізіологічних станах;
- механізми біологічної регуляції функцій;

➤ **розпізнають:**

- основні чинники формування здорового способу життя; враховуючи специфіку здійснення психічних і психофізіологічних функцій на різних етапах розвитку дитячого організму,;
- етапи, найбільш чутливі до педагогічних впливів, направлених на розвиток сприймання, уваги і пізнавальних процесів;

- поняття «збудливість», «збудження», «фізіологічна система» організму, та роль механізмів регуляції в досягненні пристосувальної реакції;
- особливості умов, закономірностей та механізмів здійснення окремих функцій і процесів життєдіяльності організму в цілому в межах фізіологічної норми;
- структуру аналізаторів, класифікацію, структуру та основні функції рецепторів як першої ланки рефлекторної дуги в забезпеченні пристосувальної реакції організму та його систем;
- будову окремих органів та систем організму людини.

4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

| Назва змістовних модулів та тем | Усього | Розподіл годин між видами робіт | | | | | |
|---|------------|---------------------------------|-----------|-----------|-------------|---------------|------------|
| | | Аудиторні | | | | | Самостійна |
| | | Лекції | Семінари | Практичні | Лабораторні | Індивідуальні | |
| Змістовий модуль I | | | | | | | |
| Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Анатомія, вікова фізіологія опорно-рухової системи. Основи фізичного розвитку учнів | | | | | | | |
| Тема 1. Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків | 10 | 4 | | 2 | | | 4 |
| Тема 2. Анатомія та вікова фізіологія опорно-рухової системи. Будова та функції скелету людини. | 9 | 2 | 2 | | | 2 | 3 |
| Тема 3. М'язова система людини. Розвиток рухів у дітей. | 9 | 2 | 2 | | | 2 | 3 |
| Модульний контроль | 2 | | | | | | |
| Разом | 30* | 8 | 4 | 2 | | 4 | 10 |
| Змістовий модуль II. | | | | | | | |
| Вікові особливості крові і кровообігу Анатомія та вікова фізіологія дихальної системи. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. | | | | | | | |
| Тема 4. Внутрішнє середовище організму. Кров. Кровообіг. | 9 | 2 | 2 | | | 2 | 3 |
| Тема 5. Анатомія та вікова фізіологія дихальної системи. | 9 | 4 | 2 | | | | 3 |
| Тема 6. Анатомія та фізіологія травної системи. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. | 10 | 2 | 2 | | | 2 | 4 |
| Модульний контроль | 2 | | | | | | |
| Разом | 30* | 8 | 6 | | | 4 | 10 |
| Разом за 3 семестр | 60* | 16 | 10 | 2 | | 8 | 20 |
| Змістовий модуль III. | | | | | | | |
| Вікові особливості процесів виділення. Анатомія та фізіологія шкіри. Залози внутрішньої секреції. | | | | | | | |
| Тема 7. Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення. | 10 | 2 | 2 | | | 2 | 4 |
| Тема 8. Анатомія, фізіологія та гігієна шкіри. | 7 | 2 | 2 | | | | 3 |
| Тема 9. Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму | 11 | 4 | 2 | | | 2 | 3 |
| Модульний контроль | 2 | | | | | | |
| Разом | 30* | 8 | 6 | | | 4 | 10 |

Змістовий модуль IV.

Вікові особливості нервової системи, вищої нервової діяльності, аналізаторів. Гігієна навчально-виховного процесу в ЗОШ.

| | | | | | | | |
|--|------------|-----------|-----------|----------|--|----------|-----------|
| Тема 10. Біологічне значення, будова та розвиток нервової системи. | 12 | 2 | 2 | 2 | | 2 | 4 |
| Тема 11. Анатомія та фізіологія сенсорних систем. | 9 | 2 | 2 | | | 2 | 3 |
| Тема 12. Гігієна навчально-виховного процесу в ЗОШ. | 7 | 2 | 2 | | | | 3 |
| Модульний контроль | 2 | | | | | | |
| Разом | 30* | 6 | 6 | 2 | | 4 | 10 |
| Разом за 4 семестр | 60* | 14 | 12 | 2 | | 8 | 20 |

*з урахуванням модульного контролю

5. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків.

Предмет, завдання, методи анатомічних та фізіологічних досліджень. Визначення змісту вікової фізіології і шкільної гігієни. Шкільна гігієна в майбутній професійній діяльності учителя. Поняття про структурну і функціональну організацію організму. Загальна характеристика основних закономірностей росту і розвитку дітей і підлітків.

Поняття росту і розвитку. Вплив середовища на ріст і розвиток. Основні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. Акселерація (поняття і причини). Вікова періодизація.

Загальний огляд будови і функцій організму. Рівні організації тіла людини: клітина, тканина, органи, система органів, організм. Саморегуляція — універсальна властивість організму. Нервова і гуморальна регуляція функцій організму.

Поняття про здоров'я. Складові та чинники здоров'я. Здоровий спосіб життя та його складові. Поняття про геронтологію як науку. Загальні відомості про довголіття. Критерії біологічного віку. Визначення індивідуального рівня здоров'я. Спільна робота лікаря та педагога в школі.

Основні поняття теми: анатомія, фізіологія, вікова фізіологія, гігієна, акселерація, ріст, розвиток, органи, система органів, організм, процеси життєдіяльності, гомеостаз, саморегуляція, здоров'я, здоровий спосіб життя, валеологія, валеологічний моніторинг, ріст, розвиток, критичні періоди розвитку, вікова періодизація, хронологічний вік, біологічний вік, акселерація, геронтологія.

Практична робота №1.Тема:Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків

Рекомендовані джерела:

основні - 1,2,3

додаткові- 4

Тема 2. Анатомія та вікова фізіологія опорно-рухової системи. Будова та функції скелету людини.

Біологічне значення опорно-рухової системи. Загальні відомості про скелет: форма, з'єднання, будова і хімічний склад кісток, ріст кісток, частини скелета. Вікові особливості кісток та скелета. Анатомічна будова кістки: епіфіз та діафіз. Запобігання викривленню хребта і розвитку плоскостопості. Комплекс вправ для профілактики порушень постави. Комплекс вправ для виправлення (корекції) сутулості.

Основні поняття теми: опорно-рухова система, скелет, кістки: довгі, трубчасті, плоскі, короткі, змішані; типи з'єднання кісток, шви, суглоб, зв'язки, остеон, остецити, хрящ, хондроцити, хребець, частини скелету, гіподинамія, травми, переломи кісток, вивих, розтягнення зв'язок, удар м'яких тканин.

Семінар №1.Тема 2. Анатомія та вікова фізіологія опорно-рухової системи.

Рекомендовані джерела:

основні - 1,2,3

додаткові- 4

Тема 3. М'язова система людини. Розвиток рухів у дітей.

Загальні відомості про будову м'язів та їх основні групи у людському тілі. Розвиток рухів у дітей. Вікові особливості м'язового апарата. Біологічне значення скелетних м'язів. Будова і форма скелетних м'язів.Основні групи м'язів людського організму. Робота м'язів. Вікові особливості м'язового апарату. Розвиток рухів у дітей.

Профілактика та перша медична допомога при травматичних пошкодженнях опорно-рухового апарату.

Значення фізичної культури у розвитку опорно-рухового апарату в дітей та підлітків. Недостатній рівень рухової активності – гіподинамія, як фактор ризику. Гігієнічні вимоги до навчальних меблів та робочої пози учня. Гігієнічні основи фізичного виховання учнів.

Основні поняття теми: м'язи, синергісти, антагоністи, згиначі, розгиначі, скорочення м'язів, тонус м'язів, сила м'язів, втома м'язів, рухова активність, гіподинамія, постава, опорно-рухова система, скелет, кістки: довгі, трубчасті, плоскі, короткі, змішані; типи з'єднання кісток, шви, суглоб, зв'язки, остеон, остецити, хрящ, хондроцити, хребець, посмугований скелетний м'яз, фасція, м'язові волокна, міофібрили, актин, міозин, групи м'язів, динамічна робота, статична робота, фізична втома, постава, фізіологічна постава, патологічна постава, сколіоз, кіфоз, лордоз, плоскостопість.

Рекомендовані джерела:

основні - 1,2,5

додаткові- 1

Семинар №2. Тема : М'язова система людини. Розвиток рухів у дітей.

Тема 4. Внутрішнє середовище організму. Кров. Кровообіг.

Внутрішнє середовище організму: кров, лімфа, тканинна рідина.

Біологічне значення крові. Склад крові: плазма, формені елементи. Імунітет. Роль І.І.Мечникова у створенні вчення про імунітет. Інфекційні хвороби і боротьба з ними. Хвороби, пов'язані з порушенням функцій імунної системи (ревматизм, алергічні хвороби, СНІД). Загартування організму дітей і підлітків. Вікові особливості крові.

Кровообіг. Біологічне значення кровообігу. Будова і робота серця. Серцевий цикл. Регуляція роботи серця. Вікові зміни серця. Велике і мале коло кровообігу. Кровоносні судини: будова, функції. Регуляція роботи судин. Вікові особливості кровоносних судин. Особливості кровообігу плоду.

Основні поняття теми: внутрішнє середовище організму, тканинна рідина, лімфа, кров, плазма, кровотворення, крові, формені елементи крові: еритроцити, лейкоцити, тромбоцити; фізіологічний (ізотонічний) розчин, гіпертонічний розчин, гіпотонічний розчин, фагоцитоз, імунітет, імунна система, гемоглобін, депо крові, еритроцитом, еритропенія, зсідання крові, групи крові, переливання крові, зсідання крові, артерії, вени, капіляри, серце, стулкові, півмісяцеві клапани, цикл роботи серця, нервова регуляція, гуморальна регуляція, тиск крові, серцево-судинні захворювання, кровотечі.

Рекомендовані джерела:

основні - 1,2,5

додаткові- 1

Семинар №3. Тема : Внутрішнє середовище організму. Кров. Кровообіг.

Тема 5. Анатомія та вікова фізіологія дихальної системи.

Біологічне значення дихання. Загальна будова органів дихання (носова порожнина, носоглотка, гортань, трахея, бронхи, легені). Дихальні рухи (механізм вдиху і видиху). Типи дихання. Глибина і частота дихання. Газообмін у легенях і тканинах. Регуляція дихання. Особливості збудливості дихального центру у дітей. Вікові особливості будови і функції органів дихання. Валеологічне значення носового дихання.

Валеологічна оцінка мікроклімату приміщення. Гігієнічні вимоги до мікроклімату приміщення та перебування дітей та підлітків на повітрі. Особливості дихання під час спокою та фізичної роботи. Дихальні вправи для формування правильної дикції. Причини розладів дихання та перша допомога при них. Перша допомога при зупинці дихання: у разі утоплення, ураження електричним струмом, блискавкою.

Основні поняття теми: дихання, вдих, видих, життєва ємність легень, склад вдихувального і видихувального повітря, альвеолярне повітря, зв'язування кисню кров'ю, зв'язування вуглекислого газу кров'ю, дихальний центр, рефлекторна регуляція, гуморальний вплив на дихальний центр, перший вдих новонародженого, дихання при фізичній роботі, зупинка дихання, реанімація.

Семінар №4. Тема : Анатомія та вікова фізіологія дихальної системи.

Рекомендовані джерела:

основні - 1,2,3

додаткові- 1,4

Тема 6. Анатомія та фізіологія травної системи. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії.

Біологічне значення травлення. Система органів травлення: будова, функції. Особливості травлення в ротовій порожнині, шлунку, кишечнику. Регуляція травлення. Вікові особливості травлення. Профілактика шлунково-кишкових захворювань.

Обмін речовин як основна функція життя. Обмін білків, жирів, вуглеводів. Водний і мінеральний обмін. Вітаміни. Збереження вітамінів в їжі. Недостатнє харчування та його наслідки: дистрофія, обмеження росту, затримка статевого дозрівання. Надмірне харчування, ожиріння. Зміни в організмі при ожирінні. Вікові особливості пластичного та енергетичного обміну. Харчування. Харчовий раціон.

Валеологічні та гігієнічні основи харчування учнів. Значення та фізіологічні принципи раціонального харчування. Оздоровче та лікувальне харчування. Роздільне і змішане харчування. Вегетаріанство як система харчування. Калорійність добового раціону. Якісний склад добового раціону. Режим та організація харчування. Санітарний режим харчоблоку. Профілактика харчових отруєнь. Джерела радіаційного забруднення їжі та його наслідки. Методи очищення власного організму від токсичних речовин.

Основні поняття теми: органи травлення (ротова порожнина, стравохід, шлунок, кишки), травні залози (слинні, підшлункова, печінка), ферменти, регуляція травлення, ковтання, жування, слина, шлунковий сік, жовч, підшлунковий сік, перистальтика, дефекація, шлунково-кишкові захворювання, вітаміни, обмін речовин, дисиміляція (катаболізм), асиміляція (анаболізм), енергетичний і пластичний обмін, етапи обміну основних речовин, обмін білків, обмін вуглеводів, обмін жирів, вітаміни, харчування, харчовий раціон, калорійність.

Семінар №5. Тема : Анатомія та фізіологія травної системи.

Рекомендовані джерела:

основні - 1, 3,5

додаткові- 1,4

Тема 7. Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення.

Біологічне значення процесів виділення. Органи виділення людини.

Будова і функції сечовидільної системи людини. Механізм утворення первинної і вторинної сечі. Вікові особливості сечовидільної системи. Запальні явища

сечовидільної системи. Утворення каменів в нирках, можливі причини каменеутворення. Профілактика захворювань сечовидільної системи.

Основні поняття теми: органи виділення, нирки, нефрон, сечовід, сечовий міхур, сечівник, первинна сеча, вторинна сеча, захворювання сечовидільної системи.

Семинар №6. Тема : Загальна характеристика органів виділення.

Рекомендовані джерела:

основні - 1, 3, 5 додаткові- 1, 4

Тема 8. Анатомія, фізіологія та гігієна шкіри.

Будова і функції шкіри. Профілактика захворювань шкіри. Гігієна шкіри. Принципи загартування організму. Профілактика і перша допомога при тепловому, сонячному ударах, опіках та обмороженнях.

Основні поняття теми: шкіра, епідерміс, дерма, підшкірна клітковина, меланін

Рекомендовані джерела:

основні - 1, 2, 3 додаткові- 4

Семинар №7. Тема : Анатомія, фізіологія та гігієна шкіри.

Тема 9. Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму.

Загальні закономірності діяльності залоз внутрішньої секреції. Гормони. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. Щитоподібна залоза. Паращитоподібні залози. Гіпофіз. Епіфіз. Надниркові залози. Вилочкова залоза. Підшлункова залоза. Статеві залози. Статеве дозрівання. Статеве виховання учнів. Захворювання ендокринної системи: причини, ознаки, профілактика.

Основні поняття теми: залози внутрішньої секреції, гормони, гуморальна регуляція, ріст, розвиток, гомеостаз.

Семинар №8. Тема : Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму.

Рекомендовані джерела:

основні - 2, 3 додаткові- 4

Тема 10. Біологічне значення, будова та розвиток нервової системи.

Біологічне значення, загальний план будови нервової системи. Вікові зміни морфо-функціональної організації нейрона. Рефлекси. Рефлекторна дуга. Спинний мозок: будова, функції, особливості розвитку. Головний мозок: будова, функції, особливості розвитку.

Значення праць І.М.Сеченова та І.П.Павлова у вивченні функцій кори великого мозку. Умовні та безумовні рефлекси. Гальмування умовних рефлексів. Аналітико-синтетична діяльність. Перша і друга сигнальні системи. Увага. Пам'ять. Роль І.М.Сеченова і І.П.Павлова у створенні вчення про ВНД. Типи ВНД. Темперамент. Характер.

ВНД дитини та характеристика основних етапів її розвитку. Сон, його значення. Фізіологія сну. Гігієнічна організація сну. Стрес та його вплив на розвиток дитини. Шкідливий вплив куріння, наркотиків та вживання алкоголю на нервову систему та дитячий організм у цілому. Профілактика нервово-психічних порушень дитини. Валеологічні та гігієнічні основи психічного розвитку учнів.

Основні поняття теми: нервова система, центральна нервова система, периферична нервова система, нейрон, аксон, дендрит, біла речовина, сіра речовина, еферентні та аферентні нервові волокна, збудливість, провідність, гальмування, сила подразнення, рефлекс, рефлекторна дуга, спинний мозок, спинномозкові нерви, нервові сплетіння, головний мозок: довгастий мозок, вароліїв міст, мозочок,

середній мозок, проміжний мозок, черепно-мозкові нерви; кора півкуль головного мозку, зони кори півкуль головного мозку; соматична нервова система, вегетативна нервова система, умовні рефлексії, безумовні рефлексії, аналітико-синтетична діяльність, перша сигнальна система, друга сигнальна система, вища нервова діяльність, увага, пам'ять, темперамент, характер, стрес, алкоголь, наркотик, сенсорна система, аналізатор.

Семінар №9.Тема : Будова та розвиток нервової системи.

Практична робота №2.Тема: Будова та розвиток нервової системи.

Рекомендовані джерела:

основні - 2,3

додаткові- 2,4

Тема 11. Анатомія та фізіологія сенсорних систем.

Значення сенсорних систем для організму людини. Зорова сенсорна система: будова, функції. Порушення зору. Профілактика порушення зору у дітей та підлітків. Ембріологія ока. Вікові особливості зорових рефлекторних реакцій. Слухова сенсорна система: будова, функції. Хвороби вуха та гігієна слуху. Профілактика негативного впливу шкільного шуму на організм школяра. Вікові особливості слухового аналізатора.

Основні поняття теми: органи чуття, аналізатор, сенсорні системи, зоровий аналізатор, слуховий аналізатор, рецептори, адаптація, очне яблуко, допоміжний апарат ока, фоторецептори, сліпа пляма, жовта пляма, акомодация, далекозорість, короткозорість, рефракція, астигматизм, природне і штучне освітлення, світловий коефіцієнт, зовнішнє вухо, середнє вухо, внутрішнє вухо, фоторецептори, кортіїв орган.

Семінар №10.Тема : Анатомія та фізіологія сенсорних систем.

Рекомендовані джерела:

основні - 2,3,5

додаткові- 4

Тема12. Гігієна освітнього процесу в ЗОШ.

Визначення готовності дітей до навчання у школі. Особливості розумової праці. Розумова і фізична працездатність дитини. Стомлення, його фізіологічна сутність і діагностика. Педагогічні основи подолання ранньої втоми. Перевтома як патологічний стан, заходи щодо її запобігання та режим дня учня початкових класів. Сон та його гігієнічне значення. Порушення вищої нервової діяльності шкільного віку та їх профілактика. Стрес: різновиди, механізм виникнення, біологічне значення.

Основні поняття теми:

Готовність до школи, дошкільна і шкільна зрілість, працездатність, фаза входження в роботу, фаза оптимальної стійкості працездатності, фаза стомлення, охоронне гальмування, втома, рання втома, стомлення, стомлюваність, перевтома, режим дня.

Темперамент, сон, сновидіння, невроз, неврастенія, невроз нав'язливих станів, істеричний невроз, шкільний невроз, дидактогенний невроз, психогігієна, стрес.

Семінар №11.Тема : Гігієна освітнього процесу в ЗОШ.

Рекомендовані джерела:

основні - 2,3

додаткові- 1,4

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

| Вид діяльності студента | Максимальна кількість балів | Модуль 1 | | Модуль 2 | | Модуль 3 | | Модуль 4 | |
|---|-----------------------------|-------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------|
| | | Кількість одиниць | Максимальна кількість бал | Кількість одиниць | Максимальна кількість бал | Кількість одиниць | Максимальна кількість бал | Кількість одиниць | Максимальна кількість бал |
| Відвідування лекцій | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| Відвідування семінарських занять | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Відвідування практичних занять | 1 | 1 | 1 | - | - | - | - | 1 | 1 |
| Робота на семінарському занятті | 10 | 2(1) | 10 | 3(2) | 20 | 3(2) | 20 | 3(2) | 20 |
| Робота на практичному занятті | 10 | 1 | 10 | - | - | - | - | 1 | 10 |
| Лабораторна робота (в тому числі допуск, виконання, захист) | - | | | | | | | | |
| Виконання завдань для самостійної роботи | 5 | 3 | 15 | 3 | 15 | 3 | 15 | 3 | 15 |
| Виконання модульної роботи | 25 | 1 | 25 | 1 | 25 | 1 | 25 | 1 | 25 |
| Виконання поточного контролю | 10 | 1 | 10 | 1 | 10 | 1 | 10 | 1 | 10 |
| Разом | | | 77 | | 77 | | 77 | | 87 |
| Максимальна кількість балів | 318 | | | | | | | | |
| Розрахунок коефіцієнта: | $318/100=3,18$ | | | | | | | | |

6.2 Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання

| № з/п | Завдання для самостійної роботи | Кількість годин | Кількість балів |
|-------|---|-----------------|-----------------|
| 1. | Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей і підлітків. | 4 | |
| | Історія розвитку анатомії та фізіології. Методи дослідження в анатомії та фізіології. | | 5 |
| 2. | Анатомія та вікова фізіологія опорно-рухової системи. Будова та функції скелету людини. | 3 | 5 |
| | Вікові особливості м'язового апарату. Вплив фізичних вправ та трудової активності на ріст, розвиток та здоров'я дітей. Порушення опорно-рухового апарату та їх профілактика. | | |
| 3. | М'язова система людини. Розвиток рухів у дітей. | 3 | 5 |
| | Групи здоров'я дітей. | | |
| 4. | Внутрішнє середовище організму. Кров. Кровообіг. | 3 | 5 |
| | Порушення діяльності серцево-судинної системи. Профілактика захворювань серцево-судинної системи. Імунітет та імунна система. Лімфатична система. | | |
| 5. | Анатомія та вікова фізіологія дихальної системи. | 3 | 5 |
| | Вікові особливості процесів дихання. Регуляція дихальних рухів у дітей. Гігієна дихання. | | |
| 6. | Анатомія та фізіологія травної системи. Вікові особливості травлення, обміну речовин і енергії. | 4 | |
| | Вітаміни. Способи збереження вітамінів в їжі. | | 2 |
| | Зуби, їх ріст та розвиток. Гігієна ротової порожнини. | | 3 |
| 7. | Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення. | 4 | |
| | Вікові особливості діяльності нирок. | | 5 |
| 8. | Анатомія, фізіологія та гігієна шкіри. | 3 | 5 |
| | Вікові особливості будови та функцій шкіри. Участь шкіри в терморегуляції. | | |
| 9. | Залози внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. | 3 | |
| | Статеве дозрівання хлопчиків та дівчаток. Статеве виховання учнів. Цукровий діабет та його профілактика. Стрес, його причини, види, механізм виникнення та профілактика негативного стресу. | | 5 |
| 10. | Біологічне значення, будова та розвиток нервової системи. | 4 | |
| | Спинний мозок: будова, функції та розвиток. Сон, його значення та види. Гігієнічна організація сну дітей в навчально-виховних закладах. | | 5 |

| | | | |
|-----|---|---|---|
| 11. | Анатомія та фізіологія сенсорних систем. | 3 | 5 |
| | Гігієна зору. Профілактика короткозорості та далекозорості у дітей. Гігієна органів слуху. Вестибулярний апарат. Порушення координації рухів. | | |
| 12. | Гігієна навчально-виховного процесу в ЗОШ. | 3 | 5 |
| | Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів | | |

При перевірці та оцінюванні знань, якими оволодів майбутній спеціаліст застосовуються такі критерії:

- високий понятійний рівень;
- глибина, широта, повнота питання, що висвітлюється;
- осмисленість і усвідомленість затверджених положень теми, яка розкривається студентом;
- логічність та послідовність під час відповіді;
- доведення та аналіз теорій, концепцій, вчень, які вивчалися;
- самостійність мислення;
- впевненість в правоті своїх суджень;
- вміння виділяти головне;
- вміння встановлювати між предметні та внутрішньопредметні зв'язки;
- вміння робити висновки, показувати перспективу розвитку ідеї або проблеми;
- стилістично грамотна мова.

6.3 Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Завдання для модульної контрольної роботи містять різнорівневі тестові завдання (20 тестів) та запитання з розгорнутою відповіддю (2 запитання). За кожну правильну відповідь на 1 тестове завдання виставляється 0,5 бали, за неправильну відповідь – 0 балів, відповідь на запитання з розгорнутою відповіддю по 2,5 відповідно. Модульна контрольна робота вважається зарахованою, якщо вона оцінена на 5 та більше балів.

До модульної контрольної роботи допускаються студенти, які відвідали не менше 90% аудиторних занять і отримали не менше 60% від можливої кількості балів за поточну роботу.

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання

Семестровий контроль – залік.

Оцінювання знань, умінь і навичок при складанні заліку може відбуватися у такій послідовності:

1. Якщо студент упродовж семестру одержав від 60 до 100 балів, то за шкалою йому виставляється одна з оцінок і за національною шкалою оцінка «зараховано».

2. Якщо студент упродовж семестру одержав від 1 до 59 балів, то за шкалою йому виставляється оцінка «не задовільно» і за національною шкалою оцінка «не зараховано». Після додаткової роботи над навчальним матеріалом він зобов'язаний скласти залік.

6.5.Шкала відповідності оцінок

| Оцінка | Кількість балів |
|--------------|-----------------|
| Відмінно | 100-90 |
| Дуже добре | 82-89 |
| Добре | 75-81 |
| Задовільно | 69-74 |
| Достатньо | 60-68 |
| Незадовільно | 0-59 |

7. Навчально-методична карта дисципліни «Анатомія і фізіологія людини»

| Модулі | Змістовий модуль I | | | Змістовий модуль II | | |
|--|---|--|--|--|---|---|
| назва | Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей та підлітків. Віковий розвиток людини. | | | Вікові особливості крові та кровообігу. Анатомія та фізіологія дихальної системи. | | |
| лекції | 1-2 | 3 | 4 | 5 | 6-7 | 8 |
| теми лекцій | Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей та підлітків. | Анатомія та вікова фізіологія опорно-рухової системи. | М'язова система людини. Розвиток рухів у дітей. | Внутрішнє середовище організму. Кров та кровообіг. | Анатомія та фізіологія дихальної системи. | Анатомія, фізіологія та гігієна травної системи. Обмін речовин та енергії. |
| теми практичних та семінарських занять | П.р.№1 Оцінювання фізичного розвитку дітей. Визначення функціонального віку школярів.. | Семінар№1 Ріст та розвиток, будова та функції кісток. Скелет людини. | Семінар№2 Формування постави людини та її порушення | Семінар №3 Кров як тканина внутрішнього середовища організму. | Семінар№4 Анатомія та фізіологія дихальної системи. Вивчення можливостей дихальної системи. | Семінар№5 Анатомія, фізіологія і гігієна травної системи. Обмін речовин та енергії. |
| Поточний контроль контроль | Тести Модульна контрольна робота | | | Тести Модульна контрольна робота | | |
| Модулі | Змістовий модуль III | | | Змістовий модуль IV | | |
| назва | Вступ. Загальні закономірності росту та розвитку дітей та підлітків. Віковий розвиток людини. | | | Вікові особливості крові та кровообігу. Анатомія та фізіологія дихальної системи. | | |
| лекції | 9 | 10 | 11-12 | 13 | 14 | 15 |
| теми лекцій | Загальна характеристика органів виділення. Система сечовиділення. | Анатомія, фізіологія та гігієна шкіри. | Залози внутрішньої секреції. Ендокринна система. | Біологічне значення, будова та розвиток нервової системи. | Анатомія, фізіологія та гігієна сенсорних систем. | Гігієна навчально-виховного процесу в ЗОШ |
| теми практичних та семінарських занять | Семінар №6 Анатомія та фізіологія сечовидільної системи | Семінар №7 Анатомія, фізіологія та гігієна шкіри. | Семінар №8 Вікові особливості розвитку і функціонування ендокринних залоз. | Семінар №9 Механізм та умови утворення умовних рефлексів. П.р.№2 Діагностика типу нервової системи. | Семінар №10 Вікові особливості аналізаторів. Профілактика порушення зору та слуху у дітей та підлітків. | Семінар №11 Гігієна навчально-виховного процесу в навчальних установах. |
| Поточний контроль контроль | Тести Модульна контрольна робота | | | Тести Модульна контрольна робота | | |

8. Рекомендовані джерела

Основна (базова)

1. [Антонік, В. І.](#) Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навч. посібник для студ. вищ. навч. закл. / В. І. Антонік, І. П. Антонік, В. Є. Андріанов. - Київ : Професіонал ; Київ : Центр учбової літератури, 2009. - 336 с.
2. [Коляденко Г.І.](#) Анатомія людини : підручник для студ. природ. спец. вищ. пед. навч. закладів / Г. І. Коляденко ; М-во освіти і науки України. - 6-те вид. - Київ : Либідь, 2014. - 384 с.
3. [Маруненко І. М.](#) Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни : курс лекцій / І. М. Маруненко, Є. Неведомська, В. І. Бобрицька ; М-во освіти і науки України, Київський міський педагогічний університет імені Бориса Грінченка. - 2-е вид. - Київ : Професіонал, 2006. - 480 с.
4. [Помогайбо, В.](#) Основи антропогенезу : підручник / В. Помогайбо, А. Петрушов, Н. Власенко. - Київ : Академвидав, 2015. - 142 с. –
5. [Сидоренко, П. І.](#) Анатомія та фізіологія людини : підручник / П. І. Сидоренко, Г. О. Бондаренко, С. О. Куц. - Київ : Медицина, 2015. - 199 с.

Додаткова

1. [Осипенко, Г. А.](#) Основи біохімії м'язової діяльності: навчальний посібник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / Г. А. Осипенко. - Київ : Олімпійська література, 2007. - 198 с.
2. [Помогайбо, В. М.](#) Анатомія та еволюція нервової системи : навчальний посібник / В. М. Помогайбо, О. І. Березан. - Київ : Академвидав, 2013. - 158 с.
3. Тарасюк В.С. Ріст і розвиток людини : підручник для студ. вищ. медич. навч. закл. / В. С. Тарасюк [та ін.] ; ред.: В. С. Тарасюк, І. Ю. Андрієвський. - Київ : Медицина, 2008. - 400 с. : табл., мал.
4. [Чижик В. В.](#) Спортивна фізіологія : навчальний посібник для студентів / В. В. Чижик ; наук. ред. М. Макаренко ; худ. ред. Ю. Черняк ; рецензент Г. В. Коробейніков ; рецензент В. С. Лизогуб ; ред., рецензент М. В. Макаренко ; Міністерство освіти і науки України, Луцький інститут розвитку людини Університету "Україна", Херсонський державний університет. - Луцьк : Твердиня, 2011. - 256 с.

9. Додаткові ресурси

- 1.Аносов В.Х., Хоматов Н.Г., Сидоряк В.Г. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: lib.mdpu.org.ua/.../anosov_vkh_khomatov_ng_sidorjak_vkova_fzologja_z_osnovami_shklno_ggni.html.
- 2.Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури: [Електронний ресурс] – Режим доступу: chtyvo.org.ua/.../Anatomiiia_fiziolohtia_ditei_z_osnovamy_hihieny_ta_fizychnoi_kultury.pdf