

*Дисципліна:* **Вікова фізіологія і валеологія**

*Кількість кредитів:* 3

*Семестр:* 6

*Викладач:* **Марциновський Віталій Петрович**, к.б.н., професор

*E-mail:* biossapun@ukr.net

*Консультації:* щопонеділка з 15 год. до 16 год. у навчальній лабораторії 224 гурт. 7 кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії

#### **Анотація дисципліни**

Ріст і розвиток дитини відбувається поетапно під впливом генетичної інформації, позитивних та негативних факторів довкілля. На кожному віковому періоді розвитку дитини аж до досягнення повної зрілості захисні механізми на вплив негативних факторів довкілля ще недостатньо сформовані, що призводить до погіршення стану здоров'я, а іноді до виникнення цілого ряду захворювань. Знання анатомо-фізіологічних особливостей розвитку дитини, можливості її організму дає змогу науково обґрунтовано впливати на збереження та зміцнення здоров'я дітей і підлітків поступально на кожному етапі їх розвитку через дотримання основних валеологічних засад. Якраз валеологія спрямована на формування валеологічної свідомості у підростаючого покоління, а одним із головних суб'єктів досягнення цієї мети є педагог, бо він формує з дитини особистість. Тому основним завданням курсу «Вікова фізіологія і валеологія» є формування особистості вчителя, який би зміг бути пропагандистом, провідником і вихователем здорового способу життя, адекватного кожному віковому періоду розвитку дітей.

**Передумови вивчення дисципліни.** Ефективність засвоєння матеріалу дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія» значно підвищиться, якщо здобувач вищої освіти попередньо опанував матеріали таких дисциплін як: «Анатомія і фізіологія людини», «Фізіологія людини і тварин», «Педагогіка», «Психологія».

#### **Мета та завдання дисципліни**

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія» є розкрити зміст і предмет вікової фізіології та валеології, поняття про ріст і розвиток; охарактеризувати вікові періоди онтогенезу та вікові особливості розвитку систем організму дітей і підлітків. Знання даних понять дадуть змогу майбутньому педагогу виховувати бережливе ставлення до свого здоров'я у дітей та підлітків.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія» є: сформувані у студентів знання про вікову фізіологію та валеологію; розглянути поняття ріст та розвиток; розкрити суть вікових періодів онтогенезу; навчити студентів комплексно підходити до вивчення вивчення особливостей розвитку систем організму дітей та підлітків.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні набути таких **компетентностей**:

ЗК 03. Здатність діяти соціально, відповідально та свідомо.

ЗК 06. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

СК 12. Здатність вивчити психологічні особливості засвоєння учнями навчальної інформації з метою діагностики, прогнозу ефективності та корекції освітньо-виховного процесу у середній школі.

### **Програмні результати навчання**

ПРН 25. Забезпечує рівноправне справедливе освітнє середовище, що сприяє навчанню всіх учнів незалежно від їх соціально-культурно-економічних особливостей.

Набути **соціальних навичок** (soft-skills):

- комунікації;
- здатність навчатися протягом усього життя;
- креативність.

### **Програма навчальної дисципліни**

1.1. Вступ. Значення вікової фізіології та валеології для педагогіки, психології. Організм як саморегулююча система.

1.2. Закономірності росту та розвитку організму дитини.

1.3. Вікові періодизація за біологічними особливостями та періодами навчання.

#### **Змістовий модуль №2**

2.1. Вікові особливості функціонування опорно-рухового апарату.

Профілактика захворювань і травм опорно-рухового апарату дітей.

2.2. Вікові особливості серцево-судинної системи.

2.3. Вікові особливості дихальної системи.

2.4. Вікові особливості травної системи.

2.5. Загальна характеристика та фізіологія органів виділення.

2.6. Вікові особливості нервової системи та функціонування аналізаторів.

Профілактика порушень зору і слуху у дітей та підлітків.