

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
БЕРДЯНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Рішення вченої ради
Бердянського державного
педагогічного університету

від «31» серпня 2017 року
(протокол № 1)

Вікова фізіологія

(назва навчальної дисципліни)

ПРОГРАМА
обов'язкової навчальної дисципліни
підготовки бакалавра
(назва освітнього ступеня)
спеціальності 014 Середня освіта (Здоров'я людини)
(шифр і назва спеціальності)

**Бердянськ
2017 рік**

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: доцент кафедри основ здоров'я, фізичної реабілітації та екології Книш С. І.

Обговорено та рекомендовано методичною радою Бердянського державного педагогічного університету “16” червня 2017 року, протокол № 8.

Вступ

Програма вивчення обов'язкової навчальної дисципліни «Вікова фізіологія» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки освітнього ступеня *бакалавр*, галузі знань *01 Освіта / Педагогіка*, спеціальності *014 Середня освіта (Здоров'я людини)*.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Вікова фізіологія» є вивчити вікові особливості будови тіла людини; оволодіти знаннями що до закономірностей функціонування живих організмів, їхніх окремих систем, органів, тканин, клітин, взаємозв'язок організму з зовнішнім середовищем; ознайомити студентів з біохімічними основами спортивної техніки; набуття знань та навичок, необхідних для правильного виконання фізичних вправ, для викладання дисциплін з формування фізичної культури, ведення позакласної роботи; здобути знання, необхідні для розробки індивідуальних методів тренувань, врахування оптимальних навантажень на організм, для розробки дієт, які сприяють відновленню організму при інтенсивних фізичних навантаженнях.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Вікова фізіологія» є:

- 1) забезпечити майбутнього спеціаліста знаннями про основи життєдіяльності, про зміни, що відбуваються в організмі при фізичних навантаженнях, при відхиленнях від норм здоров'я;
- 2) забезпечити навичками проведення найпростіших визначень біологічно активних речовин як неорганічної, так і органічної природи та використовувати аналітичні прилади, одержати знання про теоретичні основи здорового способу життя – правильне харчування, раціональні фізичні навантаження;
- 3) надати знання з анатомії та фізіології, необхідними для розробки індивідуальних методів тренувань, врахування оптимальних навантажень на організм, для розробки дієт, які сприяють відновленню організму при інтенсивних фізичних навантаженнях;
- 4) вивчити основні поняття анатомії, будову клітини, тканин, будову тіла людини, типи конституції людини, антропометрію;
- 5) забезпечити студентів знаннями про морфо-функціональну організацію тіла людини;
- 6) забезпечити студентів знаннями про рівні організації живих систем – від молекулярного до системного;
- 7) вивчити закономірності функціонування живих організмів.

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

ЗК 3. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями впродовж життя.

ЗК 7. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК 7. Здатність здійснювати безпечні біологічні дослідження, інтерпретувати результати.

ФК 8. Здатність розуміти й уміти пояснити будову, функції, життєдіяльність організму людини

Та демонструвати такі результати навчання:

ПРН 19. Уміти вчитися і оволодівати сучасними знаннями впродовж життя, володіти прийомами самовдосконалення.

ПРН 20. Застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ПРН 11. Виконувати експериментальні дослідження, інтерпретувати результати.

ПРН 9. Знати будову й функції організму людини, особливості життєдіяльності.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 180 год, 6 кредитів

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Вікова фізіологія як наука.

Тема 1. Вікова анатомія та фізіологія.

охарактеризувати ВАФ як науку про специфічну форму пізнання людської періодизації розвитку.

Тема 2. Фізіологічні особливості індивідуального розвитку.

охарактеризувати основні вікові особливості індивідуального розвитку.

Змістовий модуль 2. Вікові особливості нервової системи.

Тема 3. Анатомія та фізіологія нервової системи.

охарактеризувати основні анатомічні та фізіологічні особливості нервової системи людини.

Тема 4. Вікові особливості нервової системи та ВНД

охарактеризувати основні вікові особливості нервової системи та ВНД людини

Змістовий модуль 3. Вікові особливості сенсорних систем людини.

Тема 5. Сенсорні системи людини. : охарактеризувати основні вікові особливості розвитку сенсорних систем в онтогенезі.

Тема 6. Розвиток сенсорних систем в організмі.

охарактеризувати основні вікові особливості розвитку сенсорних систем в онтогенезі.

Змістовий модуль 4. Гуморальна регуляція організму.

Тема 7. Гуморальна регуляція організму.

охарактеризувати основні вікові особливості розвитку ендокринної системи.

Тема 8. Вікові особливості серцево – судинної системи.

Охарактеризувати основні вікові особливості серцево – судинної системи.

Змістовний модуль 5. Вікові особливості системи крові та кровообігу.

Тема 9. Фізіологічні особливості системи крові та кровообігу.

охарактеризувати фізіологічні особливості системи крові та кровообігу.

Тема 10. Фізіологічні особливості системи крові та кровообігу.

охарактеризувати фізіологічні особливості системи крові та кровообігу.

Змістовний модуль 6. Вікові особливості дихальної та травної систем

Тема 11. Вікові особливості дихальної системи.

охарактеризувати фізіологічні особливості дихальної системи.

Тема 12. Вікові особливості травної системи.

охарактеризувати фізіологічні особливості травної системи.

Змістовний модуль 7. Вікові особливості розвитку опорно-рухового апарату та внутрішньої секреції.

Тема 13. Вікові особливості залоз внутрішньої секреції.

охарактеризувати фізіологічні особливості залоз внутрішньої секреції.

Тема 14. Вікові особливості розвитку опорно-рухового апарату.

охарактеризувати фізіологічні особливості розвитку опорно-рухового апарату.

Змістовний модуль 8. Вікові особливості розвитку статевої та сечовидільної системи.

Тема 15. Вікові особливості розвитку статевої системи.

охарактеризувати фізіологічні особливості розвитку статевої системи.

Тема 16. Вікові особливості розвитку сечовидільної системи.

охарактеризувати фізіологічні особливості розвитку сечовидільної системи.

Змістовний модуль 9. Вікові особливості нервової системи.

Тема 17. Вікові особливості розвитку вегетативна нервової системи.

Охарактеризувати вікові особливості розвитку вегетативна нервової системи

Тема 18. Ендокринні залози. Вікові особливості розвитку

Охарактеризувати вікові особливості розвитку ендокринної системи.

Змістовний модуль 10. Сенсорна система

Тема 19. Вікові особливості органів чуття.

охарактеризувати фізіологічні особливості органів чуття.

Тема 20. Основи здорового способу життя.

охарактеризувати основні особливості здорового способу життя; вивчити поняття здоров'я та його особливості.

Змістовний модуль 11. Нервова система.

Тема 21. Вікові особливості ВНД.

Охарактеризувати вікові особливості ВНД

Тема 22. Вікові особливості розвитку нервової системи.

Охарактеризувати вікові особливості розвитку центральної та перифіричної нервової системи.

Змістовний модуль 12. Вікові особливості розвитку м'язів

Тема 23-24. Вікові особливості розвитку м'язів різних відділів тіла

Охарактеризувати вікові особливості розвитку м'язів різних відділів тіла: м'язи шийні й жувальні, поверхневі й глибокі м'язи шиї, м'язи грудної клітки, живота, спини, таза, м'язи кінцівок, розвиток м'язової системи.

3. Рекомендована література

Базова

1. Анатомія людини : підручник : у 3 т. Т 1 / А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін [та ін.]. – Вид. 6, доопрац. – Вінниця : Нова Книга, 2016. – 456 с. : іл.
2. Анатомія людини : підручник : у 3 т. Т 2 / А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін [та ін.]. – Вид. 6, доопрац. – Вінниця : Нова Книга, 2016. – 456 с. : іл.
3. Анатомія людини : підручник : у 3 т. Т 3 / А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін [та ін.]. – Вид. 6, доопрац. – Вінниця : Нова Книга, 2016. – 456 с. : іл.
4. Анатомія та фізіологія з патологією \ Під ред Я.І.Федонюка. – К. : Либідь, 2011.- 700С.
5. Вікова фізіологія та шкільна гігієна: навч.-метод. посібник / укладач. Любов Корінчак. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2018. – 320 с. : іл.
6. Вовканич Л. В. Вікова анатомія і фізіологія : навч. посіб. для практич. занять / Любомир Вовканич. - Львів : ЛДУФК, 2016. - 208 с
7. Мягченко О.П. Біохімія людини. – Бердянськ. – 2011. – 127 с
8. Неведомська Є. О., Маруненко І. М. Вікова фізіологія, валеологія і шкільна гігієна: навч.-метод. посіб. з питань проведення практичних і самостійних робіт [для студ. небіол. спец. вищ. навч. закл.] / Є. О. Неведомська, І. М. Маруненко. – 8-ме вид., перероб. і доп. – К. : Київськ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2014. – 46 с.
9. Посібник до вивчення курсу «Вікова фізіологія та валеологія людини» [Електроний текст] / П. М. Полушкін. – Д.: ДНУ, 2015. – 138 с.

Допоміжна

1. Антипчук Ю.П. Анатомія і фізіологія дитини. – К.: Вища школа, 1984.
2. Коляденко Г.І. Анатомія людини: підруч. для студ. природ. спец. вищ. пед. навчзакл. 5-те вид. – К.: Лиибідь, 2009. 384 с., іл.
3. Мягченко О.П. Основи біохімії. – Бердянськ. – 2006. – 127 с.
4. Плахтій П. Фізіологія людини. В 3-х частинах. Ч II. Практикум: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: ПП Мошак М.І., 2005.- 240 с.
5. Чайченко Г.М. Фізіологія людини і тварин: підручник / К.: Вища шк., 2003. 463 с.
6. Шевчук В.Г. Посібник з фізіології. – Вінниця: НОВА КНИГА, 2005. – 576 с.
7. Хоменко, Б. Г. Анатомія і фізіологія дитячого організму [Электронный ресурс] : навчальний посібник / Б.Г. Хоменко, О.М. Дідков ; НПУ ім. М.П. Драгоманова. - Київ : НПУ , 2004. - 373 с.

15. Інформаційні ресурси

Учебная литература для студентов-<http://bibliotekar.ru/447/index.htm>

Физиология человека-<http://meduniver.com/Medical/Physiology/>

Физиология в картинках-
<http://www.google.com.ua/search?q=%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F+%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0&hl=ru&client=opera&hs=Kbt&rls=ru&channel=suggest&prmd=imvns&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=yVtIUMvzM83QsgbmVYDwCA&ved=0CDcQsAQ&biw=1333&bih=602>

Физиология человека- <http://www.medicinform.net/human/fisiology.htm>

Физиология человека. Под ред. Покровского В.М., Коротько Г.Ф.-
<http://www.alleng.ru/d/bio/bio034.htm>

Физиология человека. В 3-х томах. Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса-
<http://www.alleng.ru/d/bio/bio010.htm>

Анатомия человека. Физиология человека- <http://e-anatomy.ru/>

Картинки по запросу анатомия человека-
<http://www.google.com.ua/search?q=%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D1%82%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D1%8F+%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0&hl=ru&client=opera&sa=X&rls=ru&channel=suggest&prmd=imvnsa&tbm=isch&tbo=u&source=univ&ei=811IUPfIL4HOtAbOzIGwDg&ved=0CCIQsAQ&biw=1333&bih=602>

Анатомия - анатомический атлас человека.- <http://www.anatomy.tj/>

Анатомия человека, строение органов их функции- <http://www.anatomus.ru/>

Видеоролики- <http://meduniver.com/Medical/Video/23.html>

<http://meduniver.com/Medical/Video/433.html>

4. Методи навчання:

Словесні: пояснення, розповідь, лекція, бесіда (вступна, бесіда-повідомлення, бесіда-повторення).

Наочні: ілюстрування, демонстрування, самостійне спостереження.

Практичні: вправи, практичні роботи.

Методи оволодіння знаннями, формування умінь і навичок, застосування отриманих знань, умінь і навичок.

Метод навчальної дискусії – суперечка, обговорення будь-якого питання навчального матеріалу.

Метод пізнавальних ігор – моделювання життєвих ситуацій, що викликають інтерес до навчальних предметів.

Метод створення ситуації новизни навчального матеріалу; метод опори на життєвий досвід здобувачів.

Методи оцінювання: метод усного контролю: основне запитання, додаткові, допоміжні; запитання у вигляді проблеми; індивідуальне, фронтальне

опитування і комбіноване; метод письмового контролю; метод тестового контролю.

5. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік

6. Система оцінювання:

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою		Оцінка шкалою ЄКТС
	Для підсумкового семестрового контролю, що включає екзамен, курсову роботу, практику	Для підсумкового семестрового контролю, що включає залік	Для всіх видів підсумкового контролю
90-100	відмінно	зараховано	A (відмінно)
65-89	добре		BC (добре)
50-64	задовільно		DE (задовільно)
35-49	незадовільно	не зараховано	FX (незадовільно) з можливістю повторного складання
1-34	незадовільно		F (незадовільно) з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

7. Додаткова інформація
