

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА
УНІВЕРСИТЕТСЬКИЙ КОЛЕДЖ**

Циклова комісія викладачів природничих дисциплін

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор
з науково-методичної
та навчальної роботи



О.Б.Жильцов
2015р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Загальна фізіологія

галузь знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини

спеціальність 5.01020101 Фізичне виховання

інститут, факультет, відділення Університетський коледж

Київ – 2015 рік

Робоча програма «Загальна фізіологія» для студентів

галузь знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини

спеціальність: 5.01020101 Фізичне виховання

“25” серпня 2015 року

Розробник: Камінецька Анна Романівна
викладач циклової комісії природничих дисциплін
Університетського коледжу Київського університету
імені Бориса Грінченка

Робоча програма затверджена на засіданні циклової комісії природничих дисциплін

Протокол № 1 від. “25” серпня 2015 року

Голова циклової комісії  Глухенька Л.М.

Розподіл годин звірено з робочим навчальним планом, структура типова

Заступник директора

з навчальної роботи

 (С.І. Дем'яненко)

Заступник директора

з навчально-методичної роботи

 (З.Л. Гейхман)

Схвалено Методичною радою Університетського коледжу
Київського університету імені Бориса Грінченка

Протокол № 1 від “31” серпня 2015 року

Голова  (М.В.Братко)



1. Опис предмету навчальної дисципліни

Курс	Напрямок, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
Кількість кредитів, відповідних ECTS: <i>4,5 кредити</i> Змістові модулі: 4,5 Загальна кількість годин: 162 години	Шифр та назва галузі 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» Шифр та назва спеціальності 5.01020101 «Фізичне виховання» Освітньо-кваліфікаційний рівень «молодший спеціаліст»	Нормативна	
		Рік підготовки: 2 Семестр: 3, 4	
		3 семестр	4 семестр
		Аудиторні заняття: 90 годин	
		20 год	70 год
		Лекції 24 години	
		6 год	18 год
		Практичні заняття 30 годин	
		6 год	24 год
		Семінарські заняття 10 годин	
		2 год	8 год
		Індивідуальна робота 18 годин	
		4 год	14 год
		Самостійна робота 72 годин	
		16 год	56 год
		Підсумковий модульний контроль 8 годин	
		2 год	6 год
		Вид контролю: іспит	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Сучасна теорія і практика фізичного виховання та спорту потребують поглиблених знань біологічних основ життєдіяльності людини. Майбутнім спеціалістам доведеться не тільки розробляти стратегію і тактику подальшого розвитку фізичної культури, планувати і приймати управлінські рішення, а й знаходити резерви підвищення ефективності роботи працівників, оцінювати результати їхньої діяльності.

У зв'язку з цим у процесі підготовки спеціалістів галузі фізичного виховання, фізичної реабілітації та рекреації на базовому етапі підготовки студенти повинні отримати глибокі знання з фізіології людини. Це допоможе успішно вирішувати питання практичної діяльності: пошуку ефективних засобів і методів підвищення працездатності, регламентації фізичної роботи та відпочинку, об'єктивної оцінки рівня підготовки, розробки шляхів реабілітації після фізичної перетренованості або спортивних травм.

Таким чином, загальна фізіологія, виступає як базова наукова дисципліна покликана сформувати у студентів біологічне теоретичне мислення з одночасним вивченням дисципліни анатомії людини.

Мета викладання дисципліни «Загальна фізіологія» – сформувати у студентів поняття про цілісність живого організму та його життєдіяльність у взаємодії з зовнішнім середовищем. Тому курс має такі аспекти:

- розкрити фізіологію як науку про життєдіяльність організму людини в його взаємодії із зовнішнім середовищем, що є важливою теоретичною і біологічною основою методологічних знань, спрямованих на підтримку здоров'я людини, її активної соціальної діяльності, ефективності у виборі свого рухового режиму;
- навчити студента, як на фундаментальному рівні працюють усі системи життєзабезпечення організму людини, розуміти види регуляції всіх фундаментальних систем та їх взаємодію;
- розвинути аналітичне мислення для раціонального сприйняття живої

природи та сформувати вміння і навички з використання

Мета курсу – вивчення закономірностей та механізмів функціонування організму людини як єдиного цілого, та його окремих структурних елементів у їх взаємозв'язку та у взаємодії організму з зовнішнім середовищем; поведінки та адаптації організму, їх онтогенетичні особливості.

Завдання курсу:

1. Сформувати комплексні та цілісні знання з питань структурно-функціональних особливостей соматичних, вегетативних, регуляторних, сенсорних та репродуктивної систем організму;
2. З'ясувати умови, закономірності та механізми реалізації окремих функцій і процесів життєдіяльності організму в цілому в умовах фізіологічної норми;
3. Познайомити з принципами методів вивчення функцій та процесів життєдіяльності організму людини, визначення основних показників їх функціонального стану;
4. Сприяти вирішенню проблем які пов'язані з формуванням фізичного, психічного, духовного, сексуального здоров'я та сприяють формуванню здорового способу життя;
5. Надати навички самостійної роботи при дослідженні функцій у здорової людини при різних фізіологічних станах (спокій, діяльність, відпочинок), без втручання в діяльність організму;
6. Вміння аналізувати та пояснювати результати фізіологічних досліджень, коригувати роботу систем організму з метою оздоровлення та підвищення функціональних резервів організму і його функціональних систем.
7. Сформувати у студентів практичні навички необхідні для професійної діяльності в галузі фізичне виховання, спорт і здоров'я людини.

Вивчення дисципліни «Загальна фізіологія» базується на засадах інтеграції теоретичних і практичних знань, отриманих студентами у

загальноосвітніх навчальних закладах (природознавство, основи біології, фізика, хімія, валеологія, основи безпеки життєдіяльності, фізична культура, трудове навчання тощо), одержаних в ході оволодіння загальноосвітніми дисциплінами у вищому закладі, а також набутих життєвим досвідом.

У студентів мають бути сформовані такі предметні компетентності:

- знання анатомії та фізіології людини;
- базові уявлення про будову організму людини, розподіл на системи та апарати; розуміння взаємозв'язку між системами організму;
- розуміння механізмів функціонування систем людського організму;
- базові уявлення про закономірності відтворення й індивідуального розвитку біологічних об'єктів; знання анатомічної номенклатури;
- знання особливостей свого здоров'я та дотримання правил особистої гігієни;
- знання основ профілактики різних захворювань;
- засвоєння навичок здорового способу життя;
- прагнення до фізичного вдосконалення; дотримання правил гігієни; самостійне складання та дотримання режиму дня;
- чітке усвідомлення необхідності фізичної культури як засобу здоров'я;
- здатність використовувати математичний апарат для освоєння теоретичних основ і практичного використання при оцінюванні фізіологічного стану організму людини.

Кількість годин, відведених навчальним планом на вивчення дисципліни «Загальна фізіологія», становить 162 годин /4,5 кредити ECTS., із них: 24 год – лекції, 10 год – семінарські заняття, 30 год – практичні заняття, 18 год – індивідуальна робота, 72 год – самостійна робота, 8 год – модульний контроль. Вивчення навчальної дисципліни «Загальна фізіологія» завершується складанням іспиту.

3. ПРОГРАМА

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

**Поняття загальна фізіологія. Спосіб життя та здоров'я
Фізіологічні властивості кардіореспіраторної системи**

- Тема 1. Загальна фізіологія, гомеостаз.
- Тема 2. Фізіологія дихання.
- Тема 3. Фізіологія крові, серця та кровообігу.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

Фізіологія органів травлення, системи виділення та ендокринної системи

- Тема 4. Фізіологія системи травлення.
- Тема 5. Фізіологія сечостатевої системи.
- Тема 6. Фізіологія залоз внутрішньої секреції.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

Обмін речовин та терморегуляція

- Тема 7. Обмін речовин. Основні хімічні компоненти клітин.
- Тема 8. Обмін енергії.
- Тема 9. Тепловий баланс і регуляція температури тіла.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV

Фізіологія нервової системи та системи аналізаторів

- Тема 10. Закономірності подразнення клітин електричним струмом.
- Тема 11. Будова і функції центральної периферійної нервової системи.
- Тема 12. Фізіологія поведінкових актів. Інтегративна функція центральної нервової системи.

4. Структура навчальної дисципліни

№ п/п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин							
		Разом	Аудиторних	Лекцій	Модульний контроль	Практичних	Семінарських	Індивідуальна робота	Самостійна робота
І семестр									
Змістовий модуль І									
Поняття загальна фізіологія. Спосіб життя та здоров'я. Фізіологічні властивості кардіореспіраторної системи									
1.	Тема 1. Загальна фізіологія, гомеостаз.	12	6	2		2	2		6
2.	Тема 2. Фізіологія дихання.	11	6	2		2		2	5
3.	Тема 3. Фізіологія крові, серця та кровообігу.	13	8	2	2	2		2	5
	Разом	36	20	6	2	6	2	4	16
	За І семестр разом	36	20	6	2	6	2	4	16
ІІ семестр									
Змістовий модуль ІІ.									
Фізіологія органів травлення, системи виділення та ендокринної системи									
4.	Тема 4. Фізіологія системи травлення	11	6	2		2		2	5
5.	Тема 5. Фізіологія сечостатевої системи	11	6	2		2	2		5
6.	Тема 6. Фізіологія залоз внутрішньої секреції.	14	8	2	2	2		2	6
	Разом	36	20	6	2	6	2	4	16
Змістовий модуль ІІІ.									
Обмін речовин та терморегуляція									
7.	Тема 7. Обмін речовин. Основні хімічні компоненти клітин	11	6	2		2		2	5
8.	Тема 8. Обмін енергії	12	6	2		2		2	6
9.	Тема 9. Тепловий баланс і регуляція температури тіла.	13	8	2	2	2	2		5
	Разом	36	20	6	2	6	2	4	16
Змістовий модуль ІV.									
Фізіологія нервової системи та системи аналізаторів									
10.	Тема 10. Закономірності подразнення клітин електричним струмом.	30	16	2		4	4	6	14
11.	Тема 11. Будова і функції центральної периферійної нервової системи.	9	6	2		4			3
12.	Тема 12. Фізіологія поведінкових актів. Інтегративна функція центральної нервової системи.	15	8	2	2	4			7
	Разом	54	30	6	2	12	4	6	24
	За ІІ семестр разом	126	70	18	6	24	8	14	56
	Разом за навчальним планом	162	90	24	8	30	10	18	72

IV. НАВЧАЛЬНО-МЕДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ «ЗАГАЛЬНА ФІЗІОЛОГІЯ»

Разом становить 162 годин /4,5 кредити ECTS., із них 24 години – лекції, 10 годин – семінарські заняття,

30 годин – практичні заняття, 18 годин – індивідуальна робота, 72 години – самостійна робота, 8 годин – модульний контроль.

Семестр	3 СЕМЕСТР								
Модулі	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І.								
Назва модуля	ПОНЯТТЯ ЗАГАЛЬНА ФІЗІОЛОГІЯ. СПОСІБ ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я. ФІЗІОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ КАРДІОРЕСПІРАТОРНОЇ СИСТЕМИ								
Кількість балів за модуль	97 БАЛІВ								
Лекції	1			2			3		
Теми лекційних занять	Загальна фізіологія. Гомеостаз			Фізіологія дихання			Фізіологія крові, серця та кровообігу		
Теми семінарських занять			Семінар №1 Спосіб життя та здоров'я						
Теми практичних занять		Практ. №1 Загальна фізіологія. Гомеостаз			Практ. №2 Фізіологія дихання			Практ. №3 Фізіологія крові, серця та кровообігу	
Теми індивідуальної роботи						Фізіологія дихання			Фізіологія крові, серця та кровообігу
Самостійна робота	5 балів			5 балів			5 балів		
Види поточного контролю	ТЕСТИ – 10 БАЛІВ								
Підсумковий контроль	МОДУЛЬНА КОНТРОЛЬНА РОБОТА – 25 БАЛІВ								

Семестр	4 СЕМЕСТР								
Модулі	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II.								
Назва модуля	ФІЗІОЛОГІЯ ОРГАНІВ ТРАВЛЕННЯ, СИСТЕМИ ВИДІЛЕННЯ ТА ЕНДОКРИННОЇ СИСТЕМИ								
Кількість балів за модуль	97 БАЛІВ								
Лекції	4			5			6		
Теми лекційних занять	Фізіологія системи травлення			Фізіологія сечостатевої системи			Фізіологія залоз внутрішньої секреції		
Теми семінарських занять					Семінар №2 Фізіологія сечостатевої системи				
Теми практичних занять		Практ. №4 Фізіологія системи травлення				Практ. №5 Фізіологія сечостатевої системи		Практ. №6 Фізіологія залоз внутрішньої секреції	
Теми індивідуальної роботи			Фізіологія системи травлення						Фізіологія залоз внутрішньої секреції
Самостійна робота	5 балів			5 балів			5 балів		
Види поточного контролю	ТЕСТИ – 10 БАЛІВ								
Підсумковий контроль	МОДУЛЬНА КОНТРОЛЬНА РОБОТА – 25 БАЛІВ								

Семестр	4 СЕМЕСТР								
Модулі	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III.								
Назва модуля	ОБМІН РЕЧОВИН ТА ТЕРМОРЕГУЛЯЦІЯ								
Кількість балів за модуль	97 БАЛІВ								
Лекції	7			8	9				
Теми лекційних занять	Обмін речовин. Основні хімічні компоненти клітин			Обмін енергії	Обмін енергії				
Теми семінарських занять								Семінар №3 Тепловий баланс і регуляція температури	
Теми практичних занять		Практ. №7 Обмін речовин. Основні хімічні компоненти клітин				Практ. №8 Обмін енергії			Практ. №9 Тепловий баланс і регуляція температури
Теми індивідуальної роботи			Обмін речовин. Основні хімічні компоненти клітин				Обмін енергії		
Самостійна робота	5 балів			5 балів				5 балів	
Види поточного контролю	ТЕСТИ – 10 БАЛІВ								
Модульний контроль	МОДУЛЬНА КОНТРОЛЬНА РОБОТА – 25 БАЛІВ								

Семестр	4 СЕМЕСТР													
Модулі	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ VI.													
Назва модуля	ФІЗІОЛОГІЯ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ ТА СИСТЕМИ АНАЛІЗАТОРІВ													
Кількість балів за модуль	131 БАЛ													
Лекції	10								11			12		
Теми лекційних занять	Закономірності подразнення клітин електричним струмом								Будова і функції центральної та периферійної нервової системи			Фізіологія поведінкових актів. Інтегративна функція центральної нервової системи		
Теми семінарських занять			Семінар №4 Механізми поширення збудження та гальмівних впливів		Семінар №5 Рефлекторна діяльність нервової системи									
Теми практичних занять				Практ. №10 Механізми поширення збудження та гальмівних впливів			Практ. №11 Структура та фізіологічні властивості скелетних м'язів			Практ. №12 Будова і функції центральної та периферійної нервової системи	Практ. №13 Будова і функції центральної та периферійної нервової системи		Практ. №14 Фізіологія поведінк. актів. Інтегративна функція центральної нервової системи.	Практ. №15 Фізіологія сенсорних систем
Теми індивідуальної роботи	Закономірності подразнення клітин електричним струмом					Рефлекторна діяльність нервової системи		Структура та фізіологічні властивості скелетних м'язів						
Самостійна робота	5 балів				5 балів		5 балів							
Види поточного контролю	ТЕСТИ – 10 БАЛІВ													
Модульний контроль	МОДУЛЬНА КОНТРОЛЬНА РОБОТА – 25 БАЛІВ													
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ – ІСПИТ														

5. Практичні заняття

	Тема	Кількість годин
1.	Загальна фізіологія, гомеостаз.	2
2.	Фізіологія дихання.	2
3.	Фізіологія крові, серця та кровообігу.	2
4.	Фізіологія системи травлення.	2
5.	Фізіологія сечостатевої системи.	2
6.	Фізіологія залоз внутрішньої секреції .	2
7.	Складання харчового раціону для дітей молодшого шкільного віку на добу до відповідних критеріїв раціонального харчування.	2
8.	Обмін енергії.	2
9.	Тепловий баланс і регуляція температури.	2
10.	Механізми поширення збудження та гальмівних впливів.	2
11.	Структура та фізіологічні властивості скелетних м'язів.	2
12-13	Будова і функції центральної периферійної нервової системи.	4
14.	Фізіологія поведінкових актів. Інтегративна функція центральної нервової системи.	2
15.	Фізіологія сенсорних систем.	2
	Разом	30

6. Семінарські заняття

	Тема	Кількість годин
1.	Спосіб життя та здоров'я.	2
2.	Фізіологія сечостатевої системи.	2
3.	Тепловий баланс і регуляція температури .	2
4.	Механізми поширення збудження та гальмівних впливів.	2
5.	Рефлекторна діяльність нервової системи.	2
	Разом	10

7. Завдання для самостійної роботи студентів

	Тема	Кількість годин	Кількість балів
1.	Фізіологія дихання.	8	5
2.	Фізіологія крові, серця та кровообігу.	8	5
3.	Фізіологія системи травлення.	8	5
4.	Фізіологія залоз внутрішньої секреції.	8	5
5.	Обмін речовин. Основні хімічні компоненти клітин.	8	5
6.	Обмін енергії.	8	5
7.	Закономірності подразнення клітин електричним струмом.	8	5
8.	Рефлекторна діяльність нервової системи.	8	5
9.	Структура та фізіологічні властивості скелетних м'язів.	8	5
	Разом	72	45

8. Система поточного і підсумкового контролю знань

Навчальні досягнення молодшому спеціалісту із дисципліни «Загальна фізіологія» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 159.

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти (п. IV), де зазначено види й терміни контролю. Систему рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення у національну (4-бальну) та європейську (ECTS) шкалу подано у табл. 9.1, табл. 9.2.

Таблиця 9.1

Таблиця розрахунку кількості балів з дисципліни «Загальна фізіологія»

№	Вид діяльності	Кількість	Розрахунок балів	Всього
1.	Відвідування лекцій	12	12x1	12
2.	Відвідування практичних занять	15	15x1	15
3	Відвідування семінарських	5	5x1	5
4.	Виконання завдання з самостійної роботи	5	9x5	45
5.	Робота на семінарському заняттях	5	3 x10	30
6.	Робота на практичному заняттях	10	10 x15	150
6.	ІНДЗ	30	1	30
7.	Модульна контрольна робота	25	4	100
8.	Поточне тестування	10	4	40
максимальна кількість балів 427				
коефіцієнт $427 : 60 = 7,12$				
Екзамен 40 балів				

У процесі оцінювання навчальних досягнень «молодшого спеціалістів» застосовуються такі методи:

- **методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, залік.
- **методи письмового контролю:** модульне письмове тестування; підсумкове письмове тестування, , реферат.
- **методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

Таблиця 9.2

Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	зараховано
B	82-89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75-81 (добре)		
D	69-74 (задовільно)	3 (задовільно)	зараховано
E	60-68 (достатньо)		
FX	35-59 (недостатньо – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	не зараховано
F	1-34 (незадовільно з можливістю повторного складання)		

Загальні критерії оцінювання успішності студентів, які отримали за 4-бальною шкалою оцінки «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно», подано у табл. 9.3.

Таблиця 9.3

Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень магістрантів

Оцінка	Критерії оцінювання
«відмінно»	ставиться за повні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; за вияв креативності у розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь.
«добре»	ставиться за вияв студентом повних, систематичних знань із дисципліни, успішне виконання практичних завдань, засвоєння основної та додаткової літератури, здатність до самостійного поповнення та оновлення знань. Але у відповіді студента наявні незначні помилки.
«задовільно»	ставиться за вияв знання основного навчального матеріалу в обсязі, достатньому для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності, поверхову обізнаність з основною і додатковою літературою, передбаченою навчальною програмою; можливі суттєві помилки у виконанні практичних завдань, але студент спроможний усунути їх із допомогою викладача.
«незадовільно»	виставляється студентові, відповідь якого під час відтворення основного програмового матеріалу поверхова, фрагментарна, що зумовлюється початковими уявленнями про предмет вивчення. Таким чином, оцінка «незадовільно» ставиться студентові, який неспроможний до навчання чи виконання фахової діяльності після закінчення ВНЗ без повторного навчання за програмою відповідної дисципліни.

Кожний модуль включає бали за поточну роботу молодшого спеціаліста на лекційних, практичних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальну роботу, модульну контрольну роботу.

Виконання модульних контрольних робіт здійснюється в письмовому вигляді.

У табл. 9.4 представлено розподіл балів, що присвоюються студентам упродовж вивчення дисципліни «Загальна фізіологія».

Таблиця 9.4

Розподіл балів, що присвоюються студенту

МОДУЛІ				ІНДІВІДУАЛЬНИЙ КОНТРОЛЬ ІСПИТ
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І.	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ ІІ.	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ ІІІ.	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ ІV.	
Поняття загальна фізіологія. Спосіб життя та здоров'я Фізіологічні властивості кардіореспіраторної системи	Фізіологія органів травлення, системи виділення та ендокринної системи	Обмін речовин та терморегуляція	Фізіологія нервової системи та системи аналізаторів	
92	92	92	130	
РАЗОМ: 427 БАЛІВ				
РАЗОМ ЗА СИСТЕМОЮ ECTS – 60 БАЛІВ				40

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної та індивідуальної навчально-дослідної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- своєчасність виконання навчальних завдань;
- повний обсяг їх виконання;
- якість виконання навчальних завдань;
- самостійність виконання;
- творчий підхід у виконанні завдань;
- ініціативність у навчальній діяльності.

9. Методичне забезпечення курсу

- опорні конспекти лекцій;
- навчальні посібники;
- робоча навчальна програма;
- збірка тестових і контрольних завдань для тематичного оцінювання навчання.

10. Методи навчання

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності

1. **За джерелом інформації:**
 - *словесні*: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
 - *наочні*: спостереження, ілюстрація, демонстрація.
 - *практичні*: вправи.
2. **За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:** індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.
3. **За ступенем самостійності мислення:** репродуктивні, пошукові, дослідницькі.
4. **За ступенем керування навчальною діяльністю:** під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності

Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

11. Очікуваний результат

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Загальна фізіологія» студенти:

➤ **володіють:**

- основними фізіологічними поняттями та термінами, основними фізіологічними процесами;
- методами визначення показників функціонування органів та систем організму людини;
- фізіологічними законами функціонування і розвитку організму для формування здорового способу життя;

➤ **аналізують:**

- 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;
- фізіологічні основи поведінки, вищої нервової діяльності та механізмів адаптації;
- результати досліджень і роблять висновки;
- структурування, інтегрування теоретичного матеріалу для з'ясування: взаємозв'язків між структурою тканин та органів, організацією фізіологічних систем та функціями, які вони виконують в організмі людини;

➤ **виконують:**

- оцінку фізіологічного стану органів і систем організму людини;
- визначати показники функціонування вегетативних та сенсорних систем;
- оцінку стану збудливих об'єктів, регуляторних систем та обміну речовин;
- аналіз фізичної працездатності людини та рівня розумової працездатності людини на основі аналізу психофізіологічних показників;
- використання фізіологічних законів з метою оздоровлення;

➤ **пояснюють:**

- умови, закономірності та механізми реалізації окремих функцій організму людини і процесів його життєдіяльності в залежності від стану організму та умов довкілля;
- поняття біологічної регуляції функцій, її види, аналізувати механізми нервової та гуморальної регуляції фізіологічних функцій організму та його систем;
- механізми інтегративної діяльності організму; фізіологічні основи методів

- дослідження функцій організму людини при різних фізіологічних станах;
- механізми біологічної регуляції функцій та роль прямого й зворотного зв'язку в забезпеченні пристосувальної реакції організму;

➤ **розпізнають:**

- 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 рефлексорної дуги в забезпеченні пристосувальної реакції організму та його систем;
- визначати індивідуально-типологічні властивості нервової системи людини та психофізіологічні показники;

12. Рекомендована література

Основна:

1. Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Навч.посібник/ В.І. Антонік, І.П. Антонік, В.Є. Андріанов.- К.: ВД «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. – 336 с.
2. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування / Н.М. Зубар. – К.: Центр навч. л-ри, 2010. – 336 с.
3. Маруненко І. М. Анатомія, фізіологія, еволюція нервової системи. Навчальний посібник / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, Г. І. Волковська – К.: «Центр учбової літератури», 2013, -184 с.
4. Фізіологія: підручник для студ. вищ. мед. навч. закладів / В. Г. Шевчук, В. М.Мороз, С. М. Белан; за редакцією В. Г. Шевчука. — Вінниця: Нова Книга, 2012.
5. Філімонов В.І. Фізіологія людини в запитаннях і відповідях. Навч. посіб./В.І.Філімонов.- Вінниця: Нова Книга, 2010. -456 с.:іл.

Додаткова:

1. Альтер Дж. Наука о гибкости./ Дж. Альтер – К.: Олимпийская литература, 2001. – 420с.
2. Анохин П.К. Очерки о физиологии функциональных систем./ П.К.Анохин– М.: Медицина, 1975. – 448 с.
3. Физиологические механизмы индивидуального развития./ И.А.Аршавский– М.: Наука, 1982. – 270 с.
4. Бернштейн Н.А. О построении движений./ Н.А. Бернштейн– М.: Медгиз, 1947. – 255 с.
5. Вартанян И.А. Физиология сенсорных систем./И.А. Вартанян СПб.: Лань, 1999. – 244с.
6. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности./Н.И. Волков, Э.Н.Нессен, А.А.Осипенко, С.Н. Корсуп – К.: Олимпийская литература, 2000.
7. Волоков В.Ю. Здоровье и образ жизни студентов./В.Ю. Волоков, Д.Н.Давиденко, Ю.В. Новицкий., М.М. Филиппов– СПбГПУ, 2005.– 68 с.
8. Давиденко Д.Н., Филиппов М.М. Психофизиологические основы функциональных состояний. – СПбГПУ, 2005. – 108 с.
9. Кучерук О.С. Фізіологія людини: нейрогуморальна регуляція функцій організму людини./ О.С. Кучерук, П.Д. Плахтій – Кам'янець-Подільський, 1997. – 216 с.
- 10.Мак-Комас А.Дж. Скелетные мышцы./А.Дж. Мак-Комас –К.: Олимпийская литература, 2001. – 408 с.
- 11.Плахтій П.Д. Фізіологія людини: обмін речовин та енергії./ П.Д. Плахтій – Кам'янець-Подільський, 2000. – 218 с.

- 12.Ровный А.С. Курс физиологии. Физиология спорта./А.С. Ровный– Харьков: ХаГИФК, 1997. – 212 с.
- 13.Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник/ А.С. Солодков, Е.Б.Сологуб – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. – 520 с.
- 14.Спортивная физиология: Учебник для институтов физической культуры / Под редакцией Я.М. Коца. – М. Физкультура и спорт, 1986. – 240 с.
- 15.Уилмор Дж. Х. Физиология спорта и двигательной активности./ Дж.Х.Уилмор, Д.Л.Костилл. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 504 с.
- 16.Физиология мышечной деятельности: Учебник для институтов физической культуры /Под редакцией Я.М. Коца. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 347 с.
- 17.Физиология человека: Учебник /Под. ред. В.М. Покровского, Г.Ф. Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с.
- 18.Фомин Н.А. Физиология человека: Учебное пособие для студентов факультета физического воспитания пед. институтов./Н.А. Фомин– М.: Просвещение, 1982. – 320 с.
- 19.Чижик В.В. Спортивна фізіологія: навч. посібник для студентів /В.В. Чижик – Луцьк: ПВД «Твердиня», 2011. – 256 с.
- 20.Чижик В.В., Запорожець О. П. Спортивна морфологія: навч. посібник для студентів / В.В. Чижик, О.П. Запорожець. – Луцьк: ПВД «Твердиня», 2009. – 208 с.

Електронні ресурси:

1. Аносов В.Х., Хоматов Н.Г., Сидоряк В.Г. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: lib.mdpu.org.ua/.../anosov_vkh_khmatov_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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury.pdf