

# СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## 1. Загальна інформація про навчальну дисципліну

<b>Повна назва навчальної дисципліни</b>	Біологічні і медико-соціальні основи здоров'я зі змістовим модулем: загальна та вікова фізіологія
<b>Повна офіційна назва закладу вищої освіти</b>	Сумський державний університет
<b>Повна назва структурного підрозділу</b>	Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій. Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій
<b>Розробник(и)</b>	Коляда Наталія Вікторівна
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший рівень вищої освіти, НРК – 6 рівень, QF-LLL – 6 рівень, FQ-EHEA – перший цикл
<b>Семестр вивчення навчальної дисципліни</b>	16 тижнів протягом 4-го семестру
<b>Обсяг навчальної дисципліни</b>	Обсяг становить 5 кред. ЄКТС, 150 год. Для денної форми навчання 32 год. становить контактна робота з викладачем (16 год. лекцій, 16 год. практичних занять), 118 год. становить самостійна робота. Для заочної форми навчання 10 год. становить контактна робота з викладачем (6 год. лекцій, 4 год. практичних занять), 140 год. становить самостійна робота.
<b>Мова викладання</b>	Українська

## 2. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі

<b>Статус дисципліни</b>	Обов'язкова навчальна дисципліна для освітньої програми "Соціальна робота"
<b>Передумови для вивчення дисципліни</b>	Інтегрований курс "Основи академічного письма", Загальна та вікова психологія
<b>Додаткові умови</b>	Додаткові умови відсутні
<b>Обмеження</b>	Обмеження відсутні

## 3. Мета навчальної дисципліни

ознайомити студентів із сучасними теоретичними положеннями та практичними програмами в галузі валеології та психогігієни, а також розглянути фізіологічні особливості організму на різних етапах онтогенезу з урахуванням вікової періодизації розвитку організму, що є основою для формування наукового світогляду майбутнього фахівця з соціальної роботи.

## 4. Зміст навчальної дисципліни

Тема 1 Предметта завдання курсу. Основні поняття та категорії медико-соціальних основ здоров'я. Здоров'я та його складові. Фізичне здоров'я людини. Психічне та соціальне здоров'я особистості.

Визначення поняття здоров'я та його складових. Поняття фізичного, психічного та соціального здоров'я. Стан здоров'я та його роль в забезпеченні життєдіяльності організму. Розуміння здоров'я та хвороби в стародавні часи. Етика й здоров'я в давнину. Історія виникнення та зміст медичної емблеми і білого халата. Значення моральної чистоти для здоров'я в уявленнях стародавніх медиків. Солернський кодекс здоров'я. Сучасне поняття здоров'я у трактуванні ВООЗ. Група факторів, що визначають здоров'я нації. Суспільна охорона здоров'я. Предмет "Медико-соціальні основи здоров'я". Місце в соціальній медицині таких соціальних факторів, як зайнятість, освіта, доходи, життєві цінності, родинний стан, особистісні погляди. Розбіжності між традиційною та соціальною медициною. Визначення поняття медико-соціальної роботи, основні її аспекти у вітчизняному й зарубіжному досвіді. Бригадні форми медико-соціальної роботи у Великобританії, США, Німеччині. Завдання соціальних працівників, які працюють в охороні здоров'я.

Тема 2 Цивілізація, екологія й здоров'я. Медико-соціальні наслідки й запобігання погіршенню здоров'я. Проблеми суспільного здоров'я в альтернативній медицині.

Людина й природа. Екологічні фактори, що впливають на здоров'я. Соціальний захист, спрямований на зміцнення здоров'я. Походження й медико-соціальний зміст виразу "хвороба як обмежена воля життя". Приклади й механізми впливу складних соціальних умов на розвиток і становлення особистості, мотивації до збереження здоров'я, до здорового способу життя. Взаємозв'язок біологічних, фізичних і соціальних факторів, їх вплив на людину. Соціальні детермінанти здоров'я. Розвиток індустріалізації та здоров'я.

Тема 3 Наука про стрес. Стрес як головний соціальний чинник захворювань в ХХІ столітті. Психосоматичне здоров'я населення. Психосоматичні захворювання та їх поширеність у сучасному світі.

Частота психічних проблем у суспільстві. Фізичне й психічне здоров'я. Депресії. Самогубства. Рекомендації ВООЗ щодо критичного рівня самогубств. Охоронооздоровчі і соціальні проблеми психічного Соціальні й економічні фактори, що визначають наростання гіподинамії та психологічного стресу в соціальному середовищі. Кількісне виявлення змін. Принципи підвищення індивідуальної стійкості до соціальних факторів середовища — гіподинамії, психологічного стресу та інздоров'я. Стрес. Механізми формування стресу. Дистрес. Роль стресу у формуванні факторів ризику. Освітні кампанії у Швеції, що сприяли зниженню рівня самогубств. Досвід Німеччини у проведенні професійних тренінгів для людей з депресіями та пограничними станами. Професійне перенавчання, психологічний супровід професійного перенавчання.

Тема 4 Вступ до вікової фізіології. Загальні закономірності росту та розвитку організму. Вікова періодизація організму людини. Розвиток опорно-рухового апарату в онтогенезі. Гігієна опорно-рухового апарату.

Поняття росту і розвитку. Вплив середовища на ріст і розвиток. Вікова періодизація. Акселерація - прискорення фізичного розвитку дітей (поняття і причини). Рівні організації організму людини: клітинний, тканинний, органний, системи органів (фізіологічні та функціональні системи органів), організмий. Основні процеси життєдіяльності клітини. (обмін речовин, живлення, дихання, подразливість, збудливість, розмноження). Органи і системи органів організму людини. Саморегуляція - універсальна властивість організму. Значення опорно-рухової системи. Загальні відомості про скелет (форма, з'єднання, будова і хімічний склад кісток) ріст кісток, частини скелета. М'язова система. Види м'язів. Постава та її різновиди. Причини неправильної постави. Профілактика та корекція неправильної постави. Вплив фізичних вправ на опорно-рухову систему організму. Гігієна опорно-рухового апарату.

Тема 5 Нервова регуляція функцій в різні вікові періоди. Вікові особливості функцій нервової системи. Вища нервова діяльність та її вікові особливості. Гігієна розумової діяльності.

Значення, загальний план будови і властивості нервової системи. Складність рефлекторної діяльності. Взаємодія процесів збудження і гальмування та їх єдність. особливості нервової системи дитини. Спинний мозок, будова і функції. Спинномозкові нерви, нервові сплетіння. Стовбур головного мозку. Мозочок. Соматична і вегетативна нервова система. Великі півкулі головного мозку. Рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку. Значення праць І.М. Сеченова та І.І. Павлова у вивченні функцій кори великого мозку. Умовні і безумовні рефлекси. Гальмування умовних рефлексів. Аналіз і синтез подразнень в корі великого мозку. Якісні особливості ВНД. Типи ВНД. Сон. Топологічні особливості ВНД. Характеристика основних етапів розвитку нервової системи і ВНД. Гігієна розумової діяльності.

Тема 6 Вікові зміни ендокринної системи, обміну речовин, енергії та теплообміну. Залози внутрішньої секреції, вплив гормонів на ріст і розвиток організму.

Ендокринологія. Залози внутрішньої секреції: поняття, місцезоміщення, гормони. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. Гіперфункція та гіпофункція залоз внутрішньої секреції.

Тема 7 Вікові особливості травлення. Вікові особливості обміну речовин і енергії. Гігієна харчування і здоров'я людини. Вікові особливості виділення. Гігієна сечовидільної системи.

Значення травлення. Система органів травлення. Травлення в ротовій порожнині, шлунку, кишечнику. Утворення і виділення жовчі. Скорочення кишок. Рефлекторна регуляція рухів травного тракту. Всмоктування в шлунково-кишковому тракті. Захисна властивість травного тракту. Вікові особливості травлення. Обмін речовин як основна функція життя. Обмін білків, жирів, вуглеводів. Водний і мінеральний обмін. Вітаміни. Вікові особливості енергетичного обміну. Харчування. Гігієна травної системи. Розташування й анатомо-топографічні проекції органів сечостатевого апарату. Філогенез і онтогенез сечових органів і статевих органів. Особливості будови і функції. Нирка, її положення, розвиток, будова, функція. Ниркові сегменти. Нефрон - структурна і функціональна одиниця нирки. Особливості будови кровоносного русла нирки. Топографія нирок. Оболонки нирки; фіксуєчий апарат нирок; ниркова пазуха; топографія елементів ниркової ніжки. Ниркові чашечки (малі і великі, форнікальний апарат), ниркова миска. Сечовід, його частини, топографія, будова стінки сечоводу, його звуження, функція. Сечовий міхур: його розвиток, форма, положення, будова стінки. Чоловічий і жіночий сечівник. Вади розвитку органів сечової системи. Вікові особливості сечовидільної системи. Гігієна сечовидільної системи.

Тема 8 Вікові особливості серцево-судинної і дихальної систем. Гігієна серцево-судинної і дихальної систем.

Внутрішнє середовище організму. Значення крові, склад крові (плазма, формені елементи — еритроцити, лейкоцити, тромбоцити). Зсідання крові як захисна реакція організму. Імунітет. Роль І.І. Мечникова у створенні вчення про імунітет. Формування імунних реакцій у процесі онтогенезу. Органи кровообігу: серце і судини. Будова і робота серця. Регуляція кровообігу. Рефлекторні впливи на діяльність серця і судин. Гуморальна регуляція кровообігу. Вікові особливості органів кровообігу. Гігієна серцево-судинної системи. Значення дихання. Будова органів дихання (носоглотка, гортань, трахея і бронхи, легені). Дихальні рухи (механізм вдиху і видиху). Типи дихання. Глибини і частота дихання. Газообмін у легенях і тканинах. Регуляція дихання. Особливості збудливості дихального центру. Гігієна дихальної системи.

## 5. Очікувані результати навчання навчальної дисципліни

Після успішного вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти зможе:

PH1	Аналізувати фізіологічні основи функціонування психічних процесів, станів, емоцій і цілеспрямованої поведінки.
PH2	Діагностувати індивідуально-типологічні властивості та визначати рівень фізичної і розумової працездатності, оцінювати функціональний стан систем організму.
PH3	Застосовувати знання, навички та уміння для аналізу конкретних проявів психічної діяльності людини.
PH4	Зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

## 6. Роль навчальної дисципліни у досягненні програмних результатів

Програмні результати навчання, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна.  
Для спеціальності 231 Соціальна робота:

ПР3	Ідентифікувати, формулювати і розв'язувати завдання у сфері соціальної роботи, інтегрувати теоретичні знання та практичний досвід.
ПР4	Формулювати власні обґрунтовані судження на основі аналізу соціальної проблеми.
ПР5	Теоретично аргументувати шляхи подолання проблем та складних життєвих обставин, обирати ефективні методи їх вирішення, передбачати наслідки.
ПР19	Виявляти сильні сторони та залучати особистісні ресурси клієнтів, ресурси соціальної групи і громади для розв'язання їх проблем, виходу із складних життєвих обставин.

## 7. Роль освітнього компонента у формуванні соціальних навичок

Загальні компетентності та соціальні навички, формування яких забезпечує навчальна дисципліна:

СН3	Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
СН4	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
СН6	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
СН7	Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
СН9	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
СН10	Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
СН11	Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
СН12	Здатність приймати обґрунтовані рішення.
СН14	Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

## 8. Види навчальних занять

**Тема 1. Предметта завдання курсу. Основні поняття та категорії медико-соціальних основ здоров'я. Здоров'я та його складові. Фізичне здоров'я людини. Психічне та соціальне здоров'я особистості.**

Лк1 "Предмет, завдання курсу. Здоров'я та його складові." (денна)

Визначення поняття здоров'я та його складових. Розуміння здоров'я та хвороби в стародавні часи. Етика й здоров'я в давнину. Історія виникнення та зміст медичної емблеми і білого халата. Значення моральної чистоти для здоров'я в уявленнях стародавніх медиків. Солернський кодекс здоров'я. Сучасне поняття здоров'я у трактуванні ВООЗ. Група факторів що визначають здоров'я нації. Суспільна охорона здоров'я. Предмет "Медико-соціальні основи здоров'я". Предмет, завдання, об'єкт соціальної медицини. Місце в соціальній медицині таких соціальних факторів, як зайнятість, освіта, доходи, життєві цінності, родинний стан, особистісні погляди. Розбіжності між традиційною та соціальною медициною.

Лк1 "Основи загальної та вікової фізіології" (заочна)

Визначення поняття здоров'я та його складових. Розуміння здоров'я та хвороби в стародавні часи. Етика й здоров'я в давнину. Історія виникнення та зміст медичної емблеми і білого халата. Значення моральної чистоти для здоров'я в уявленнях стародавніх медиків. Солернський кодекс здоров'я. Сучасне поняття здоров'я у трактуванні ВООЗ. Група факторів що визначають здоров'я нації. Суспільна охорона здоров'я. Предмет "Медико-соціальні основи здоров'я". Предмет, завдання, об'єкт соціальної медицини. Місце в соціальній медицині таких соціальних факторів, як зайнятість, освіта, доходи, життєві цінності, родинний стан, особистісні погляди. Розбіжності між традиційною та соціальною медициною.

Пр1 "Визначення поняття медико-соціальної роботи, основні її аспекти у вітчизняному й зарубіжному досвіді." (денна)

Визначення поняття медико-соціальної роботи, основні її аспекти у вітчизняному й зарубіжному досвіді. Бригадні форми медико-соціальної роботи у Великобританії, США, Німеччині. Завдання соціальних працівників, які працюють в охороні здоров'я.

Пр1 "Основи загальної та вікової фізіології" (заочна)

Людина й природа. Екологічні фактори, що впливають на здоров'я. Соціальний захист, спрямований на зміцнення здоров'я. Походження й медико-соціальний зміст виразу "хвороба як обмежена воля життя". Приклади й механізми впливу складних соціальних умов на розвиток і становлення особистості, мотивації до збереження здоров'я, до здорового способу життя. Взаємозв'язок біологічних, фізичних і соціальних факторів, їх вплив на людину. Соціальні детермінанти здоров'я. Розвиток індустріалізації та здоров'я.

## **Тема 2. Цивілізація, екологія й здоров'я. Медико-соціальні наслідки й запобігання погіршенню здоров'я. Проблеми суспільного здоров'я в альтернативній медицині.**

Лк2 "Проблеми суспільного здоров'я в альтернативній медицині." (денна)

Людина й природа. Екологічні фактори, що впливають на здоров'я. Соціальний захист, спрямований на зміцнення здоров'я. Походження й медико-соціальний зміст виразу "хвороба як обмежена воля життя". Приклади й механізми впливу складних соціальних умов на розвиток і становлення особистості, мотивації до збереження здоров'я, до здорового способу життя. Взаємозв'язок біологічних, фізичних і соціальних факторів, їх вплив на людину. Соціальні детермінанти здоров'я. Розвиток індустріалізації та здоров'я.

Пр2 "Медико-соціальні проблеми здоров'я й біоетика." (денна)

Соціальний захист, спрямований на зміцнення здоров'я. Соціальні детермінанти здоров'я. Технології збереження здоров'я в документах ООН; принципи збереження здоров'я в документах Каїрської конференції з народонаселення й розвитку (1994 р.). Приклади й механізми впливу складних соціальних умов на розвиток і становлення особистості, мотивації до збереження здоров'я, до здорового способу життя.

## **Тема 3. Наука про стрес. Стрес як головний соціальний чинник захворювань в ХХІ столітті. Психосоматичне здоров'я населення. Психосоматичні захворювання та їх поширеність у сучасному світі.**

Лк3 "Стрес як головний соціальний чинник захворювань в ХХІ столітті." (денна)

Частота психічних проблем у суспільстві. Фізичне й психічне здоров'я. Депресії. Самогубства. Рекомендації ВООЗ щодо критичного рівня самогубств. Охоронооздоровчі і соціальні проблеми психічного здоров'я. Стрес. Механізми формування стресу. Дистрес. Роль стресу у формуванні факторів ризику.

Пр2 "Стрес і психосоматичні хвороби." (заочна)

Частота психічних проблем у суспільстві. Фізичне й психічне здоров'я. Депресії. Самогубства. Рекомендації ВООЗ щодо критичного рівня самогубств. Охоронооздоровчі і соціальні проблеми психічного Соціальні й економічні фактори, що визначають наростання гіподинамії та психологічного стресу в соціальному середовищі. Кількісне виявлення змін. Принципи підвищення індивідуальної стійкості до соціальних факторів середовища — гіподинамії, психологічного стресу та інздорв'я. Стрес. Механізми формування стресу. Дистрес. Роль стресу у формуванні факторів ризику. Освітні кампанії у Швеції, що сприяли зниженню рівня самогубств. Досвід Німеччини у проведенні професійних тренінгів для людей з депресіями та пограничними станами. Професійне перенавчання, психологічний супровід професійного перенавчання.

Пр3 "Стрес. Механізми формування стресу. Дистрес. Роль стресу у формуванні факторів ризику." (денна)

Соціальні й економічні фактори, що визначають наростання гіподинамії та психологічного стресу в соціальному середовищі. Кількісне виявлення змін. Принципи підвищення індивідуальної стійкості до соціальних факторів середовища — гіподинамії, психологічного стресу та ін. Освітні кампанії у Швеції, що сприяли зниженню рівня самогубств. Досвід Німеччини у проведенні професійних тренінгів для людей з депресіями та пограничними станами. Професійне перенавчання, психологічний супровід професійного перенавчання.

**Тема 4. Вступ до вікової фізіології. Загальні закономірності росту та розвитку організму. Вікова періодизація організму людини. Розвиток опорно-рухового апарату в онтогенезі. Гігієна опорно-рухового апарату.**

Лк4 "Вступ до вікової фізіології." (денна)

Поняття "вікова фізіологія". Основні завдання вивчення вікової фізіології. Методи поперечного дослідження. Методи поздовжнього дослідження. Антропометрія. Біологічні періоди у життєвому циклі дитини. Критичний період розвитку. Загальні закономірності розвитку людини.

Пр4 "Загальні закономірності розвитку опорно-рухового апарату" (денна)

Поняття росту і розвитку. Вплив середовища на ріст і розвиток. Вікова періодизація. Акселерація — прискорення фізичного розвитку дітей (поняття і причини). Значення опорно-рухової системи. Загальні відомості про скелет (форма, з'єднання, будова і хімічний склад кісток) ріст кісток, частини скелета. М'язова система. Види м'язів. Постава та її різновиди. Причини неправильної постави. Профілактика та корекція неправильної постави. Вплив фізичних вправ на опорно-рухову систему організму. Гігієна опорно-рухового апарату. Оцінка фізичного розвитку дітей.

**Тема 5. Нервова регуляція функцій в різні вікові періоди. Вікові особливості функцій нервової системи. Вища нервова діяльність та її вікові особливості. Гігієна розумової діяльності.**

Лк2 "Основи функціонування нервової і ендокринної систем. Вікові особливості" (заочна)  
Будова нервової системи. Спинний і головний мозок. Рефлекторна діяльність. Функції. Вікові особливості. Гігієна розумової діяльності. Сон. Загальна характеристика залоз внутрішньої секреції. Вікові особливості залоз внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму дітей. Вікові особливості статевого дозрівання у дітей. Вплив гормонів на статеве дозрівання дітей.

Лк5 "Вікові особливості функцій нервової системи." (денна)

Значення, загальний план будови і властивості нервової системи. Складність рефлекторної діяльності. Взаємодія процесів збудження і гальмування та їх єдність. Особливості нервової системи дитини. Спинний мозок, будова і функції. Спинномозкові нерви, нервові сплетіння. Стовбур головного мозку. Мозочок. Соматична і вегетативна нервова система. Великі півкулі головного мозку. Рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку.

Пр5 "Вища нервова діяльність та її вікові особливості. Гігієна розумової діяльності." (денна)

Значення праць І.М. Сеченова та І.І. Павлова у вивченні функцій кори великого мозку. Умовні і безумовні рефлекси. Гальмування умовних рефлексів. Аналіз і синтез подразнень в корі великого мозку. Якісні особливості ВНД. Типи ВНД. Сон. Топологічні особливості ВНД. Характеристика основних етапів розвитку нервової системи і ВНД. Гігієна розумової діяльності.

**Тема 6. Вікові зміни ендокринної системи, обміну речовин, енергії та теплообміну. Залози внутрішньої секреції, вплив гормонів на ріст і розвиток організму.**

Лк6 "Залози внутрішньої секреції, вплив гормонів на ріст і розвиток організму." (денна)

Ендокринологія. Залози внутрішньої секреції: поняття, місцерозміщення, гормони. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму. Гіперфункція та гіпофункція залоз внутрішньої секреції.

Пр6 "Вікові особливості ендокринної системи та статевого дозрівання." (денна)

Загальна характеристика залоз внутрішньої секреції. Вікові особливості залоз внутрішньої секреції. Вплив гормонів на ріст і розвиток організму дітей. Вікові особливості статевого дозрівання у дітей. Вплив гормонів на статеве дозрівання дітей.

**Тема 7. Вікові особливості травлення. Вікові особливості обміну речовин і енергії. Гігієна харчування і здоров'я людини. Вікові особливості виділення. Гігієна сечовидільної системи.**

Лк3 "Вікові особливості системи травлення, сечовидільної системи, серцево-судинної системи, дихальної системи" (заочна)

Загальна характеристика і вікові особливості серцево-судинної системи, дихальної системи, травної системи, сечовидільної системи. Вікові особливості функціонування



Лк7 "Вікові особливості травлення. Вікові особливості обміну речовин і енергії. Гігієна харчування і здоров'я людини." (денна)

Значення травлення. Система органів травлення. Травлення в ротовій порожнині, шлунку, кишечнику. Утворення і виділення жовчі. Скорочення кишок. Рефлекторна регуляція рухів травного тракту. Всмоктування в шлунково-кишковому тракті. Захисна властивість травного тракту. Вікові особливості травлення. Обмін речовин як основна функція життя. Обмін білків, жирів, вуглеводів. Водний і мінеральний обмін. Вітаміни. Вікові особливості енергетичного обміну. Харчування. Гігієна травної системи.

Пр7 "Вікові особливості виділення. Гігієна сечовидільної системи." (денна)

Розташування й анатомо-топографічні проєкції органів сечостатевого апарату. Філогенез і онтогенез сечових органів і статевих органів. Особливості будови і функції. Нирка, її положення, розвиток, будова, функція. Ниркові сегменти. Нефрон - структурна і функціональна одиниця нирки. Особливості будови кровоносного русла нирки. Топографія нирок. Оболонки нирки; фіксує апарат нирок; ниркова пазуха; топографія елементів ниркової ніжки. Ниркові чашечки (малі і великі, форнікальний апарат), ниркова миска. Сечовід, його частини, топографія, будова стінки сечоводу, його звуження, функція. Сечовий міхур: його розвиток, форма, положення, будова стінки. Чоловічий і жіночий сечівник. Вади розвитку органів сечової системи. Вікові особливості сечовидільної системи. Гігієна сечовидільної системи.

## **Тема 8. Вікові особливості серцево-судинної і дихальної систем. Гігієна серцево-судинної і дихальної систем.**

Лк8 "Вікові особливості серцево-судинної системи." (денна)

Внутрішнє середовище організму. Значення крові, склад крові (плазма, формені елементи — еритроцити, лейкоцити, тромбоцити). Зсідання крові як захисна реакція організму. Імунітет. Роль І.І. Мечникова у створенні вчення про імунітет. Формування імунних реакцій у процесі розвитку дитини. Органи кровообігу: серце і судини. Будова і робота серця. Регуляція кровообігу. Рефлекторні впливи на діяльність серця і судин. Гуморальна регуляція кровообігу. Вікові особливості органів кровообігу. Гігієна серцево-судинної системи.

Пр8 "Вікові особливості дихальної системи." (денна)

Значення дихання. Будова органів дихання (носоглотка, гортань, трахея і бронхи, легені). Дихальні рухи (механізм вдиху і видиху). Типи дихання. Глибини і частота дихання. Газообмін у легенях і тканинах. Регуляція дихання. Особливості збудливості дихального центру у дітей. Гігієна дихальної системи.

## **9. Стратегія викладання та навчання**

### 9.1 Методи викладання та навчання

Дисципліна передбачає навчання через:

МН1	Лекційне навчання
МН2	Самостійне навчання
МН3	Навчання на основі досліджень (RBL)
МН4	Проблемне навчання

Різні види навчальної діяльності ґрунтуються на використанні знань у вигляді окремих змістових модулів, що інтегруються, для аналізу конкретних проявів психічної діяльності людини. Вони доповнюються завданнями для самостійної роботи, виконання яких надає можливість застосовувати теоретичні знання на практиці під час аналізу фізіологічних основ функціонування психічних процесів, станів, емоцій і цілеспрямованої поведінки. Підготовка до практичних занять сприятиме активізації пізнавальної діяльності здобувачів за рахунок пошуку методів і способів діагностики індивідуальних властивостей особистості. Під час підготовки до практичних занять студенти розвиватимуть навички самостійного навчання, здатності досліджувати фізіологічний стан систем органів власного організму за спеціальними методиками; застосовувати гігієнічні знання для збереження і зміцнення індивідуального здоров'я.

ПРН3 Ідентифікувати, формулювати і розв'язувати завдання, інтегрувати теоретичні знання та практичний досвід. ЗК3 Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу. ЗК4 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК9 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК10 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. ЗК12 Здатність приймати обґрунтовані рішення. ПРН4 Формулювати власні обґрунтовані судження на основі аналізу соціальної проблеми. ЗК7 Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. ПРН5 Теоретично аргументувати шляхи подолання проблем та складних життєвих обставин, обирати ефективні методи їх вирішення, передбачати наслідки. ЗК6 Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК11 Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК12 Здатність приймати обґрунтовані рішення. ЗК14 Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань, взятих обов'язків.

## 9.2 Види навчальної діяльності

НД1	Конспектування
НД2	Підготовка до практичних занять
НД3	Підготовка до поточного та підсумкового контролю
НД4	Робота з підручниками та релевантними інформаційними джерелами

## 10. Методи та критерії оцінювання

### 10.1. Критерії оцінювання

Визначення	Чотирибальна національна шкала оцінювання	Рейтингова бальна шкала оцінювання
Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок	5 (відмінно)	$90 \leq RD \leq 100$
Вище середнього рівня з кількома помилками	4 (добре)	$82 \leq RD < 89$
Загалом правильна робота з певною кількістю помилок	4 (добре)	$74 \leq RD < 81$
Непогано, але зі значною кількістю недоліків	3 (задовільно)	$64 \leq RD < 73$
Виконання задовольняє мінімальним критеріям	3 (задовільно)	$60 \leq RD < 63$

Можливе повторне складання	2 (незадовільно)	$35 \leq RD < 59$
Необхідний повторний курс з навчальної дисципліни	2 (незадовільно)	$0 \leq RD < 34$

### 10.2 Методи поточного формативного оцінювання

	Характеристика	Дедлайн, тижні	Зворотний зв'язок
МФО1 Захист презентацій та рефератів	Захист презентацій та рефератів дає можливість студентам самостійно формувати той обсяг знань, який є необхідним для формування загальних компетенцій і соціальних навичок	протягом навчального семестру	усна та письмова відповідь
МФО2 Самостійне виконання студентами ситуаційних вправ на практичних заняттях та їх обговорення.	допомагає застосувати на практиці отримані знання під час лекційних занять	протягом навчального семестру	усна та письмова відповідь
МФО3 Перевірка та оцінювання письмових завдань	письмові завдання закріплюють отриману теоретичну інформацію	протягом навчального семестру	письмова відповідь
МФО4 Взаємооцінювання (peer assessment)	дає змогу сформувавши у студентів навички рефлексії і критичної оцінки роботи інших	протягом навчального семестру	усна відповідь

### 10.3 Методи підсумкового сумативного оцінювання

	Характеристика	Дедлайн, тижні	Зворотний зв'язок
МСО1 Виконання пошуково-дослідного завдання (підготовка, презентація, захист)	форма творчої (самостійної) форми роботи студентів	протягом навчального семестру	усна чи письмова відповідь
МСО1 Короткий конспект	занотовування базових дефініцій, класифікацій, характеристик	протягом навчального семестра	усна чи письмова відповідь
МСО3 Складання комплексного письмового модульного контролю	перевірка рівня оволодіння знанням в предметній області	наприкінці навчального семестра	письмова відповідь

МСО4 Рецензія (на книгу, текст, фільм, роботу іншого студента, статтю)	виклад письмовий на отримані знання із зовнішніх джерел	протягом навчального семестру	письмова відповідь
---	---	-------------------------------	--------------------

Контрольні заходи:

		Максимальна кількість балів	Мінімальна кількість балів	Можливість перескладання з метою підвищення оцінки
<b>4 семестр</b>		<b>100 балів</b>		
МСО1. Виконання пошуково-дослідного завдання (підготовка, презентація, захист)		<b>40</b>		
	8x5	40	20	Так
МСО1. Короткий конспект		<b>20</b>		
		20	20	Так
МСО3. Складання комплексного письмового модульного контролю		<b>20</b>		
		20	10	Так
МСО4. Рецензія (на книгу, текст, фільм, роботу іншого студента, статтю)		<b>20</b>		
	2x10	20	10	Так

## 11. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни

### 11.1 Засоби навчання

ЗН1	Бібліотечні фонди
ЗН2	Інформаційно-комунікаційні системи

### 11.2 Інформаційне та навчально-методичне забезпечення

Основна література	
1	Коляда, Н. В. Методики формування здорового способу життя [Текст] : конспект лекцій для самост. роботи студ. спец. 231 "Соціальна робота" та 017 "Фізична культура і спорт" денної та заочної форм навчання / Н. В. Коляда, С. М. Король, С. А. Король. — Суми : СумДУ, 2021. — 183 с. Режим доступу : <a href="https://lib.sumdu.edu.ua/library/DocumentDescription?docid=USH.7571272">https://lib.sumdu.edu.ua/library/DocumentDescription?docid=USH.7571272</a>

2	Коляда, Н. В. Психофізіологія [Електронний ресурс] : конспект лекцій для студ. спец. 053 "Психологія" усіх форм навчання / Н. В. Коляда. — Суми : СумДУ, 2022. — 264 с. Режим доступу: <a href="https://lib.sumdu.edu.ua/library/DocumentDescription?docid=USH.8429021">https://lib.sumdu.edu.ua/library/DocumentDescription?docid=USH.8429021</a>
<b>Допоміжна література</b>	
3	Кривенко, Є. М. Роль комунікації та PR-технологій у взаємодії галузі охорони здоров'я і громадськості [Текст] / Є. М. Кривенко, О. Р. Ситенко // Україна. Здоров'я нації : Науково-практичний журнал; Внесений ВАК до Переліку наукових фахових видань України у галузі "Медичні науки"; Мова видання: українська, англійська / Засновник: ДУ "Український інститут стратегічних досліджень МОЗ України". — 2013. — № 4. — С. 101-105.
4	Україна. Здоров'я нації [Текст] : Науково-практичний журнал; Внесений ВАК до Переліку наукових фахових видань України у галузі "Медичні науки"; Мова видання: українська, англійська. — 2013. — № 4.
5	Ринда, Ф. П. Деякі актуальні питання формування здорового способу життя в Україні [Текст] / Ф. П. Ринда // Україна. Здоров'я нації : Науково-практичний журнал; Внесений ВАК до Переліку наукових фахових видань України у галузі "Медичні науки"; Мова видання: українська, англійська / Засновник: ДУ "Український інститут стратегічних досліджень МОЗ України". — 2013. — № 4. — С. 35-40.
6	Маркович, І. Г. Вплив медико-демографічних показників на реформування медичної галузі як складової системи біо [Текст] / І. Г. Маркович // Україна. Здоров'я нації : Науково-практичний журнал; Внесений ВАК до Переліку наукових фахових видань України у галузі "Медичні науки"; Мова видання: українська, англійська / Засновник: ДУ "Український інститут стратегічних досліджень МОЗ України". — 2013. — № 4. — С. 29-34.