

**Силабус навчальної дисципліни
«ВІКОВА ФІЗІОЛОГІЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЯ»**

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053

Освітня програма: Психологія

Рівень вищої освіти: початковий (короткий цикл)

Курс: 1

Семестр: 1

Факультет	Соціальної та психологічної освіти
Кафедра	Медико-біологічних основ фізичної культури
Викладач(-і)	ПІБ: Корінчак Любов Миколаївна Посада: доцент кафедри медико-біологічних основ фізичної культури E-mail (корпоративна електронна адреса): E-mail lyubov.korinchak@udpu.edu.ua
Лінк на освітній контент дисципліни	Посилання на дисципліну, розміщену в середовищі системи дистанційного навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини (Moodle)
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна обов'язкового компонента із фахового переліку
Загальний обсяг дисципліни: кредити ЄКТС / години	6 ЄКТС / 180 ГОД.
Обсяг дисципліни (години) та види занять	Денна форма: лекції 44 (год.), практичні 46 (год.), самостійна робота 90 (год.) Заочна форма: лекції 10 (год.), практичні 10 (год.), самостійна робота 160 (год.)
Політика дисципліни	Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. Відвідування занять. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. За об'єктивних причин навчання може відбуватися в он-лайн режимі за погодження з адміністрацією факультету. Креативна ініціатива здобувача вищої освіти. Проходження онлайн курсів з тем наближених до дисципліни, написання наукових матеріалів для опублікування у збірниках конференцій різного рівня та брати участь у науково-практичних заходах різного рівня(наявність сертифікату).
Що будемо вивчати?	Предметом вивчення навчальної дисципліни є вікові перебудови в діяльності фізіологічних систем організму та валеологічні рекомендації щодо підтримки здоров'я людини в різні періоди онтогенезу людини.
Чому це треба вивчати?	Мета: розкриття фізіологічних особливостей організму в різні вікові періоди онтогенезу, теоретичних питань про здоров'я, обґрунтування заходів щодо охорони, зміцнення, розвитку і управління здоров'ям
Яких результатів можна досягнути?	ПРН 1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання ПРН 18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.
Як можна використати набуті знання та уміння?	ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК 4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ФК 3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків. ФК 4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел ФК 7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати,

	формулювати аргументовані висновки та рекомендації
Зміст дисципліни	Предмет і завдання курсу вікової фізіології та валеології. Валеологічні основи росту та розвитку організму. Вікові особливості опорно-рухового апарату. М'язова система людини. Внутрішнє середовище організму. Фізіологічні особливості серцево-судинної системи Фізіологічні особливості нервової системи та ВНД. Вікові особливості будови та функції дихальної системи. Вікові особливості травної системи. Сечовидільна система, будова та функції Обмін речовин та енергії. Ендокринні залози, їх вікові особливості. Здоров'я та здоровий спосіб життя. Вікова фізіологія та гігієна аналізаторів Загартування його види та значення.
Обов'язкові завдання	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання практичних завдань і модульних контрольних робіт, ІНДЗ та теми, винесені на самостійне опрацювання.
Міждисциплінарні зв'язки	Дисципліна пов'язана з багатьма науками і широко використовує дані з багатьох біологічних наук (гістологія, цитологія, ембріологія, анатомія людини, біофізика та ін.).
Інформаційне забезпечення (з репозитарію, фонду бібліотеки УДПУ та ін.)	1. Алексеева Т. М. Вікова фізіологія та валеологія: курс лекцій. Кременчук: Методичний кабінет, 2019. 115с. 2. Анатомія людини : у 3 х томах: підручник для студентів ВМНЗ 4-го рівня акредитації / А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін, А.І. Парахін, О.І. Ковальчук; за ред. А.С. Головацького, В.Г. Черкасова. 7 е видання. Вінниця : Нова Книга, 2018. 230с. 3. Вікова анатомія та фізіологія людини : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. до курсу «Вікова анатомія та фізіологія людини» / Т. Є. Комісова, А. В. Мамотенко, Л. П. Коваленко та ін. ; Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. – Харків : ФОП Петров В. В., 2021. 111 с. 4. Грибан В. Г. Валеологія: підручник / В. Г. Грибан - 2-ге вид. перероб. та доп. К. : «Центр учбової літератури», 2012. 342 с 5. Ластков Д. Основи екології та профілактична медицина / Д. Ластков, І.Сергета, О. Швидкий. Київ: Медицина, 2017. 472 с. 6. Комісова Т. Є. Вікова анатомія та фізіологія людини: навчальний посібник / Т. Є. Комісова, А. В. Мамотенко, Л. П. Коваленко, І. А. Іонов, О. О. Катеринич, Г. І. Сахацький. Х.: ФОП Петров В. В., 2021. 112 с. 7. Корінчак Л.М. Вікова фізіологія та шкільна гігієна: навчально-методичний посібник. Умань ВПЦ «Візаві», 2018. 320с. : іл 8. Коц В.П., Коц С.М. Вікова фізіологія та шкільна гігієна. Навчальний посібник. ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. 2017. 308 с. 9. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини: навч. посібник. Суми: Університетська книга, 2019. 448 с. 10. Неведомська Є.О., Маруненко І.М. Вікова фізіологія та валеологія: навч.-метод. посіб. з проведення практичних робіт [для студ. вищ. навч. закл.] / Є. О. Неведомська, І. М. Маруненко. К.: Київськ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2013. 34 с. 11. Основи анатомії та фізіології нервової діяльності людини : навч.-метод. посіб. / МОН України, Уманський держ. Пед. Ун-т. імені Павла Тичини; уклад. Л. М. Корінчак. 2-ге вид., допов. Умань: Візаві, 2023. 255 с. 12. Сидоренко П.І. Анатомія та фізіологія людини : підручник / П.І. Сидоренко, Г.О. Бондаренко, С.О. Куц. 5-е вид., випр. К.: ВСВ «Медицина», 2015. 248 с. 13. Топчій М. С., Босенко А. І., Долинський Б. Т. Практикум з вікової фізіології та валеології: навч. посіб. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2019. 216 с. 14. Філіпцова К. А., Топчій М. С. Практикум з вікової фізіології та шкільної гігієни: навч. посіб. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2019. 218 с.

Поточний контроль	Виконання практичних, лабораторних завдань і модульних контрольних робіт, ІНДЗ, есе (за вибором викладача)
Підсумковий контроль	Тестовий контроль, екзамен.

Розробник



Любов КОРИНЧАК