

## **ВДОСКОНАЛЕННЯ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ» У ВИЩИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

**Іванська О. В.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту,  
доцентка кафедри медико-біологічних основ  
фізичної культури та спорту,  
Запорізький національний університет  
м. Запоріжжя, Україна*

Дистанційна форма навчання – нова унікальна форма освіти, перейти до якої змусили пандемія коронавірусної хвороби, яка суттєво змінила характер навчання здобувачів вищої освіти, та поточна воєнна ситуація. Зауважимо, що і до вищезазначених критичних ситуацій, які істотно змінили характер навчання здобувачів вищої освіти, дистанційні технології навчання були задіяні на кафедрі медико-біологічних основ фізичної культури та спорту Запорізького національного університету. У пошукових аспектах нами разом із колегами розроблялися теоретичні передумови ефективного використання дистанційного навчання [1, 23].

Розробка методик навчання анатомо-фізіологічним дисциплінам спрямовується на те, щоб відібрати достатній та необхідний для розуміння обсяг навчального матеріалу, обрати максимально ефективний формат проведення занять і, найголовніше, підібрати натуральну наочність чи альтернативні їй засоби навчання. Актуальність питання щодо методик навчання анатомо-фізіологічних дисциплін студентів, особливо небіологічних профілів педагогічної освіти, обумовлена значенням знань для розуміння майбутніми вчителями в процесів, що ґрунтуються на розумінні будови та функціонального значення систем організму людини [2, 164].

Фізіологія (грец. *physis* – природа та *logos* – слово) – наука про закономірності функціонування живих організмів, їх окремих систем, органів і тканин. Фізіологія також вивчає закономірності взаємодії живих організмів із навколишнім середовищем, їх поведіння в різних умовах, а також на різних стадіях росту та розвитку. Фізіологія вивчає організм як єдине ціле з інтегрованим розумінням взаємодії процесів на рівні молекул, клітин, тканин та органів. Основою життєдіяльності організму є фізіологічні процеси, що являють собою складну форму взаємодії та єдності біохімічних та біофізичних змін у клітинах. Відтак фізіологія людини являє собою науку, яка вивчає механічні, фізичні та біохімічні функції організму, його взаємодію із середовищем, а також

механізми стійкості та адаптації вказаних функцій до дії різних чинників.

Фізіологія людини – одна з головних фундаментальних дисциплін, яка формує природничонаукові засади фізичної культури і спорту. Вона є теоретичною основою цілої низки дисциплін. Відтак курс «Фізіологія людини» належить до обов'язкових компонентів освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт», «Фітнес та рекреація» бакалаврського рівня. Він має тісні міжпредметні зв'язки з такими дисциплінами, як «Анатомія людини», «Психолого-педагогічні основи фізичного виховання», «Гігієна фізичного виховання та основи раціонального харчування», «Фізіологія рухової активності з основами біохімії», «Профілактика травматизму у фізичному вихованні» [3, 3].

Важливе місце у структурі курсу відведено лекційним та лабораторним заняттям. У ході лабораторних занять студенти мають засвоїти особливості фізіологічних функцій організму, а також навчитися проводити експериментальні дослідження життєво важливих функціональних систем організму людини; розраховувати норму фізіологічних показників організму; оцінювати функціональний стан всього організму та його окремих органів і систем у людей; використовувати при роботі довідкову та навчальну літературу.

Метою вивчення дисципліни «Фізіологія людини» є засвоєння процесів життєдіяльності на різних рівнях організації організму – клітинному, тканинному, органному, системному рівнях і на рівні цілого організму у взаємодії із зовнішнім середовищем.

Основними завданнями курсу є: ознайомлення з фізіологічними процесами, що відбуваються в організмі здорової людини; встановлення взаємозв'язку будови та функцій органів і систем органів організму; дослідження фізіологічних механізмів пристосування організму до змін навколишнього середовища; набуття практичних навичок визначення й оцінки функціональних особливостей організму і фізичного розвитку людини за морфофункціональними ознаками.

У результаті вивчення курсу «Фізіологія людини» здобувачі ступеня вищої освіти бакалавра повинні знати, понятійно-категоріальний апарат дисципліни; механізми процесів життєдіяльності клітини; фізіологію органів і систем людського організму; взаємозв'язок будови органів із виконуваними функціями; фізіологічні критерії стану здоров'я людини; здоров'язбережувальні чинники; чинники, які негативно впливають на функціонування людського організму; механізми нейрогуморальної регуляції процесів життєдіяльності організму [3, 5].

При завершенні курсу «Фізіологія людини» студенти повинні уміти: вільно оперувати термінами та поняттями навчальної дисципліни; пояснювати зв'язок між будовою та функціями органів людського організму; досліджувати стан фізіологічних систем людського

організму, інтерпретувати й порівнювати одержані результати; аналізувати вікові особливості функцій людського організму; обґрунтовувати вплив засобів фізичної культури і спорту на людський організм; застосовувати набуті знання для ведення та популяризації здорового способу життя, профілактики порушень фізіологічних систем у процесі життєдіяльності, занять фізичною культурою та спортом; дотримуватися раціонального режиму праці та відпочинку.

Фізіологія належить до експериментальних наук. Поширеним способом залучення студентів до розв'язання практичних завдань є виконання лабораторних досліджень для наочної ілюстрації певних фізіологічних функцій. На сьогодні застосовуються в навчальному процесі мультимедійні комп'ютерні програми та симулятори, моделювання фізіологічних процесів, відеофільми, муляжі тощо. Ці методи не лише інформативні, а також дають можливість студентам ознайомлюватися з матеріалом самостійно та багаторазово повторювати його до повного засвоєння.

Викладання курсу «Фізіологія людини» для студентів 2 курсу, 3 семестр для спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт» та «Фітнес рекреація», та 014 Середня освіта «Фізична культура». У межах змістових модулів передбачена навчальна діяльність студентів у традиційних формах лекційних, лабораторні роботи із застосуванням сучасних методів і прийомів навчання [4, 90].

Підхід до організації оволодіння студентом змістовними модулями подається через активізацію самостійно-творчої пізнавальної діяльності студентів. Оцінювання рівня досягнень студентів відбувається через систему СЕЗН ЗНУ на базі MOODLE та через такі сервіси організації відеоконференцій – ZOOM, Skype, Viber, WhatsApp Messenger, Facebook Messenger.

Результати та компетентність це, здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати 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. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання про форму, будову тіла людини та його складових частин, функціональні системи організму. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей на основі розуміння і

застосування положень морфології. Здатність використовувати знання основ адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

Висновки. Дисципліни медико-біологічного циклу займають значне місце у системі вищої освіти. Особливої важливості набуває знання анатомії та фізіології бакалаврами, які навчаються зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», «Фітнес та рекреація». Викладання дисципліни як фізіологія людини здобувачам спеціальностей передбачає врахування специфічних особливостей навчання. Використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій у викладанні фізіології людини підвищує ефективність сприйняття здобувачами навчального матеріалу.

### **Література**

1. Вовканич Л. С. Вікова анатомія і фізіологія : навч. посіб. для практ. занять. Львів : ЛДУФК, 2016. 208 с.
2. Гжегоцький М. Фізіологія : навчально-методичний посібник до практичних занять та самостійної роботи. Київ : Нова книга, 2019. 464 с.
3. Іванська О.В., Дорошенко В.В. Фізіологія людини : методичні рекомендації до лабораторних занять для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт», «Фітнес та рекреація» Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2021. 55 с.
4. Юрах О. М., Попадинець О. Г., Котик Т. Л., Юрах Г. Ю. та ін. Досвід дистанційного навчання з анатомії людини за умови пандемії COVID-19 в Україні: виклики та потенційні можливості. Клінічна анатомія та оперативна хірургія, 2021. Т. 20, № 2. С. 82–92.