

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Львівський національний університет імені Івана Франка
Факультет культури і мистецтв
Кафедра режисури та хореографії

Затверджено

Факультет культури і мистецтв
Львівського національного університету імені Івана Франка

В.о. декана факультету _____ доц. Мирослава
ЦИГАНИК
(протокол ВР факультету № 24 від 31 серпня 2023 року)

На засіданні кафедри режисури та хореографії
В.о. завідувача кафедри режисури та хореографії

_____ проф. Федір
СТРИГУН
(протокол кафедри № 1 від 28 серпня 2023 року)

Силабус з навчальної дисципліни

«АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ ТА ФІЗІОЛОГІЯ РУХЛИВОЇ АКТИВНОСТІ»

що викладається в межах освітньої ОП «Хореографія»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

для здобувачів:

галузі знань 02 «Культура і мистецтво»
спеціальності 024 «Хореографія»

І курс 1 семестр

для студентів денної / заочної форми навчання

Львів

Назва курсу	Анатомія людини та фізіологія рухливої активності
Адреса викладання курсу	м. Львів, вул. Стефаника 10. (Кафедри режисури та хореографії)
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Факультет культури і мистецтв, кафедра режисури та хореографії
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	02 Культура і мистецтво 024 Хореографія
Викладачі курсу	Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри режисури та хореографії Яцеленко А.А. доцент кафедри режисури та хореографії Шіт Т. Р.
Контактна інформація викладачів	andrii.yatselenko@lnu.edu.ua Taras.Shit@lnu.edu.ua razomlviv@ukr.net
Консультації по курсу відбуваються	Консультації в день проведення лекцій/практичних занять (за попередньою домовленістю). Також можливі он-лайн консультації. Для цього слід писати на електронну пошту викладача або дзвонити.
Сторінка курсу	https://kultart.lnu.edu.ua/course/anatomiia-liudyny-ta-fiziolohiia-rukhlivoi-aktyvnosti-op-024-2021
Інформація про курс	Дисципліна «Анатомія людини та фізіологія рухливої діяльності» є нормативно навчальною дисципліною з спеціальності 024 Хореографія для освітньої програми Бакалавр Хореографія, яка викладається один семестр (бакалавр), в обсязі 3 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS).
Коротка анотація курсу	Курс розроблено таким чином, щоб надати учасникам необхідні знання, обов'язкові для того, щоб вивчити основи анатомії та фізіології організму танцівника. Опанувати практичні навички з правильного розподілу фізичного навантаження, відновлення організму танцівника після розумового та фізичного навантаження, раціонального харчування танцівника. Навчити на практиці застосовувати знання з курсу при проведенні занять з хореографії.
Мета та цілі курсу	Метою викладання нормативної навчальної дисципліни «Анатомія людини та фізіологія рухливої активності» є надання цілісного уявлення про зовнішню форму, внутрішню будову організму танцівника у зв'язку з функцією його окремих систем, органів, тканин і клітин, особливостями походження людини, її вікового розвитку і оточуючим середовищем. Розкрити закони життєдіяльності організму танцівника та керування ним. Для підготовки висококваліфікованих викладачів хореографічних дисциплін. в новітніх мистецьких закладах освіти, середній та вищій школі. Основними цілями дисципліни «Анатомія людини та фізіологія рухливої активності» є надання фундаментальних знань з анатомії та фізіології людини; формування уявлення про організм танцівника та його можливості; навчити підвищувати функціональний стан організму танцівника; навчити студентів відновлювати організм танцівника після фізичного навантаження; сформувати уявлення про раціональне харчування; підготувати до вивчення і пізнання організму людини, з огляду фізичного навантаження танцівника.
Література для вивчення дисципліни	Книги які знаходяться на google диску потребують доступу. При запиті доступу вказуйте свою фамілію та посаду. Основна література:

1. Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia] / L. Androschuk, V. Balahur, T. Blahova, O. Martynenko, O. Plakhotnyuk // redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 – 256 p. ISBN 978-83-89481-37-5 (Фізична культура, педагогіка, здоров'я та фізична терапія [монографія] / Л. Андрощук, В. Балагур, Т. Благова, О. Мартиненко, О. Плахотнюк // ред. О. Заболотна – Старогард Гданьські : Поморський університет, 2020 – 256 с.
 2. Кінезіологія танцю : колективна монографія / за заг. ред. О. Плахотнюка. – Львів : СПОЛОМ, 2020. – 244 с. Кінезіологія танцю.pdf.
 3. Plahotnyuk A. Pedagogical methods of dance art therapy practice jazz dance / A. Plahotnyuk // Vzdelávanie a spoločnosť / Medzinárodný nekonferenčný zborník. – Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, 2016. – S. 487–494.
 4. Plakhotnyuk O. Formation of dance movement kinesiology as a scientific and practical component of choreographic art / O. Plakhotnyuk // Молодий вчений : науковий журнал. – Херсон, 2017. – Вип. № 4 (44), ч. I – С. 71–75.
 5. Plakhotnyuk O. Кінезіологія танцю та арт-терапія як педагогічна складова підготовки фахівця хореографічного митсця / О. Plakhotnyuk // Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia], redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 –pp. 138–146.
 6. Літовченко О. А. Дихання в хореографії як фізіологічний процес в організмі танцівника / О. Літовченко // Кінезіологія танцю та складно-координованих видів спорту : навчально-методичний посібник / [упор. О. Плахотнюк]. – Львів : Кафедра режисури та хореографії ЛНУ ім. І. Франка, 2017. – С. 57–66. Дихання в хореографії як фізіологічний процес в організмі танцівника
 7. Літовченко О. А. Особливості моторної пам'яті танцівника у процесі виконавської діяльності / О. Літовченко // Кінезіологія танцю та техніко-естетичних видів спорту : навчально-методичний посібник / [упор. О. Плахотнюк]. – Львів : СПОЛОМ, 2019. – Ч III. – С. 11-20. Особливості моторної пам'яті танцівника у процесі
 8. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.1-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 368 с. : іл.
 9. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.2-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 456 с. : іл.
 10. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.3-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 376 с. : іл.
 11. Анатомія людини. : підручник / Черкасов В. Г., Хмара Т. В., Макар Б. Г., Проняев Д. В. – Чернівці: Мед. університет. 2012. – 462 с.
 12. Анатомія людини. : навчально-методичний посібник / В. Г.Черкасов, С.Ю. Кравчук. – Вінниця: Нова книга, 2011. – 640с.
 13. Анатомія людини / [Ковешніков В.Г., Бобрик І.І., Головацький А.С. та ін.]; за ред. В.Г. Ковешнікова – Луганськ: Віртуальна реальність, 2008. – Т.3.– 400.
 14. Анатомія та фізіологія з патологією / Під ред. Я. І. Федюка. Тернопіль: Укрмедкнига, 2001. 676с.
 15. Біомеханіка спорту : підручник / Рибак О.Ю., Рибак Л. І., Виноградський Б.А. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 268 с.
 16. Ганонг В.Ф. Фізіологія людини. підручник для 3-4 рівнів акредитації. Львів: БАК, 2002. 768с.
 17. Гігієна та гігієна спорту : підручник для студ. вищ. навч. закл. / Ю. Д. Свистун, О. П. Лаптев, С. О. Полієвський, Х. Є. Шавель. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 304 с.
 18. Кучерук О.С., Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Частина 1. / Кам'янець-Подільський. Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, 1997. 210с.
 19. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Частина II. Кам'янець-Подільський. Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, 2000. 218с.
 20. Свиридов О.І. Анатомія людини. – Київ: Вища школа, 2000.- 399с.
 21. Улямор Дж. Х., Костил Д.Л. Физиология спорта и двигательной активности – Київ.: Олимпийская литература, 1997. 504 с.
 22. Sobotta. Атлас анатомії людини. У двох томах. Переробка та редакція українського видання: В. Г. Черкасов., пер. О. І. Ковальчука. - Київ : Український медичний вісник, 2009.
- Додаткова література:**
23. Безпаленко Ю. Педагогічний досвід учнів В. А. Вичегжаніна у системі формування основ класичного танцю. Не природна виворотність / Ю. Безпаленко, Г. Горбачук // Актуальні питання гуманітарних наук : міжвузівський збірник праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету ім. І. Франка. – Дрогобич,

2015. – Вип. 12. – С. 107–112. <http://dspu.edu.ua/hsci/wp-content/uploads/2017/12/012-13.pdf>
24. Безпаленко Ю. Педагогічний досвід Володимира Андрійовича Вичегжаніна у системі формування основ класичного танцю / Ю. Безпаленко, Г. Горбачук // Вісник Львівського університету : зб. наук. праць. – Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – С. 62–65. “Вісник Львівського університету. Серія Мистецтвознавство” Випуск 14.
25. Безпаленко Ю. Педагогічний досвід учнів Вичегжаніна В. А. у системі формування основ класичного танцю: голова (частина перша) / Ю. Безпаленко, А. Іващишин // Музичне мистецтво XXI століття – історія, теорія, практика : науковий журнал. Інституту музичного мистецтва Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. – Дрогобич – Кельце – Каунас – Алмата : Посвіт, 2017. – Вип. 2 – С. 104–110. (ISSN 2518-721X, збірник включений до міжнародних наукометричних баз РІНЦ та Google Scholar).
26. Безпаленко Ю. Особливості положення голови танцівника в просторі / Ю. Безпаленко // Сучасне хореографічне мистецтво: підґрунтя, тенденції, перспективи розвитку : навчально-методичний посібник [упоряд. О. Плахотнюк]. – Львів : СПОЛОМ, 2016. – С. 88–94.
27. Дем'янчук А. Л. Створення хореографічного образу засобами пластичних і часових мистецтв / А. Л. Дем'янчук, Р. Ю. Кундис // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. – 2019. – № 4. – С. 103–109. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdakkkm_2019_4_22
28. Луцько П. С. Мистецтво перформансу як спосіб життя / Ю. Ю. Скиба, П. С. Луцько // Молодий вчений. – 2019. – №11 (75). – С. 281 – 284. URL:<http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2019/11/61.pdf> (ISSN 2304-5809, збірник включено до міжнародних каталогів наукових видань і наукометричних баз: РІНЦ, Scholar Google, OAJI, Cite Factor, Research Bible, Index Copernicus).
29. Антоняк Г.Л., Влізло В.В., Іскра Р.Я., Панас Н.С., Коцюмбас І.Я. Кальцій в організмі людини і тварин. Київ: Аграрна наука, 2019. – 246 с.
30. Гонтський Я.І., Максимчук Т.П. Біохімія людини: Підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів освіти III-IV рівнів акредитації. Тернопіль: Укрмедкнига, 2008. 536 с.
31. Гнатчук І.Ю., Манько В.В. Зміни параметрів фізіологічного тремору кисті під час різної активності м'язів верхньої кінцівки людини // Фізіол. журн. – 2019. – Т. 65, № 4. – С. 59–65. – DOI: <https://doi.org/10.15407/fz65.04.059>.
32. Король Т. Сучасна українська анатомічна термінологія в професійній освіті та практиці // Т. Король, С. Бичкова, В. Манько // Проблеми української термінології: зб. наукових праць. – 2012. – С.78-81.
33. Михалевич Р.Ф. Анатомія та фізіологія з основами патології в запитаннях та відповідях. Київ : Здоров'я, 2001. 176 с.
- Інформаційні ресурси:**
34. Головний мозок людини. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=vJNBu4d2Ajc> 10.08.21
35. Дихання. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=E1mobprC2OU> 10.08.21
36. Ендокринна система. Залози внутрішньої секреції Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=JArizcQMtoc> 10.08.21
37. Ендокринна система. Поняття про залози внутрішньої, зовнішньої та змішаної секреції. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=X-SSGFpvMwY> 10.08.21
38. Обмін речовин та енергії. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=lmwJTKemJoc> 10.08.21
39. Опорно-рухова система. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=cxwVBZ3Fejc> 10.08.21
40. Кровоносна система. Рух крові по судинах. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=JRXte4xAeJ4> 10.08.21
41. Серце людини - будова та принцип роботи. Біологія з ROQED Science Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=Fu2TDd9WPxU> 10.08.21
42. Спинний мозок (лекція з курсу - "Анатомія та еволюція нервової системи") Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=iun2VK91N-A> 10.08.21
43. Травлення. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=KBIRl0Wj0QU> 10.08.21
44. Фізіологія дихання. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=fUDc0nEh4Co> 10.08.21
45. Фізіологія дихання. Режим доступу до ресурсу : <https://www.youtube.com/watch?v=8jyfsttrkAM> 10.08.21
46. Фізіологія ЦНС. Режим доступу до ресурсу :

	https://www.youtube.com/watch?v=wFdJPYft5vQ 10.08.21 47. Як серце перекачує кров ? Кровообіг. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=DIwVZxsigpU 10.08.21
Обсяг курсу	Денна форма навчання: <u>90</u> годин аудиторних занять. З них <u>16</u> годин лекційних занять, <u>16</u> годин практичних занять та <u>58</u> годин самостійної роботи. 2 курс III семестр заочна форма навчання
Очікувані результати навчання	<p>ЗК01. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p>ЗК02. Здатність 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.</p> <p>ЗК03. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК04. Здатність спілкуватися іноземною мовою.</p> <p>ЗК05. Навички здійснення безпечної діяльності.</p> <p>СК03. Здатність застосовувати теорію та сучасні практики хореографічного мистецтва, усвідомлення його як специфічного творчого відображення дійсності, проектування художньої реальності в хореографічних образах.</p> <p>СК04. Здатність оперувати професійною термінологією в сфері фахової хореографічної діяльності (виконавської, викладацької, балетмейстерської та організаційної).</p> <p>СК05. Здатність використовувати широкий спектр міждисциплінарних зв'язків для забезпечення освітнього процесу в початкових, профільних, фахових закладах освіти.</p> <p>СК12. Здатність використовувати принципи, методи та засоби педагогіки, сучасні методики організації та реалізації освітнього процесу, аналізувати його перебіг та результати в початкових, профільних, фахових закладах освіти.</p> <p>СК13. Здатність використовувати традиційні та інноваційні методики для діагностування творчих, рухових (професійних) здібностей, їх розвитку відповідно до вікових, психолого- фізіологічних особливостей суб'єктів освітнього процесу.</p> <p>СК14. Здатність забезпечувати високий рівень володіння танцювальними техніками, виконавськими прийомами, застосовувати їх як виражальний засіб.</p> <p>ПРО5. Аналізувати проблеми безпеки життєдіяльності людини у професійній сфері, мати навички їх попередження, вирішення та надання першої допомоги.</p>
Ключові слова	Анатомія, фізіологія, функціональний стан організму, відновлення організму, раціональне харчування.
Формат курсу	Очний /заочний
Теми	<p>Тема 1. Вступ в анатомію та фізіологію.</p> <p>Тема 2. Опорно-руховий апарат (кісткова система).</p> <p>Тема 3. Суглоби (рухоме з'єднання кісток скелета).</p> <p>Тема 4. М'язова система (міологія).</p> <p>Тема 5. Будова внутрішніх органів (спланхнологія).</p> <p>Тема 6. Судини (ангіологія).</p> <p>Тема 7. Центральна нервова система.</p> <p>Тема 8. Периферична нервова система.</p> <p>Тема 9. Ендокринна система.</p>

	<p>Тема 10. Принципи підвищення функціонального стану організму в хореографії.</p> <p>Тема 11. Принципи і методи відновлення організму після фізичного навантаження.</p> <p>Тема 12. Раціональне харчування.</p>
Підсумковий контроль, форма	Підсумкова форма контролю проводиться у формі заліку: на I курсі в 2 семестрі.
Пререквізити	Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з анатомії людини, достатніх для сприйняття категоріального апарату фізіології руху, розуміння основ які використовуються в хореографії.
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу	<ul style="list-style-type: none"> - проведення лекцій, семінарсько-практичних занять із застосуванням словесних методів навчання (пояснення, бесіда, розповідь, дискусії); - застосування інтерактивних методів навчання під час семінарсько-практичних занять («мозкового штурму», «комунікативної атаки», «методу проектів» тощо); - застосування методів стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності студентів, проблемно-пошукове навчання; - проведення лекцій, семінарсько-практичних занять із застосуванням наочних методів навчання (мультимедійних засобів, роздаткового матеріалу).
Необхідне обладнання	Лекційні і практичні заняття відбуватимуться також з використанням відеопоказу, онлайн трансляцій та візуалізації проектів. Вивчення курсу базується на використанні загально вживаних програм і операційних систем.
Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)	<p>Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням:</p> <ul style="list-style-type: none"> • практичні/самостійні тощо: 25% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 25 • контрольні заміри (модулі): 25% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 25 • залік: 50% семестрової оцінки. Максимальна кількість балів 50 <p>Підсумкова максимальна кількість балів 100</p> <p>Письмові роботи: Очікується, що студенти виконають декілька видів письмових робіт (есе, вирішення кейсу). 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. Відвідання занять є важливою складовою навчання. 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 усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом. Література. Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.</p> <p>Політика виставлення балів. Враховуються бали набрані на поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях та активність</p>

	<p>студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнь на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов'язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін.</p> <p>Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.</p>
Питання до заліку.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Термінологія анатомії та фізіології. 2. Понятійно-категоріальні знання з анатомії та фізіології. 3. Значення кісткової системи для танцівника. 4. Значення суглобів для танцівника. 5. Значення м'язової системи для танцівника. 6. Значення травневої системи для танцівника. 7. Значення дихальної системи для танцівника. 8. Залежність фізичного навантаження від статі. 9. Значення кровеносної системи для танцівника. 10. Значення лімфатичної системи для танцівника. 11. Значення ендокринної системи для танцівника. 12. Значення нервової системи для танцівника. 13. Система розвитку гнучкості та координації людського тіла за допомогою використання знань з анатомії та фізіології. 14. Застосовування теоретичних знань з анатомії та фізіології в створенні хореографічних образів. 15. Відбір навчального матеріалу з анатомії та фізіології для використання його в хореографії. 16. Комплекс вправ для підвищення функціонального стану організму танцівника. 17. Комплекс вправ для відновлення організму танцівника після фізичного навантаження.
Опитування	<p>Анкету-оцінку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу.</p>

СХЕМА КУРСУ

I курс I семестр

Тиж. /	Тема, план, короткі тези	Форма діяльності	Література Ресурси в інтернеті	Завдання, год	Термін виконання
1/	МОДУЛЬ I. Будова та функціонування скелету. ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Скелет. Тема 1. Вступ в анатомію та фізіологію.	Лекція Практичне заняття	1. Анатомія людини : підручник / Черкасов В. Г., Хмара Т. В., Макар Б. Г., Проняев Д. В. – Чернівці: Мед. університет. 2012. – 462 с. 2. Біомеханіка спорту : підручник / Рибак О.Ю., Рибак Л. І., Виноградський Б.А. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 268 с. 3. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.1-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 368 с. : іл. 4. Кучерук О.С., Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Частина 1. / Кам'янець-Подільський. Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, 1997. 210с. 5. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Частина II. Кам'янець-Подільський. Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, 2000. 218с. 6. Улямор Дж. Х., Костил Д.Л. Физиология спорта и двигательной активности – Київ.: Олимпийская литература, 1997. 504 с. 7. Sobotta. Атлас анатомії людини. У двох томах. Переробка та редакція українського видання: В. Г. Черкасов., пер. О. І. Ковальчука. - Київ : Український медичний вісник, 2009.	<i>Розкрити значення та практичне застосування знань про будову та функціонування організму танцівника.</i> Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)	1 тиждень
2/	Тема 2. Опорно-руховий апарат (кісткова система).	Лекція Практичне заняття	1. Анатомія людини : підручник / Черкасов В. Г., Хмара Т. В., Макар Б. Г., Проняев Д. В. – Чернівці: Мед. університет. 2012. – 462 с. 2. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.2-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. –456 с. : іл. 3. Біомеханіка спорту : підручник / Рибак О.Ю., Рибак Л. І., Виноградський Б.А. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 268 с. 4. Ганонг В.Ф. Фізіологія людини. підручник для 3-4 рівнів акредитації. Львів: БАК, 2002. 768с. 5. Опорно-рухова система. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=cxwVBZ3Fejc 10.08.21	<i>Будова і значення скелета. Будова та класифікація кісток.</i> <i>Частина скелета:</i> <i>Скелет голови – череп;</i> <i>Скелет тулуба; Скелет верхніх і нижніх кінцівок.</i> <i>Вікові особливості скелета.</i> Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)	1 тиждень
3/	Тема 3. Суглоби (рухоме з'єднання кісток скелета).	Лекція Практичне заняття	1. Plakhotnyuk O. Formation of dance movement kinesiology as a scientific and practical component of choreographic art / O. Plakhotnyuk // Молодий вчений : науковий журнал. – Херсон, 2017. – Вип. № 4 (44), ч. I – С. 71–75. 2. Анатомія людини : підручник / Черкасов В. Г., Хмара Т. В., Макар Б. Г., Проняев Д. В. – Чернівці: Мед. університет. 2012. – 462 с. 3. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.2-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. –456 с. : іл. 4. Біомеханіка спорту : підручник / Рибак О.Ю., Рибак Л. І., Виноградський Б.А. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 268 с. 5. Ганонг В.Ф. Фізіологія людини. підручник для 3-4 рівнів акредитації. Львів: БАК, 2002. 768с. 6. Опорно-рухова система. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=cxwVBZ3Fejc 10.08.21	<i>Суглоби. Хрящі. Зв'язки.</i> Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)	1 тиждень
4/	Тема 4. М'язова система (міологія). Фізіологія дихання.	Лекція Практичне заняття	1. Plakhotnyuk O. Formation of dance movement kinesiology as a scientific and practical component of choreographic art / O. Plakhotnyuk // Молодий вчений : науковий журнал. – Херсон, 2017. – Вип. № 4 (44), ч. I – С. 71–75. 2. Літовченко О. А. Дихання в хореографії як фізіологічний процес в організмі танцівника / О. Літовченко // Кінезіологія танцю та складно-координованих видів спорту : навчально-методичний посібник / [упор. О.Плахотнюк]. – Львів : Кафедра	<i>Функції скелетних м'язів.</i> <i>М'яз як орган (будова поперечнозмугастої м'язової тканини, основні частини і допоміжні апарати м'яза, кровопостачання та іннервація м'язів).</i> <i>Класифікація м'язів.</i> <i>Функціональні групи</i>	

			режисури та хореографії ЛНУ ім. І. Франка, 2017. – С. 57–66. ДИХАННЯ В ХОРЕОГРАФІІ ЯК ФІЗІОЛОГІЧНИЙ ПРОЦЕС В ОРГАНІЗМІ ТАНЦІВНИКА 3. Дихання. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=E1mobprC2OU 10.08.21 4. Фізіологія дихання. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=fUDc0nEh4Co 10.08.21 5. Фізіологія дихання. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=8jyfstrkAM 10.08.21	<i>м'язів. Синергізм і антагонізм м'язів при фізичних вправах. Розвиток м'язів. Вивченням м'язів займається наука міологія. Всі м'язи людського тіла поділяють на 3 групи: - гладкі м'язи; - серцевий м'яз; - скелетні (поперечносмугасті м'язи). Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</i>	1 тиждень
5/	МОДУЛЬ II. Будова внутрішніх органів та систем. Функції головного та спинного мозку. ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. Внутрішні органи та системи. Центральна та периферичні системи. Тема 5. Будова внутрішніх органів (спланхнологія).	Лекція Практичне заняття	1. Анатомія людини : підручник / Черкасов В. Г., Хмара Т. В., Макар Б. Г., Проняев Д. В. – Чернівці: Мед. університет. 2012. – 462 с. 2. 10. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.3-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 376 с. : іл. 3. Серце людини - будова та принцип роботи. Біологія з ROQED Science Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=Fu2TDd9WPxU 10.08.21 4. Обмін речовин та енергії. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=lmwJTKemJoc 10.08.21	<i>Травна система. Дихальний апарат. Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</i>	1 тиждень
6/	Тема 6. Судини (ангіологія).	Лекція Практичне заняття	1. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.3-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 376 с. : іл. 2. Анатомія людини. : підручник / Черкасов В. Г., Хмара Т. В., Макар Б. Г., Проняев Д. В. – Чернівці: Мед. університет. 2012. – 462 с. 3. Анатомія людини. : навчально-методичний посібник / В. Г.Черкасов, С.Ю. Кравчук. – Вінниця: Нова книга, 2011. – 640с. 4. Кровоносна система. Рух крові по судинах. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=JRXte4xAeJ4 10.08.21 5. Як серце перекачує кров ? Кровообіг. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=DfWVZxsgpU 10.08.21	<i>Кровоносна система. Основні функції крові. Плазма і клітини крові. Білки плазми. Захисні властивості крові. Групи крові. Кровообіг. Артерії, капіляри і вени. Серце, його будова і робота. Лімфатична система. Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</i>	1 тиждень
7, 8/	Тема 7. Центральна нервова система.	Лекція Практичне заняття	1. Літовченко О. А. Особливості моторної пам'яті танцівника у процесі виконавської діяльності / О. Літовченко // Кінезіологія танцю та техніко-естетичних видів спорту : навчально-методичний посібник / [упор. О. Плахотнюк]. – Львів : СПОЛОМ, 2019. – Ч III. – С. 11-20. ОСОБЛИВОСТІ МОТОРНОЇ ПАМ'ЯТІ ТАНЦІВНИКА У ПРОЦЕСІ 2. Анатомія людини / [Ковешніков В.Г., Бобрик І.І., Головацький А.С.та ін.]; за ред. В.Г. Ковешнікова – Луганськ: Віртуальна реальність, 2008. – Т.3.– 400. 3. Ганонг В.Ф. Фізіологія людини. підручник для 3-4 рівнів акредитації. Львів: БАК, 2002. 768с. 4. Фізіологія ЦНС. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=wFdJPyf5vQ 10.08.21 5. Головний мозок людини. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=vJNBu4d2Ajc 10.08.21	<i>Основні функції ЦНС. Нейрон, функції, механізм взаємодії (структура синапса, хімічні медіатори). Рефлекс. Рефлекторна дуга. Основні властивості нервових центрів. Види гальмування в ЦНС. Загальні принципи координаційної діяльності ЦНС. Ден. (Л – 2 год. П – 2 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</i>	2 тижня
9/	Тема 8. Периферична нервова система.	Лекція Практичне заняття	1. Анатомія людини / [Ковешніков В.Г., Бобрик І.І., Головацький А.С.та ін.]; за ред. В.Г. Ковешнікова – Луганськ: Віртуальна реальність, 2008. – Т.3.– 400. 2. Ганонг В.Ф. Фізіологія людини. підручник для 3-4 рівнів акредитації. Львів: БАК, 2002. 768с. 3. 10. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.3-й підручник / А.С. Головацький,	<i>Анатомія ПНС. Основні функції ПНС. Основні властивості ПНС. Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год.)</i>	

			<p>В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 376 с. : іл.</p> <p>4. Спинний мозок (лекція з курсу - "Анатомія та еволюція нервової системи") Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=iun2VK91N-A 10.08.21</p>	П – 0.5 год.)	1 тиждень
10/	Тема 9. Ендокринна система.	Лекція Практичне заняття	<p>1. Анатомія людини / [Ковешніков В.Г., Бобрик І.І., Головацький А.С.та ін.]; за ред. В.Г. Ковешнікова – Луганськ: Віртуальна реальність, 2008. – Т.3.– 400.</p> <p>2. Ганонг В.Ф. Фізіологія людини. підручник для 3-4 рівнів акредитації. Львів: БАК, 2002. 768с.</p> <p>3. 10. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.3-й підручник / А.С. Головацький, В.Г.Черкасов, М.Р. Сапін та [ін.] – Вид. 3-тє, доопрацьоване – Вінниця : Нова книга, 2015. – 376 с. : іл.</p> <p>6. Ендокринна система. Залози внутрішньої секреції Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=JARizcQMtoc 10.08.21</p> <p>7. Ендокринна система. Поняття про залози внутрішньої, зовнішньої та змішаної секреції. Режим доступу до ресурсу : https://www.youtube.com/watch?v=X-SSGFpMwY 10.08.21</p>	<p><i>Загальні характеристики ендокринної системи. Ендокринні залози, їх функції, вікові зміни, патології.</i></p> <p>Ден. (Л – 1 год. П – 1 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</p>	1 тиждень
11, 12/	МОДУЛЬ III. Принципи та методи підвищення та відновлення організму. ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. Підвищення фізичних властивостей організму. Тема 10. Принципи підвищення функціонального стану організму в хореографії.	Лекція Практичне заняття	<p>1. Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia] / L. Androschchuk, V. Balahur, T. Blahova, O. Martynenko, O. Plakhotnyuk // redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 – 256 p. ISBN 978-83-89481-37-5 (Фізична культура, педагогіка, здоров'я та фізична терапія [монографія] / Л. Андрощук, В. Балагур, Т. Благова, О. Мартиненко, О. Плахотнюк // ред. О. Заболотна – Старогард Гданьські : Поморський університет, 2020 – 256 с. https://zenodo.org/record/4086115#.X5Py7tRS8dU.</p> <p>2. Кінезіологія танцю : колективна монографія / за заг. ред. О. Плахотнюка. – Львів : СПОЛОМ, 2020. – 244 с. Кінезіологія танцю.pdf.</p> <p>3. Plahotnyuk A. Pedagogical methods of dance art therapy practice jazz dance / A. Plahotnyuk // Vzdelávanie a spoločnosť / Medzinárodný nekonferenčný zborník. – Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, 2016. – S. 487–494. (ISBN 978-80-555-17112-4).Vzdelávanie a spoločnosť Medzinárodný nekonferenčný zborník. pdf.</p> <p>4. Plakhotnyuk O. Formation of dance movement kinesiology as a scientific and practical component of choreographic art / O. Plakhotnyuk // Молодий вчений : науковий журнал. – Херсон, 2017. – Вип. № 4 (44), ч. I – С. 71–75.</p> <p>5. Plakhotnyuk O. Кінезіологія танцю та арт-терапія як педагогічна складова підготовки фахівця хореографічного мистецтва / О. Plakhotnyuk // Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia], redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 –pp. 138–146. ISBN 978-83-89481-37-5 https://zenodo.org/record/4086115#.YX1R86Swm71</p> <p>6. Літовченко О. А. Дихання в хореографії як фізіологічний процес в організмі танцівника / О. Літовченко // Кінезіологія танцю та складно-координованих видів спорту : навчально-методичний посібник / [упор. О.Плахотнюк]. – Львів : Кафедра режисури та хореографії ЛНУ ім. І. Франка, 2017. – С. 57–66. ДИХАННЯ В ХОРЕОГРАФІЇ ЯК ФІЗІОЛОГІЧНИЙ ПРОЦЕС В ОРГАНІЗМІ ТАНЦІВНИКА</p>	<p><i>Розкрити значення та практичне застосування знань про принципи підвищення функціонального стану організму в хореографії.</i></p> <p>Ден. (Л – 2 год. П – 2 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</p>	2 тижня
13, 14/	Тема 11. Принципи і методи відновлення організму після фізичного	Лекція Практичне заняття	<p>1. Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia] / L. Androschchuk, V. Balahur, T. Blahova, O. Martynenko, O. Plakhotnyuk // redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 – 256 p. ISBN 978-83-89481-37-5 (Фізична культура, педагогіка, здоров'я та фізична терапія [монографія] / Л. Андрощук, В. Балагур, Т. Благова, О. Мартиненко, О. Плахотнюк // ред. О. Заболотна – Старогард Гданьські : Поморський університет, 2020 – 256 с.</p>	<p><i>Лікарський контроль і самоконтроль. Втома при фізичній і розумовій роботі. Відновлення працездатності після тренування. Інтервали відпочинку між тренуваннями. Контроль величини тренувального навантаження. Критерії</i></p>	

	навантаження.		<p>https://zenodo.org/record/4086115#.X5Py7tRS8dU.</p> <p>2. Кінезіологія танцю : колективна монографія / за заг. ред. О. Плахотнюка. – Львів : СПОЛЮМ, 2020. – 244 с. Кінезіологія танцю.pdf.</p> <p>3. Plahotnyuk A. Pedagogical methods of dance art therapy practice jazz dance / A. Plahotnyuk // Vzdelávanie a spoločnosť / Medzinárodný nekonferenčný zborník. – Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, 2016. – S. 487–494. (ISBN 978-80-555-17112-4).Vzdelávanie a spoločnosť Medzinárodný nekonferenčný zborník.pdf.</p> <p>4. Plakhotnyuk O. Formation of dance movement kinesiology as a scientific and practical component of choreographic art / O. Plakhotnyuk // Молодий вчений : науковий журнал. – Херсон, 2017. – Вип. № 4 (44), ч. I – С. 71–75.</p> <p>5. Plakhotnyuk O. Кінезіологія танцю та арт-терапія як педагогічна складова підготовки фахівця хореографічного мистецтва / О. Plakhotnyuk // Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia], redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 –pp. 138–146. ISBN 978-83-89481-37-5</p> <p>https://zenodo.org/record/4086115#.YX1R86Swm71</p> <p>6. Літовченко О. А. Дихання в хореографії як фізіологічний процес в організмі танцівника / О. Літовченко // Кінезіологія танцю та складно-координованих видів спорту : навчально-методичний посібник / [упор. О.Плахотнюк]. – Львів : Кафедра режисури та хореографії ЛНУ ім. І. Франка, 2017. – С. 57–66. ДИХАННЯ В ХОРЕОГРАФІЇ ЯК ФІЗІОЛОГІЧНИЙ ПРОЦЕС В ОРГАНІЗМІ ТАНЦІВНИКА</p>	<p><i>перевтоми. Оборотноість тренувальних ефектів. Вправи на розслаблення. Засоби відновлення. Педагогічні засоби відновлення. Медико-біологічні засоби відновлення. Харчування – головний чинник відновлення працездатності. Питний режим. Відновлювальний масаж. Самомасаж. Застосування лазні (сауни). Використання дихальної гімнастики.</i></p> <p>Ден. (Л – 2 год. П – 2 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</p>	2 тижня
15, 16/	Тема 12. Рациональне харчування.	Лекція Практичне заняття	<p>1. Зуб Р. Вміст сіалових кислот і пепсину у слині та шлунковому соку пацієнтів із захворюваннями шлунка і стравоходу / Фізіологічний журнал. – 2017. – Т.63. Вип 6. – С.99-105. https://fz.kiev.ua/journals/2017_V.63/2017_6/6-99-105.pdf</p> <p>2. Бичков М.А. Зміни складу слини у пацієнтів ревматологічного профілю із скаргами на печію / М.А. Бичков, С.В. Бичкова, Я.Б. Швидкий // Актуальні проблеми сучасної медицини: вісник Української медичної стоматологічної академії. – 2011. – Том 11, випуск 4 (36). – С. 15-17.*</p> <p>3. Бичков М.А. Ультроструктурні зміни слизової оболонки стравоходу у пацієнтів, які тривало застосовують НПЗП / М.А. Бичков, С.В. Бичкова, Я.Б. Швидкий // Український медичний часопис. – № 4(84) – VII/VIII –2011. – С. 114-115.</p> <p>4. Гігієна та гігієна спорту : підручник для студ. вищ. навч. закл. / Ю. Д. Свистун, О. П. Лаптев, С. О. Полієвський, Х. Є. Шавель. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 304 с.</p>	<p><i>Виявити роль здорового та спортивного харчування на розвиток організму танцівника (спортсмена). Розкрити елементи спортивного харчування. Дати рекомендації з харчування.</i></p> <p>Ден. (Л – 2 год. П – 2 год.) Заоч. (Л – 0.5 год. П – 0.5 год.)</p>	2 тижня
16/	Залік				