

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**Кафедра анатомії та фізіології**

**ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ**

з навчальної дисципліни

**«ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ»**

Рівень вищої освіти – бакалавр

галузь знань – 02 „Культура і мистецтво”  
спеціальність – 024 „Хореографія”  
факультет педагогічної освіти  
денна форма навчання

**Розробник:** доц. Бергтраум Д.І.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Вступне заняття. Дослідження біоелектричних явищ в нервово-м'язовому апараті.	2
2.	Вивчення фізіологічних властивостей скелетних м'язів.	2
3.	Динамометрія. Міотометрія й ергографія.	2
4.	Вивчення рефлекторної діяльності ЦНС, властивостей нервових центрів. Сеченівське гальмування.	2
5.	Вивчення моторних центрів спинного та головного мозку, рухових і тонічних рефлексів.	2
6.	Дослідження функцій кори півкуль великого мозку.	2
7.	Методи дослідження ВНД. Вивчення особливостей ВНД людини.	2
8.	Дослідження зорової та слухової сенсорних систем.	2

9.	Дослідження вестибулярної та рухової сенсорних систем.	2
10	Вивчення фізіологічних особливостей вегетативної (автономної) нервової системи	2
11	Фізіологія системи крові. Дослідження фізико-хімічних властивостей, формених елементів, з'єднання та систем груп крові.	2
12	Вивчення фізіологічних властивостей серцевого м'яза Дослідження біострумів серця. Електрокардіографія.	2
13	Дослідження частоти скорочень серця (ЧСС) у спокої та при фізичному навантаженні. Варіаційна пульсографія.	2
14	Вивчення основних показників гемодинаміки людини.	2
15	Дослідження основних показників зовнішнього дихання (методи спірометрії та спірографії).	2
16	Дослідження енергетичного обміну.	2
17	Вивчення фізіологічних критеріїв соматичного здоров'я людини.	2
	Разом	34

### Рекомендована література

#### Основна:

1. Вовканич Л.С. Фізіологічні основи фізичного виховання і спорту: навч. посібник для перепідготовки спеціалістів ОКР "бакалавр": у 2 ч. / Вовканич Л.С., Бергтраум Д.І. – Львів : ЛДУФК, 2011. – Ч. 1. – 344 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua:8080/bitstream/34606048/6545/1/%D0%9C%20%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%83%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80.pdf>
2. Гжегоцький М.Р. Фізіологія людини / Гжегоцький М.Р., Філімонов В.І., Петришин Ю.С., Мисаковець О.Г. – Київ : Книга плюс, 2005. – 494 с.
3. Коритко З.І. Загальна фізіологія / Коритко З.І., Голубій Є.М. – Львів, 2002.

– 172 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11475>

4. Кучеров І.С. Фізіологія людини і тварин / Кучеров І.С. – Київ : Вища школа, 1991 – 327 с.
5. Нормальна фізіологія / Під ред. В. І. Філімонова. – Київ : Здоров'я, 1994. – 608 с.
6. Фізіологія людини і тварин (фізіологія нервової, м'язової і сенсорних систем) / М.Ю. Клевець, В.В.Манько, М.О. Гальків та ін. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2011. – 326 с.
7. Чайченко Г.М. Фізіологія людини і тварин / Чайченко Г.М., Цибенко В.О, Сокур В.Д. – Київ : Вища школа, 2003. – 463 с.

#### **Допоміжна:**

1. Агаджанян Н. А. Основы физиологии человека / Агаджанян Н. А. – Москва, 2004. – 408 с.
2. Амосов Н. М. Физическая активность и сердце / Амосов Н. М., Бендет Я. А. – Киев : Здоров'я, 1989. – 212 с.
3. Апанасенко Г.Л. Избранные статьи о здоровье. – Киев, 2005. – 48 с.
4. Батуев А. С. Высшая нервная деятельность / Батуев А. С. – Москва : Высш. шк., 1991. – 256 с.
5. Вілмор Дж. Фізіологія спорту / Вілмор Дж. – Київ : Олімп. л-ра, 2003. – 656 с.
6. Волков Н. И. Биохимия мышечной деятельности / Волков Н. И., Несен Э. Н., Осипенко А. А., Корсун С. Н. – Киев : Олимп. л-ра, 2000. – 504 с.
7. Ганонг В. Ф. Фізіологія людини : підручник / наук ред. М. Гжегоцький, В. Шевчук, О. Заячківська. – Львів : БаК, 2002. – 784 с.
8. Дембо А. Г. Спортивная кардиология / Дембо А. Г., Земцовский Э. В. – Ленинград : Медицина. 1989. – 494 с.
9. Довідник для студентів із вивчення дисципліни «Фізіологія людини». – Вид. 4-е, перероб. / Л.С. Вовканич, Д.І. Бергтраум, З.І. Коритко, Е.Ф. Кулітка. – Львів, 2016. – 32 с.

10. Душанин С. А. Физиология сердца у юных спортсменов / Душанин С. А., Шигалевский В. В. – Киев : Здоров'я, 1988. – 163 с.
11. Зима А. Г. Адаптация сердца к физическим нагрузкам и работоспособность / Зима А. Г., Сычугова В. А. – Алма-Ата, 1985. – 83 с.
12. Карпман В.Л. Тестирование в спортивной медицине / Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.А. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
13. Клевець М. Ю. Фізіологія людини і тварин. Книга 1. Фізіологія нервової, м'язової і сенсорних систем: Навчальний посібник / Клевець М. Ю. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2000. – 199 с.
14. Клевець М. Ю. Фізіологія людини і тварин. Книга 2. Фізіологія вісцеральних систем: Навчальний посібник / Клевець М. Ю., Манько В. В. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2002. – 233 с.
15. Коритко З. Медико-біологічні основи рухової активності : навч. посіб. / Зоряна Коритко. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – 223 с.
16. Мак-Комас Дж. Скелетные мышцы / Мак-Комас Дж. – Киев : Олимп. л-ра, 2001. – 406 с.
17. Меерсон Ф. З. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам / Меерсон Ф. З., Пшенникова М.Г. – Москва : Медицина., 1988. – 254 с.
18. Моногаров В.Д. Утомление в спорте / Моногаров В.Д. – Киев : Здоров'я, 1986. – 120 с.
19. Солодков А. С. Физиологические основы адаптации к физическим нагрузкам / А. С. Солодков. – Ленинград : ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта., 1988. – 38 с.
20. Физиология человека / под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – Москва : Мир, 1986. – Т. 3. – 287 с.
21. Физиология человека / под ред. Костюка П. Г. – Москва : Мир, 1985, т. 1. Мышцы. – 345 с.
22. Физиология человека / под ред. Р.Шмидт, Г. Тевса. – Москва : Мир, 1985,

Т. 1. – 270 с.

23. Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності / Чайченко Г. М. – Київ : Либідь, 1993. – 216 с.

24. Фізіологічні основи фізичного виховання і спорту : навч. посіб. для перепідготовки спеціалістів ОКР "бакалавр" : у 2 ч. / Вовканич Л.С., Бергтраум Д.І. – Львів : ЛДУФК, 2011 – Ч. 1. – 344 с. Режим доступу : <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10059>

25. Фізіологія людини : навч. посіб. / [Яремко Є. О., Вовканич Л. С., Бергтраум Д. І., Коритко З. І., Музика Ф. В.]. – Вид. 2-ге, допов. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 207 с. – Режим доступу : <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9261>

26. Фізіологія людини : метод. посіб. для лабораторних занять / Є. О. Яремко, Л. С. Вовканич, Д. І. Бергтраум, З. І. Коритко. – Львів : Сполом, 2008. – 182 с.

27. Фізіологія людини : довід. для студ. / Вовканич Л. С., Бергтраум Д. І., Коритко З. І., Кулітка Е. Ф. – 3-тє вид. – Львів : Укр. технології, 2010. – 36 с.

28. Фізіологія спорту і фізичного виховання : довід. для студ. / Вовканич Л. С., Бергтраум Д. І., Коритко З. І., Кулітка Е. Ф. – 2-ге вид. – Львів : Укр. технології, 2010. – 23 с.

29. Яремко Є.О. Фізіологічні проблеми діагностики рівня соматичного здоров'я / Яремко Є.О., Вовканич Л.С. – Львів : Сполом, 2009. – 76 с. Режим доступу : <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/8030>

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/book/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Vovkanych L. Exercise-induced bronchoconstriction stimulating factors, mechanisms and test protocols [Електронний ресурс] / Lyubomyr Vovkanych // Спортивна наука України. – 2016. – № 1(71). – С. 3–8. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/389/374>