

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

**Факультет природничих наук**  
**Кафедра анатомії і фізіології людини та тварин**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Фізіологія стресу**

Освітня програма	Лабораторна діагностика
Спеціальність	091 Біологія
Галузь знань	09 Біологія

Затверджено на засіданні  
кафедри  
Протокол № 1 від “29” серпня  
2019 р.

## **ЗМІСТ**

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Результати навчання (компетентності)
5. Організація навчання курсу
6. Система оцінювання курсу
7. Політика курсу

<u>1. Загальна інформація</u>	
<b>Назва дисципліни</b>	Фізіологія стресу
<b>Викладач (-і)</b>	к.б.н., доц. Случик Ірина Йосипівна
<b>Контактний телефон викладача</b>	095 496 85 71
<b>Е-mail викладача</b>	<a href="mailto:kfa@pnu.edu.ua">kfa@pnu.edu.ua</a>
<b>Формат дисципліни</b>	вибіркова
<b>Обсяг дисципліни</b>	90 год (3 кредити)
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	<a href="http://www.d-learn.pu.if.ua">http://www.d-learn.pu.if.ua</a>
<b>Консультації</b>	щотижня
<u>2. Анотація до курсу</u>	
<p>Дисципліна «Фізіологія стресу» є вибірковою навчальною дисципліною для студентів ОР «бакалавр» спеціальності 091-Біологія (Освітня програма «Лабораторна діагностика»). При вивченні цієї дисципліни студенти отримують теоретичні знання про фізіологічні основи вищих психічних функцій та фізіологічні механізми стресу, які є підґрунтям для оволодіння методологією та методами лабораторної діагностики біологічних систем.</p>	
<u>3. Мета та цілі курсу</u>	
<p><b>Мета:</b> згідно з сучасними уявленнями і досягненнями науки розширити знання про функції ЦНС у людини, значення її діяльності для цілісного організму та формування фізіологічних основ вищих психічних функцій та фізіологічні механізми стресу.</p> <p><b>Завдання:</b> ознайомити студентів з механізмами розвитку стресу та адаптації. Сформувати у студентів фізіологічне мислення та деякі практичні навички щодо адаптивного статусу організму людини.</p>	
<u>4. Результати навчання (компетентності)</u>	
<p>У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен <b>знати:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основні фізіологічні поняття;</li> <li>- властивості нервових центрів; принципи координації нервової діяльності;</li> <li>- будову нервової системи людини; значення НС у житті людини;</li> <li>- закономірності рефлекторної діяльності ЦНС, збудження та гальмування;</li> <li>- значення вищих відділів ЦНС. Роль кори великих півкуль в інтеграції поведінки організму;</li> <li>- експериментальні та клінічні методи дослідження ВНД у людини;</li> <li>- основні поняття фізіології стресу та адаптації</li> </ul> <p><b>вміти:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пояснити основні фізіологічні поняття; поняття фізіології ВНД і стресу;</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- пояснити основні фізіологічні та патологічні прояви, пов'язані з діяльністю ЦНС;</li> <li>- оцінити функціональний стан ГГКАС і САС;</li> <li>- визначати роль мотиваційного збудження та емоцій у поведінці;</li> <li>- розв'язувати ситуаційні задачі.</li> <li>- використовувати набуті знання.</li> </ul>					
<b>5. Організація навчання курсу</b>					
Обсяг курсу					
Вид заняття			Загальна кількість годин		
Лекції			30		
Практичні заняття			30		
Самостійна робота			120		
Ознаки курсу					
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний/вибірковий		
V семестр	091 Біологія	III курс ОР «бакалавр»	вибірковий		
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
<b>Змістовний модуль 1. Фактори стресу і механізми адаптації</b>					
<b>Тема 1. Основні поняття фізіології стресу.</b> Вчення Г.Сельє про стрес. Загальний адаптаційний синдром.	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу
<b>Тема 2. Теорія індивідуальної адаптації Меєрсона.</b> Основні положення. Системий структурний слід.	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу
<b>Тема 3. Адаптація до фізичного навантаження.</b> Швидка адаптація. Довготермінова адаптація.	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу
<b>Тема 4. Стрес-реалізуючі системи.</b> Симпато-адреналова система. Гіпоталамо-	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу

гіпофізарно-кортико-адреналова система.					
<b>Тема 5.</b> Адаптація до стресу фізичного навантаження	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу
<b>Тема 6.</b> Адаптація до психоемоційного стресу.	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу
<b>Тема 7.</b> Індукція стресу.	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу
<b>Тема 8.</b> Стрес-реалізуючі системи.	Лекція / Лабораторне заняття	[1-8]	Опрацювання лекції, 2 год / 2 год	0 / 1-5	Згідно розкладу

#### **6. Система оцінювання курсу**

<u>Загальна система оцінювання курсу</u>	<p><i>Поточний контроль</i> здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» – 5, «добре» – 4, «задовільно» – 3, «незадовільно» – 2), отримані студентами, виставляються у журналах обліку відвідування та успішності академічної групи.</p> <p><i>Модульний контроль</i> (сума балів за окремих змістовий модуль) проводиться на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни – змістового модуля. Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, самостійно опрацьовувати тексти, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, уміння публічно чи письмово подати певний матеріал.</p> <p><i>Семестровий (підсумковий) контроль</i> проводиться у формі</p>
--	--

	екзамену. Оцінка знань студентів здійснюється за 100 бальною шкалою:			
	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
			для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
	90 - 100	A	відмінно	зараховано
	80 - 89	B	добре	
	70 - 79	C		
	60 - 69	D	задовільно	
	50 - 59	E		
	26 - 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
	0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
Вимоги до письмової роботи	Підсумкова письмова робота виконується у формі комплексної контрольної роботи. Білет містить 3 описові запитання.			
Лабораторні заняття	Студент повинен активно працювати на лабораторних заняттях.			
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент допускається до складання екзамену, якщо впродовж семестру він набрав сумарно 25 балів і вище.			

### **7. Політика курсу**

Організація навчального процесу здійснюється на основі кредитно-модульної системи відповідно до вимог Болонського процесу із застосуванням модульно-рейтингової системи оцінювання успішності студентів. Зараховуються бали, набрані при поточному опитуванні, самостійній роботі та бали підсумкового контролю. При цьому обов'язково враховується присутність студента на заняттях та його активність під час практичних робіт. Недопустимо: пропуски та запізнення на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття (крім випадків, передбачених навчальним планом та методичними рекомендаціями викладача); списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання, наявність незадовільних оцінок за 50% і більше зданого теоретичного і практичного матеріалу.

### **8. Рекомендована література**

1. Барабой В. А. Фізіологія, біохімія і психологія стресу / В. А. Барабой, О. Г. Резніков. – К. : Інтерсервіс, 2013. – 313 с.
2. Бодров В. А. Информационный стресс. – М., 2000. – 352с.
3. Коган Б. М. Стресс и адаптация. М.: Знание, 1980 № 10.
4. Тригранян Р. А. Стресс и его значение для организма (отв. ред. навст. предисл. О. Г. Газенко. – М.: Наука, 1988-176с. – стр. 3, 4, 105, 133, 140-149.

5. Гибсон Дж.Л. Організації: поведінка, структура, процеси. Пер. з англ.: Підручник для вузів. – 8-е видавництво – М.: ИНФРА-м, 2000. – 662 с.
6. Ільїн Є.П. Психофізіологія станів людини. // СПб.: «Пітер», 2005.
7. Прохоров О.О. Саморегуляція психічних станів: феноменологія, механізми, закономірності. // М.: «ПЕР СЕ», 2005.
8. Сельє Г. Нариси про адаптаційний синдром. // Медгиз, М., 1960.

Викладач \_\_\_\_\_ доц. Случик І.Й.