



Силабус навчальної дисципліни
«Фізіологія рухової активності та спорту»

Спеціальність	017«Фізична культура і спорт»
Освітня програма	«Фізична культура і спорт»
Освітній рівень	перший (бакалавський)
Статус дисципліни	Обов'язкова
Мова викладання	Українська
Курс / семестр	1 курс, 2 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	4
Розподіл за видами занять та годинами навчання	Лекції - 18 год.
	Практичні – 22 год.
	Самостійна робота – 80 год.
Форма підсумкового контролю	Екзамен
Кафедра	Кафедра фізичної терапії та ерготерапії, аудиторія № 141 Ц, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-terapii-tayergoterapii.html
Викладач (-і)	Виноградов Олег Олександрович, к. мед.н., доцент
Контактна інформація викладача (-ів)	rehabilitation.lnu@gmail.com
Дні занять	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
Консультації	аудиторія 141 Ц відповідно до графіку
Мета навчальної дисципліни – практичне і теоретичне опанування студентами знаннями та вміннями, професійно-педагогічними навичками, необхідними для самостійної організаторської, тренерсько-педагогічної, наукової та виховної роботи в усіх підрозділах сфери діяльності фахівця з фізичного виховання; використання оздоровчої, прикладної та виховної цінності цієї дисципліни; забезпечення поглибленої теоретичної та практичної підготовки студентів із питань фізіології рухової активності та спорту з метою всебічного впровадження системи фізичного виховання, виконання її освітніх, оздоровчих і виховних функцій; ознайомлення студентів із галуззю їхньої майбутньої професійної діяльності та закладення фундаменту для засвоєння матеріалу інших навчальних дисциплін.	
Програмні результати навчання У підсумку вивчення дисципліни студенти повинні отримати такі програмні результати: ПРН 14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом. ПРН 15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.	
Передумови для навчання Передумовою вивчення дисципліни є попередньо вивчені дисципліни «Фізіологія людини з основами вікової фізіології».	



Зміст навчальної дисципліни: Тема 1. Вступ у фізіологію вправ та спорту.. Тема 2. Вплив чинників навколишнього середовища на м'язову діяльність. Тема 3. Фізіологічні основи рухової активності. Тема 4. Фізіологічна діяльність систем організму під час фізичного навантаження. Тема 5. М'язова діяльність та засоби, що сприяють підвищенню працездатності. Тема 6. Обсяг тренувальних навантажень. Тема 7. Оптимальна маса тіла для занять спортом. Тема 8-9. Рухова активність та серцево-судинні захворювання. Тема 10-11. Вибір фізичних вправ для зміцнення здоров'я.

Сторінка курсу на платформі Moodle	Розміщено: робоча програма дисципліни, робочий план (технологічна карта), матеріали лекцій, завдання до практичних занять, завдання для самостійної роботи студентів. https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=1855
---	---

Рекомендовані джерела

1. Комісова Т. Є. Фізіологічні основи фізичного виховання та спорту: навчальний посібник. Харків. 2022. – 146 с.
2. Неведомська Є. О. Фізіологія рухової активності: навч. посіб. для практичних і самостійних робіт для студ. вищ. навч. закл. / Євгенія Олексіївна Неведомська. – К. : Київськ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2018. – 37 с
3. Спортивна фізіологія у схемах і таблицях: посібник для студентів інститутів фізичної культури / Єжова О. О. – Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2013. – 164 с.
4. Фізіологія вищої нервової діяльності (ВНД) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. до лаб. занять з курсу «Фізіологія ВНД» / І. А. Іонов та ін. Харків : ХНПУ, 2017. – 143 с.
5. Фізіологія людини за модульною програмою викладання : довідник / Вовканич Л. С., Бергтраум Д. І., Коритко З. І., Кулітка Е. Ф. – Львів : ЛДУФК, 2010. – 36 с.
6. Фізіологія. Короткий курс: навч. посіб. для мед. і фармац. ВНЗ / за ред.: В.М. Мороза, М.В. Йолтухівського. – 2-ге вид., допов. і переробл. – Вінниця : Нова Кн., 2019. – 390 с.
7. Філімонов В. І. Фізіологія людини в запитаннях і відповідях : посібник / В. І. Філімонов. – Вінниця : Нова книга, 2010. – 456 с. – ISBN 978-966-382-215- 0.
8. Цвях О. О. Ц 28 Фізіологія рухової активності : навчальний посібник / О. О. Цвях. – Миколаїв : СПД Румянцева, 2022. – 152 с.

Система оцінювання результатів навчання

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 50 балів, за результатами підсумкового контролю 50 балів. Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 35 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Виконання завдань на практичному занятті	50
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»



Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	задовільно
60 - 63	E	
35 - 59	FX	незадовільно
0 - 34	F	

Політики навчальної дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їх участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни <https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=1855>

Силабус затверджено на засіданні кафедри «Фізичної терапії та ерготерапії»

28 серпня 2024. Протокол № 1