



Силабус навчальної дисципліни
«Фізіологічні основи фізичної культури»

Спеціальність	Без обмежень за спеціальностями факультету
Освітня програма	Без обмежень за освітніми програмами факультету
Освітній рівень	перший (бакалаврський)
Статус дисципліни	вибіркова
Мова викладання	Українська
Курс / семестр	2, 3 курси, 3, 4 семестри
Кількість кредитів ЄКТС	4
Розподіл за видами занять і годинами навчання	Лекції – 20 год.
	Практичні – 20 год.
	Самостійна робота – 80 год.
Форма підсумкового контролю	Залік
Кафедра	Фізичної культури та спорту, Каб. 144, корпус Ц, https://nupr.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html
Викладач (-і)	Гета Алла Володимирівна, к.фіз.вих., доцент
Контактна інформація викладача (-ів)	e-mail: avg2901ne@gmail.com
Дні занять	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
Консультації	аудиторія 143 Ц відповідно до графіку
<p>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, використання оздоровчої, прикладної та виховної цінності цієї дисципліни, забезпечення поглибленої теоретичної та практичної підготовки студентів із питань дисципліни з метою всебічного впровадження систем фізичної культури, виконання її освітніх, оздоровчих і виховних функцій; ознайомлення студентів із галуззю їхньої майбутньої професійної діяльності та закладення фундаменту для засвоєння матеріалу інших навчальних дисциплін зі спеціальності «Фізична культура і спорт».</p>	
<p>Результати вивчення навчальної дисципліни:</p> <p>Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.</p> <p>Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.</p> <p>Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.</p>	
<p>Передумови для навчання є навчальні дисципліни є знання студентів з таких дисциплін, як: «Фізіологія людини», «Теорія і методика фізичного виховання», «Біомеханіка».</p>	
<p>Зміст навчальної дисципліни</p> <p>Тема 1. Загальні закономірності фізіології фізичних вправ. Тема 2. Нервова система і руховий апарат людини та їх роль у забезпеченні м'язової діяльності. Тема 3. Фізіологічні особливості вегетативних систем забезпечення м'язової діяльності. Тема 4. Обмін речовин та енергозабезпечення м'язової діяльності. Тема 5. Фізіологічні основи розвитку фізичних якостей. Вікові особливості розвитку фізичних якостей. Фізіологічні закономірності оздоровчої фізичної культури.</p>	



Сторінка курсу на платформі Moodle	Розміщено: робоча програма дисципліни, матеріали лекцій, завдання до практичних занять, завдання для самостійної роботи студентів. https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3162
---	--

Рекомендовані джерела.

1. Гета А. В. Фізіологія людини та фізіологічні основи фізичної культури: навчально-методичний посібник для студентів. Полтава: ПЕП, 2019. 244 с.
2. Гета А. В. Фізіологічні основи фізичної культури: навчально-методичний посібник до самостійної роботи студентів. Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2012. 269 с.

Система оцінювання результатів навчання:

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 70 балів, за результатами підсумкового контролю – 30 балів; мінімальна сума балів, що дозволяє студенту бути атестованим з дисципліни – 60 балів. Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі дисципліни.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

(вказати лише ті види робіт, за які передбачено нарахування балів) НАПРИКЛАД::

Види навчальної роботи	Мах кількість балів
Робота на лекції	5
Виконання завдань на практичному занятті	10
Індивідуальні завдання (реферати, есе, доповіді)	30
Залік	30
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
1–34	F	

Політики навчальної дисципліни:

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

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

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



Більш детальна інформація щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведена у Робочій програмі навчальної дисципліни (<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3162>)

Силабус затверджений на засіданні кафедри фізичної культури та спорту
2 серпня 2022 р. Протокол № 1



Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»



Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»