



**Силабус навчальної дисципліни
«ФІЗІОЛОГІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ»**

Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Статус дисципліни	Обов'язковий компонент з циклу професійної
Курс	3-й (третій)
Семестр	5-й (п'ятий)
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС / загальна кількість	3 кредити / 90 годин
Мова викладання	українська
Що буде вивчатися (предмет навчання)	Предметом вивчення навчальної є фізіологічні функції організму у процесі занять фізичною культурою та вплив рухової активності на функціональні можливості організму та стан здоров'я.
Чому це цікаво / потрібно вивчати (мета)	Мета навчальної дисципліни полягає у формуванні спеціальної (фахової) компетентності : здатності аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<p style="text-align: center;">ПЕРЕЛІК ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЄ ДИСЦИПЛІНА</p> <p>ПРН 1. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращення довкілля громади.</p> <p>ПРН 4. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.</p> <p>ПРН 6. Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі, трактувати отриману інформацію.</p> <p>ПРН 7. Трактувати інформацію про наявні у пацієнта / клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей і підлітків (МКФ ДП).</p> <p>ПРН 12. Обирати оптимальні форми, методи і прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.</p> <p>ПРН 13. Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення</p>

	<p>реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.</p> <p>ПРН 14. Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, в мультидисциплінарній команді.</p> <p>ПРН 16. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій, та, за потреби, модифікувати поточну діяльність.</p> <p>Після вивчення дисципліни здобувачі освіти мають знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> -функціональні можливості організму людини; -функціональні резерви організму людини, фізіологічну класифікацію і характеристику груп оздоровчих фізичних вправ і груп видів спорту; -прості методи морфофункціональні і метаболічні показники стану та фізичну працездатність людини; -фізичні критерії розвитку рухових якостей та координаційних здібностей.
<p>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</p>	<p>ПЕРЕЛІК КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЄ ДИСЦИПЛІНА</p> <p>ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 11. Здатність вчитися й оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК 15. 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>СК 2. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.</p> <p>СК 5. Здатність провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших областях медицини.</p> <p>СК 13. Здатність навчати пацієнта / опікунів самообслуговуванню / догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.</p> <p>Після вивчення дисципліни здобувачі освіти мають вмінти:</p> <ul style="list-style-type: none"> – визначати механізми і закономірності адаптації організму до тренувальних та змагальних навантажень; – визначати фізіологічне обґрунтування занять оздоровчими фізичними вправами і спортом; – визначати основні принципи побудови тренувального процесу, критерії відбору на різних етапах;

Навчальна логістика	<p>Зміст дисципліни:</p> <p><i>Змістовий модуль I. Загальні основи фізіології рухової активності</i></p> <p>Тема 1. Вступ до дисципліни. Мета, завдання та принципи фізіології рухової активності.</p> <p>Тема 2. Адаптація до фізичних навантажень і резервні можливості організму</p> <p>Тема 3. Функціональні зміни в організмі при фізичних навантаженнях</p> <p>Тема 4. Фізіологічні основи втоми та фізіологічна характеристика відновлюваних процесів</p> <p>Тема 5. Фізіологічні основи оздоровчої фізичної культури</p> <p><i>Змістовий модуль II. Фізіологічні особливості рухової активності</i></p> <p>Тема 6. Фізіологічна класифікація фізичних вправ</p> <p>Тема 7. Фізіологічні механізми та закономірності розвитку фізичних якостей та рухових навичок</p> <p>Тема 8. Фізіологічні основи розвитку тренуваності</p> <p>Тема 9. Фізіологічні особливості організму дітей дошкільного та шкільного віку та їх адаптація до фізичних навантажень</p> <p>Тема 10. Фізіологічні особливості організму людей зрілого та похилого віку та їх адаптація до фізичних навантажень</p> <p>Види занять: лекційні та практичні заняття.</p> <p>Методи навчання: мультимедійні презентації, відео-та аудіосупровід.</p> <p>Форми навчання: денна.</p>
Передреквізити	<p>Начальні дисципліни «Основи фізичної терапії та ерготерапії», «Методи дослідження в фізичній терапії, ерготерапії».</p>
Постреквізити	<p>Загальні та фахові дисципліни в галузі «Охорона здоров'я».</p>

<p>Система оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти</p>	<p>Навчальна дисципліна оцінюється за модульно-рейтинговою системою. Вона складається з 1 модуля.</p> <p>Результати навчальної діяльності студентів оцінюються за 100 бальною шкалою в кожному семестрі окремо.</p> <p>За результатами поточного, модульного та семестрового контролів виставляється підсумкова оцінка за 100-бальною шкалою, національною шкалою та шкалою ECTS.</p> <p>Модульний контроль: кількість балів, які необхідні для отримання відповідної оцінки за кожен змістовий модуль упродовж семестру.</p> <p>Семестровий (підсумковий) контроль: виставлення семестрової оцінки студентам, які опрацювали теоретичні теми, практично засвоїли їх і мають позитивні результати, набрали необхідну кількість балів.</p> <p>Загальні критерії оцінювання успішності студентів, які отримали за 4-бальною шкалою оцінки «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно», подано в таблиці нижче.</p> <p>Кожний модуль включає бали за поточну роботу студента на практичних, виконання самостійної роботи, індивідуальну роботу, модульну контрольну роботу.</p> <p>Виконання модульних контрольних робіт здійснюється в режимі комп'ютерної діагностики.</p> <p>Реферативні дослідження та есе, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на семінарських заняттях.</p> <p>Модульний контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.</p>																																																						
<p>Розподіл балів, які отримують студенти для заліку</p>	<table border="1" data-bbox="443 1031 1523 1234"> <thead> <tr> <th colspan="10">Поточне тестування та самостійна робота</th> <th rowspan="2">Підсумковий тест (іспит)</th> <th rowspan="2">Сума</th> </tr> <tr> <th colspan="5">Змістовий модуль 1</th> <th colspan="5">Змістовий модуль 2</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>T1</td><td>T2</td><td>T3</td><td>T4</td><td>T5</td> <td>T6</td><td>T7</td><td>T8</td><td>T9</td><td>T10</td> <td rowspan="2">30</td> <td rowspan="2">100</td> </tr> <tr> <td>7</td><td>7</td><td>7</td><td>7</td><td>7</td> <td>7</td><td>7</td><td>7</td><td>7</td><td>7</td> </tr> </tbody> </table>											Поточне тестування та самостійна робота										Підсумковий тест (іспит)	Сума	Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2					T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	30	100	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
Поточне тестування та самостійна робота										Підсумковий тест (іспит)	Сума																																												
Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2																																																		
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	30	100																																												
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7																																														


Загальна оцінка з дисципліни: шкала оцінювання національна та ECTS	Оцінка за 100-бальною системою		Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ECTS	
			екзамен	Залік		
90 – 100	відмінно	5	зараховано	A	відмінно	
82 – 89	добре	4		B	добре (дуже добре)	
75 – 81	добре	4		C	добре	
64 – 74	задовільно	3		D	задовільно	
60 – 63	задовільно	3		E	задовільно (достатньо)	
35 – 59	незадовільно	2	не зараховано	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	
1 – 34	незадовільно	2		F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

ЗАГАЛЬНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ СТУДЕНТІВ

Оцінка	Критерії оцінювання
«відмінно»	Ставиться за повні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; за вияв креативності в розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь.
«добре»	Ставиться за вияв студентом повних, систематичних знань із дисципліни, успішне виконання практичних завдань, засвоєння основної та додаткової літератури, здатність до самостійного поповнення та оновлення знань. Але у відповіді студента наявні незначні помилки.
«задовільно»	Ставиться за вияв знання основного навчального матеріалу в обсязі, достатньому для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності, поверхову обізнаність із основною і додатковою літературою, передбаченою навчальною програмою. Можливі суттєві помилки у виконанні практичних завдань, але студент спроможний усунути їх із допомогою викладача.
«незадовільно»	Виставляється студентові, відповідь якого під час відтворення основного програмового матеріалу поверхова, фрагментарна, що зумовлюється початковими уявленнями про предмет вивчення. Таким чином, оцінка «незадовільно» ставиться студентові, який неспроможний до навчання чи виконання фахової діяльності після закінчення закладу вищої освіти без повторного навчання за програмою відповідної дисципліни.

ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ

Крайні терміни складання та перескладання дисципліни	Терміни проведення контрольних заходів зазначено в розкладі заліково-екзаменаційної сесії не пізніше 14 днів до її початку. Система організації оцінювання досягнень здобувачів у випадку перескладання регламентовано Положенням про повторне проходження контрольних заходів здобувачами вищої освіти https://cutt.ly/tj4I30N
Правила академічної доброчесності	Перевірка навчальних робіт на плагіат (згідно Кодексу про академічну доброчесність https://uu.edu.ua/upload/universitet/normativni_documenti/academic_dobrochesnist/Codex.pdf і Положення про запобігання та виявлення академічного плагіату в наукових, навчально-методичних, кваліфікаційних та навчальних роботах https://uu.edu.ua/upload/universitet/normativni_documenti/Osnovni_oficiyni_doc_UU/Corporativna_cultura/Polozhennya_Antiplagiat_zi_zminamy_vid_26.03.2021.pdf)
Вимоги до відвідування	Пропущені заняття (лікарняні, мобільність і т.ін.) можна відпрацювати, виконавши всі завдання, переслати в електронному варіанті на інтернет платформу дистанційного навчання MOODLE або електронну пошту. Здобувачі вищої освіти можуть отримати електронні презентації лекцій і самостійно ознайомитись із матеріалом при об'єктивних причинах пропуску занять.
Інформаційне забезпечення з бібліотеки та електронної бібліотеки університету	<ol style="list-style-type: none"> 1. Земцова І. І. Спортивна фізіологія. - К.: Олімпійська література, 2014. 208 с. 2. Вілмор Дж. Х., Костілл Д. Л. Спортивна фізіологія. - К.: Олімпійська література 2014. – 656 с. 3. Ровний А. С. Фізіологія рухової активності / А. С. Ровний, В. А. Ровний, О. О. Ровна ; Харківська державна академія фізичної культури. – Харків : ХНАДУ, 2014. – 343 с. 4. Физиология человека: Учебник / Под. ред. В.М. Покровского, Г.Ф. Коротько. – М.: Медицина, 2003. – 656 с. 5. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. – 520 с.
Локація та матеріально-технічне	Навчальні та мультимедійні аудиторії, проєктор
Семестровий контроль,	Іспит
Кафедра	Кафедра соціально-реабілітаційних технологій
Навчально-виховний підрозділ (НВП)	Житомирський економіко-гуманітарний інститут

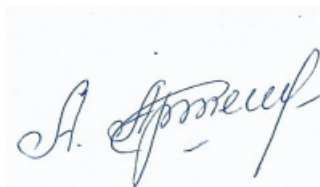
Викладач(і)		<p>Гусаревич Олександр Валентинович Посада: доцент кафедри соціально-реабілітаційних технологій Науковий ступінь: кандидат наук з фізичного виховання та спорту Вчене звання: Профайл викладача: https://vo.uu.edu.ua/user/profile.php?id=57976 Тел.: 050-317-22-70 E-mail: kaf.socio.zehi@gmail.com</p>
Оригінальність навчальної	Авторський курс	
Посилання на дисципліну на сайті	https://vo.uu.edu.ua/course/view.php?id=10588	

Розробники:



Гусаревич О.В.

Завідувача кафедри соціально-реабілітаційних технологій:



Артеменко А.Б.

«25» серпня 2022 р.