

	<p align="center">Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Факультет фізичної культури Кафедра фізичної реабілітації та медико-біологічних основ фізичного виховання</p>		
<p align="center">Силабус навчальної дисципліни «Фізіологія спорту»</p>			
Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка		
Спеціальність:	017 Фізична культура і спорт		
Освітньо-професійна програма:	Тренер з видів спорту		
Рівень вищої освіти:	перший (бакалаврський)		
Статус дисципліни:	вибіркова		
Мова викладання:	українська		
Викладачі:		ПІБ:	Зданюк Вадим Володимирович
		Посада:	Доцент кафедри фізичної реабілітації та медико-біологічних основ фізичного виховання
		Вчений ступінь:	Кандидат педагогічних наук
		Телефон:	067-382-10-50
		E-mail:	zdanyuk.vadym@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Аудиторія кафедри фізичної реабілітації та медико-біологічних основ фізичного виховання (аудиторія №214)
		Профайл викладача:	https://fr.kpnu.edu.ua/zdaniuk-vadym-volodymyrovych/
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=89		
Консультації	Вівторок – 14:20-16:00, четвер – 14:20-16:00. аудиторія № 218		
Анотація до курсу	Навчальна дисципліна передбачає опанування здобувачами вищої освіти СВО «бакалавр» спеціальності 017 Фізична культура і спорт одним змістовим модулем «Фізіологія спорту».		
Мета та цілі курсу	Мета вивчення навчальної дисципліни «Фізіологія спорту» полягає у формуванні загальних та спеціальних (фахових предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх тренерів з видів спорту, які спрямовані на підготовку висококваліфікованого фахівця. Озброєння студентів, майбутніх тренерів з видів спорту, знаннями закономірностей життєдіяльності організму людини і вміннями використовувати ці знання для обґрунтування побудови тренувального процесу, раціональної організації різних форм і видів рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних верств населення, спортсменів; ефективного вирішення		

	оздоровчо-реабілітаційних, навчально-виховних завдань з урахуванням вікових і індивідуальних особливостей різних верств населення, спортсменів.	
Методи навчання	Методи організації навчально-пізнавальної діяльності (пояснення, розповідь, лекція, бесіда, робота з джерелами; ілюстрування, демонстрування, самостійне спостереження, проведення лабораторних дослідів); методи стимулювання навчальної діяльності (навчальна дискусія, створення ситуації інтересу у процесі викладання, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід здобувачів вищої освіти; стимулювання обов'язку і відповідальності в навчанні); методи контролю і самоконтролю у навчанні (усний, письмовий, тестовий, самоконтроль і самооцінка); інтерактивні методи: ситуаційні задачі, тестування, мультимедійні лекції та практичні заняття, робота в групах. Навчання через залучення до дослідницької діяльності у студентських наукових гуртках/проблемних групах.	
Формат курсу	Стандартний курс (очний), комбіноване навчання (наприклад, очний курс з елементами дистанційного навчання в системі Moodle)	
Результати навчання	За результатами вивчення вибіркового компонента професійної підготовки «Фізіологія спорту» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання: <ul style="list-style-type: none"> - ПРН 10 оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи; - ПРН 11 Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту; - ПРН 14 застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; - ПРН 15 визначати функціональний стан організму людини та обґрунтувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом. 	
Компетентності:	<p><i>Загальні компетентності:</i></p> <p>ЗК 04 Здатність працювати в команді. ЗК 12 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p><i>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:</i></p> <p>ФК 07 Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</p>	
Пререквізити	Дисципліни, базові знання яких та результати навчання необхідні здобувачу вищої освіти для успішного навчання та опанування компетентностями з дисципліни: «Фізіологія спорту» є обов'язкові компоненти дисциплін професійної підготовки, а саме: «Анатомія людини», «Біохімія», «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика юнацького спорту», «Адаптивний спорт»	
Пореквізити	Набутті теоретичні знання практичні вміння та навички з освітнього компонента «Теорія і методика спортивних ігор» опанування якими можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Підвищення спортивної майстерності», «Професійна майстерність тренера», «Навчальна практика зі спортивних ігор», «Виробнича практика в ДЮСШ групах початкової підготовки», «Виробнича практика в ДЮСШ в групах базової підготовки», «Курсова робота зі спортивно-педагогічного вдосконалення».	
Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу

	Рік навчання/рік викладання	3-й рік	3-й рік
	Семестр вивчення	VI семестр	V, VI семестри
	нормативна/вибіркова	нормативна	нормативна
	Кількість кредитів ЄКТС	4 кредитів	4 кредитів
	Загальний обсяг годин	120 годин	120 годин
	Кількість годин навчальних занять	40 годин	14 годин
	Лекційні заняття	20 годин	4 годин
	Практичні заняття		10 годин
	Семінарські заняття	-	-
	Лабораторні заняття	20 години	-
	Самостійна та індивідуальна робота	80 годин	106 години
	Форма підсумкового контролю	екзамен	екзамен
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	<p>Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проектор VIEWSONIC PJD5250 DLP (2016 р., 1 шт.), екран для проектора; ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet. Кабінет фізіології людини, фізіологічних основ фізичного виховання та спорту (ауд. 217), наочність (презентації у форматі PowerPoint; дошка, роздаткові таблиці, методичні розробки лабораторних занять); сантиметрові стрічки, ростоміри, ваги, тонометри механічні, тонометри автоматичні, стетофонендоскопи, спірометри, спірограф, пульсоксиметри, секундоміри, динамометри кистьові, динамометр станований, медичні кушетки, велоергометр, бігова доріжка.</p>		
Політики курсу	<p><i>Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Фізіологія спорту»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання; - критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету; - здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт; - здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість з освітнього компоненту за результатами поточного контролю, не допускається до екзамену. Рішення про недопущення за поданням викладача приймає декан факультету, його оприлюднюють до початку екзамену. У відомості обліку успішності роблять запис «не допущено»; - здобувач вищої освіти допускається до складання екзамену після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю; - здобувач вищої освіти підготувався до екзамену з освітнього компонента, якщо його рейтингова оцінка за результатами екзамену є більшою або рівною 24 балам (60 % від максимально можливої для даної форми контролю кількості балів). Рейтингову оцінку такого здобувача вищої освіти з освітнього компонента визначають як суму рейтингової оцінки за результатами поточної успішності та рейтингової оцінки за результатами екзамену; - якщо допущений до екзамену здобувач вищої освіти не підготувався (його рейтингова оцінка за результатами екзамену є меншою 24 балів), то бали за екзамен до рейтингової оцінки поточної 		

успішності не додаються, виставляють підсумкову оцінку з освітнього компоненту FX за шкалою ЄКТС та «незадовільно» за національною шкалою;

- здобувачам вищої освіти, які за результатами підсумкового контролю у формі екзамену отримали незадовільну оцінку, дозволяють ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють;

- якщо здобувач вищої освіти, допущений до семестрового контролю не з'явився на семестровий екзамен, у відомості обліку успішності викладач записує «не з'явився». Про незалежні від здобувача вищої освіти причини (у тому числі непрацездатність у зв'язку із хворобою), які підтверджують неможливість його присутності на екзамені, він має негайно повідомити декана факультету. (<https://tinyurl.com/2p82fw75>).

Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної не доброчесності. Виявлення ознак академічної не доброчесності в письмовій роботі (звітах, планах-конспектах) студента є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» ([Кодекс акад.доброчесності КПНУ.pdf](#)).

«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» ([Положення про дотримання академічної доброчесності.pdf](#)).

Відвідання занять. Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» ([Правила внутрішнього розпорядку КПНУ.pdf](#)).

Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, скласти (перескласти) екзамен, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни ([Статут 10 06 2019.pdf](#)).

Література. Уся література, яку здобувачі вищої освіти не можуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.

Визнання *результатів неформальної та (або) інформальної освіти.*

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакція) ([Порядок визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів, навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти.pdf](#)) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю);

- підготовка конкурсної наукової роботи;

- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;

- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді

«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» (<https://tinyurl.com/yy5aw492>).

	<p>«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» (https://tinyurl.com/yae73h73).</p> <p>Відвідання занять. Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» (https://tinyurl.com/4tfmzkfb).</p> <p>Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, скласти (перескласти) екзамен, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни (https://tinyurl.com/2jxk72w2).</p> <p><i>Креативна ініціатива здобувача вищої освіти підтримується.</i></p>							
Схема курсу	Денна форма навчання							
	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						інди виду альна рабо та
		у тому числі						
		лек цій ні за ня тт я	прак тичні зан яття	сем іна рсь кі зан ятт я	лабор аторн і зан яття	само стійн а рабо та		
	Змістовий модуль 1. Фізіологія спорту							
	Разом за змістовим модулем 1	60	20	0	0	20	80	0
	разом	120	20	0	0	20	80	0
Форми та методи оцінювання	Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.							
Критерії оцінювання	Поточний контроль	МКР		Екзамен		Разом		
	40 балів	20 балів	40 балів	100 балів				
	Методи контролю: усне/письмове опитування, тестування, МКР							
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент відвідав усі практичні заняття та виконав усі заплановані види робіт з навчальної дисципліни мінімум на 60%.							
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію Кам'янець-Подільського національного університету	Рекомендована література Основна							
	<ol style="list-style-type: none"> Вілмор Д. Х. Фізіологія спорту. Київ. Олімпійська літератур, 2003. 655 с. Лівак У. М. Нормальна фізіологія : посібник. Чернівці : СПД , 2010. 371 с. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Обмін речовин і енергозабезпечення м'язової діяльності : навч. посіб. 2-ге вид., доповн. і переробл. Київ : ВД "Професіонал", 2006. 464 с. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Тестові завдання з загальної фізіології і фізіологічних основ фізичного виховання школярів: Навч. посібник / П.Д. Плахтій. – Кам'янець-Подільський: КПДУ, 2001. – 176 с. 							

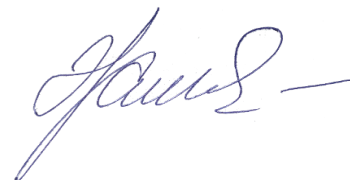
<p>імені Івана Огієнка</p>	<p>5. Філімонов В.І. Фізіологія людини : підручник. К. : ВСВ «Медицина», 2010. 776 с.</p> <p style="text-align: center;">Допоміжна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. FLETCHER, Jared R.; GALLINGER, Tessa; PRINCE, Francois. How Can Biomechanics Improve Physical Preparation and Performance in Paralympic Athletes? A Narrative Review. <i>Sports</i>, 2021, 9.7: 89. https://www.mdpi.com/2075-4663/9/7/89 2. ZDANYUK, Vadym, et al. PHYSICAL REHABILITATION AS A MEANS OF MUSCULOSKELETAL SYSTEM CORRECTION IN SPORTSMEN. <i>Pedagogical and Social Aspects of Physical Education and Physical Therapy</i>, 2019, 1: 164-174. 3. ЖИГУЛЬОВА, Евеліна, et al. Застосування кінезіотейпування у практиці фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання. <i>Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини</i>, 2022, 24: 43-49. http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/256731 4. СОВТИСІК, Д. Д.; ЗДАНЮК, В. В. Комплексна оцінка фізичної працездатності та енергозабезпечення м'язової діяльності дітей дошкільного віку. <i>Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини</i>, 2015. http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/download/58432/54315 <p>Інформаційні ресурси</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фізіологічний журнал https://fz.kiev.ua 2. Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія http://sportmedicine.uni-sport.edu.ua/ 3. Медична газета «Здоров'я України» https://health-ua.com/newspaper/med_gaz_zu 4. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини
<p>Локація</p>	<p>Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/</p>

Розробники силабуса

Завідувач кафедри
фізичної реабілітації та
медико-біологічних основ фізичного виховання



Вадим ЗДАНЮК



Евеліна ЖИГУЛЬОВА