

ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»

Хмельницький інститут соціальних технологій

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Хмельницького
інституту соціальних технологій
Університету „Україна”



М. Є. Чайковський

„07”

09

2020 р.

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

ОК.2.7 Спортивна морфологія

(шифр і назва навчальної дисципліни)

освітня програма Фізична культура і спорт

(назва освітньої програми)

освітнього ступеня бакалавр

(назва освітнього рівня)

галузь знань 01 «Освіта / Педагогіка»

(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність(ності) 017 «Фізична культура і спорт»

(шифр і назва спеціальності(тей))

Обсяг, кредитів: 120/4

Форма підсумкового контролю: екзамен

Хмельницький 2020 рік

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА ТА ДОПОМІЖНИХ ОСІБ

Викладач	Матвійчук Вікторія Маноліївна – старший викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій
Профайл викладача	
Канали комунікації	<i>Телефон інституту:</i> (0382) 70-45-56 <i>Телефон викладача:</i> 0970437904 <i>Електронна пошта:</i> oleg.savchuk7@gmail.com <i>Вайбер:</i> 0970437904 <i>Кабінет:</i> 37
Матеріали до курсу розміщені на сайті Інтернет-підтримки навчального процесу http://vo.uu.edu.ua/ за адресою:	https://vo.uu.edu.ua/course/view.php?id=9453

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Загальний обсяг кредитів – 4	Галузь знань 01 «Освіта / Педагогіка»	Вид дисципліни обов’язкова	
	Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»	Цикл підготовки професійний	
Модулів – 1	Спеціалізація немає	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 4		2-й	2-й
Індивідуальне науково- дослідне завдання: реферат	Мова викладання, навчання та оцінювання: українська	Семестр	
Загальний обсяг годин – 120		4-й	4-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 4	Освітній ступінь: бакалавр	30 год.	6 год.
		Практичні, семінарські	
		30 год.	4 год.
		Лабораторні	
		–	–
		Самостійна робота	
		60	110
		Індивідуальні завдання: 6 год.	
Вид семестрового контролю: екзамен			

ПЕРЕДРЕКВІЗИТИ:

Анатомія людини
Фізіологія людини
Біологія з основами генетики

ПОСТРЕКВІЗИТИ:

Основи фізичної терапії та ерготерапії
Фізіологія рухової активності

МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

Дати майбутнім спеціалістам необхідні знання про зміни в організмі людини під впливом фізичного навантаження

ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

- фахове спрямування знань, які набули студенти з анатомії і фізіології.
- формування у студентів уміння застосовувати здобуті теоретичні знання на практиці;
- оволодіння знаннями та навичками щодо перебудови навчально-виховного процесу відповідно до вимог Болонського процесу.

ПЕРЕЛІК СПЕЦІАЛЬНИХ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЄ ДИСЦИПЛІНА

СК 2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

СК 4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.

СК 7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.

СК 8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.

ПЕРЕЛІК ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЄ ДИСЦИПЛІНА

РН 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

РН 11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.

РН 14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

РН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

СТРУКТУРА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тематичний план

Назви змістових модулів і тем	Розподіл годин між видами робіт														Форми та методи контролю знань
	денна форма							заочна форма							
	Усього	аудиторна					с.р.	Усього	аудиторна					с.р.	
		у тому числі							у тому числі						
		л	сем	пр	лаб	інд			л	сем	пр	лаб	інд		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Модуль 1															
Змістовий модуль 1. Поняття про вплив фізичного навантаження.															
Тема 1. Загально-біологічні основи адаптації організму спортсмена до фізичного навантаження.	7	2	–	2	–	–	3	7	2	–	2	–	–	5	АР: опитування СР: письмове завдання для самостійного опрацювання ІР: огляд додаткової літератури
Тема 2. Методи вивчення морфофункціональних особливостей організму спортсмена.	7	2	–	2	–	–	3	7	2	–	2	–	–	5	АР: письмове тестування СР: письмове завдання для самост. опрацювання ІР: підготовка та проведення презентації
Тема 3. Рухливість грудної клітки та діафрагми у спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	2	–	-	–	–	5	АР: співбесіда СР: підготовка та проведення презентації ІР: складання кросворду за основними термінами теми
Тема 4. Співвідношення внутрішніх органів у спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7	АР: опитування СР: письмове завдання для самостійного опрацювання ІР: складання плану проведення практичного заняття на тему „Зміни органів ШКТ”
Модульний контроль	2	–	–	–	–	2	–	2	–	–	–	–	2	–	комп’ютерне тестування
Разом за змістовим модулем 1	30	8	-	8	–	2	12	30	6	-	4	–	2	22	
Змістовий модуль 2. Фізичний розвиток спортсмена.															
Тема 5. Морфологічні особливості фізичного розвитку та їх значення для відбору у спорті.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7	АР: опитування СР: письмове завдання для самостійного опрацювання ІР: огляд додаткової літератури
Тема 6. Вікова морфологія.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7	АР: письмове тестування СР: письмове завдання для самост. опрацювання ІР: підготовка та проведення презентації
Тема 7. Особливості фізичного розвитку і статури у представників різних видів спорту.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7	АР: письмове тестування СР: письмове завдання для самост. опрацювання ІР: підготовка та проведення презентації
Тема 8. Антропометричні	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7	АР: співбесіда СР: підготовка та проведення

індекси.																презентації ІР: складання кросворду за основними термінами теми
Модульний контроль	2	–	–	–	–	2	–	2	–	–	–	–	2	–		комп'ютерне тестування
Разом за змістовим модулем 2	30	8	-	8	–	2	12	30	–	–	–	–	2	28		
Змістовий модуль 3. Функціональний стан різних систем організму.																
Тема 9. Функціональний стан дихальної системи у спортсменів.	8	2	–	2	–	–	4	8	–	–	–	–	–	8		АР: опитування СР: письмове завдання для самостійного опрацювання ІР: огляд додаткової літератури
Тема 10. Функціональний стан серцево-судинної системи у спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7		АР: письмове тестування СР: письмове завдання для самост. опрацювання ІР: підготовка та проведення презентації
Тема 11. Функціональний стан опорно-рухового апарату у спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7		АР: співбесіда СР: підготовка та проведення презентації ІР: складання кросворду за основними термінами теми
Модульний контроль	2	–	–	–	–	2	–	2	–	–	–	–	2	–		комп'ютерне тестування
Разом за змістовим модулем 3	24	6	-	6	–	2	10	24	–	–	–	–	2	22		
Змістовий модуль 4. Травми та захворювання спортсменів.																
Тема 12. Харчування спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7		АР: опитування СР: письмове завдання для самостійного опрацювання ІР: огляд додаткової літератури
Тема 13. Основні захворювання спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	7		АР: письмове тестування СР: письмове завдання для самост. опрацювання ІР: підготовка та проведення презентації
Тема 14. Спортивні травми.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	6		АР: письмове тестування СР: письмове завдання для самост. опрацювання ІР: підготовка та проведення навчального заняття з використанням тренінгових технологій
Тема 15. Самоконтроль за станом здоров'я спортсменів.	7	2	–	2	–	–	3	7	–	–	–	–	–	6		АР: співбесіда СР: підготовка та проведення презентації ІР: складання кросворду за основними термінами теми
Модульний контроль	2	–	–	–	–	2	–	2	–	–	–	–	2	–		комп'ютерне тестування
Разом за змістовим модулем 4	30	8	8	–	–	2	12	30	–	–	–	–	2	24		
Усього годин	114	30	30	–	–	8	46	114	6	-	4	–	8	96		
ІНДЗ	6	–	–	–	–	6	–	6	–	–	–	–	6	–		ІНДЗ: реферат
Усього годин	120	30	30	–	–	14	46	120	6	-	4	–	14	96		

ФОРМИ І МЕТОДИ НАВЧАННЯ

1. За джерелом інформації:

- *словесні*: лекція (традиційна, проблемна тощо) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (презентація PowerPoint), семінари, пояснення, розповідь, бесіда;
- *наочні*: спостереження, ілюстрація, демонстрація;
- *практичні*: вправи.

2. За логікою передачі і сприйняття навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3. За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4. За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів із книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів. Методи викладання навчального матеріалу визначаються викладачем в залежності від виду занять, змісту теми, цілей і завдань, можливостей студентів та часом, відведеним для вивчення теми.

В ході лекцій використовуються наступні методи:

- пояснювально-ілюстративна лекція включає усний виклад навчального матеріалу з ілюстрацією таблиць, слайдів, роздаткового матеріалу, з використанням ТЗН.

- лекція з елементами бесіди, яка включає усний виклад навчального матеріалу, великого за обсягом, складного за логічною побудовою у якому застосовується питально-відповідальний метод навчання з використанням ілюстративного матеріалу.

- проблемна лекція спрямована на розвиток логічного мислення студентів, коли при читанні лекції перед студентами формулюється проблема для самостійного осмислення того, що далі розкривається викладачем; у ході лекції студентам може видаватися надрукований роздавальний матеріал або здійснюватися показ таблиць, слайдів, які допомагають студентам у вирішенні поставленої проблеми.

В ході семінарських, практичних занять застосовуються наступні методи:

- практичні заняття організовується у формі доповідей, обговорень та виконання практичних завдань. Увага студентів зосереджена на висвітленні матеріалу з наданням інформації про нові наукові розробки.

- репродуктивний метод застосовується при проведенні підсумкового семінару з змістового модуля з використанням тестового контролю у ІКЦ.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова:

1. Плахтій П.Л. Фізіологічні основи фізичного виховання школярів / П.Л.Плахтій. - Кам'янець-Подільський: видавець М.І.Мошак (агентство Медобори), 2002. - 238 с.
2. Уилмор Дж. Х., Костил Д.Л. Физиология спорта / Д.Л. Костил, Дж.Х. Уилмор, – К.: Олимпийская литература, 2005. - 504 с.

Додаткова

1. Анатомія та фізіологія з патологією / Під ред. Я.І. Федюка. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2001. - с.676
2. Коробков А.В., Чеснокова С.А. Атлас по нормальной физиологии / С.А.Чеснокова, А.В. Коробков. – М.: Высшая школа, 1986. - 351 с.
3. Метаболизм в процессе физической деятельности / Под ред. М. Харвиса, – К.: Олимпийская литература, 1998. - 287 с.
4. Михайлов С.С. Спортивная биохимия / С.С.Михайлов. – М.: Советский спорт, 2006. -260с.
5. Смирнов В.М., Дубровский В.И. Физиология физического воспитания и спорта / В.И. Дубровский, В.М.Смирнов. –М.: Издательство Владос-Пресс, 2008. - 608с.
6. Файфура В.В., Бондаренко Ю.І.. Хара М.Р. Практикум з фізіології і патології людини / М.Р. Хара, Ю.І.Бондаренко, В.В.Файфура.–Тернопіль: Укрмедкнига, 2002. – 124с.
7. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса / Под ред. Дж.Дункана, М.Дугалла и др. – К.: Олимпийская литература, 1998. - 432 с.
8. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности / Ю.Н.Вавилов, Н.А Фомин.– М.: Физкультура и спорт, 1991. - 226 с.

Інформаційні ресурси

Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології, 2017. - №1. – 77 с.
Сайт журналу http://journals.uran.ua/frir_journal

САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ

Теми самостійної роботи студентів

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Загально-біологічні основи адаптації організму спортсмена до фізичного навантаження.	3
2	Методи вивчення морфофункціональних особливостей організму спортсмена.	3
3	Рухливість грудної клітки та діафрагми у спортсменів.	3
4	Співвідношення внутрішніх органів у спортсменів.	3
Модульний контроль		2
5	Морфологічні особливості фізичного розвитку та їх значення для відбору у спорті.	3
6	Вікова морфологія.	3
7	Особливості фізичного розвитку і статури у представників різних видів спорту.	3
8	Антропометричні індекси.	3
Модульний контроль		2
9	Функціональний стан дихальної системи у спортсменів.	3
10	Функціональний стан серцево-судинної системи у спортсменів.	3

11	Функціональний стан опорно-рухового апарату у спортсменів.	3
Модульний контроль		2
12	Харчування спортсменів.	3
13	Основні захворювання спортсменів.	3
14	Спортивні травми.	3
15	Самоконтроль за станом здоров'я спортсменів.	3
Модульний контроль		2
ІНДЗ		6
Разом		60

КАРТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТА

Змістовий модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали	Термін виконання (тижні)
Змістовий модуль 1.			
Поняття про вплив фізичного навантаження.			
Тема 1. Загально-біологічні основи адаптації організму спортсмена до фізичного навантаження. (2 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	I
Тема 2. Методи вивчення морфофункціональних особливостей організму спортсмена. (2 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	II
Тема 3. Рухливість грудної клітки та діафрагми у спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	III
Тема 4. Співвідношення внутрішніх органів у спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	IV
Підсумкова модульна контрольна робота (2 год.)	Тестування	2	IV
Всього: 14 год.	Всього: 6 балів		
Змістовий модуль 2.			
Фізичний розвиток спортсмена.			
Тема 5. Морфологічні особливості фізичного розвитку та їх значення для відбору у спорті. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	V
Тема 6. Вікова морфологія. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	VI
Тема 7. Особливості фізичного розвитку і статури у	завдання до самостійної роботи, індивідуальне	1	VII

представників різних видів спорту. (3 год.)	завдання		
Тема 8. Антропометричні індекси. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	VIII
Підсумкова модульна контрольна робота (2 год.)	Тестування	2	VIII
Всього: 14 год.	Всього: 6 балів		
Змістовий модуль 3. Функціональний стан різних систем організму.			
Тема 9. Функціональний стан дихальної системи у спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	IX
Тема 10. Функціональний стан серцево-судинної системи у спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	X
Тема 11. Функціональний стан опорно-рухового апарату у спортсменів. (4 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	2	XI
Підсумкова модульна контрольна робота (2 год.)	Тестування	2	XI
Всього: 12 год.	Всього: 6 балів		
Змістовий модуль 4. Травми та захворювання спортсменів.			
Тема 12. Харчування спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	XII
Тема 13. Основні захворювання спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	XIII
Тема 14. Спортивні травми. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	XIV
Тема 15. Самоконтроль за станом здоров'я спортсменів. (3 год.)	завдання до самостійної роботи, індивідуальне завдання	1	XV
Підсумкова модульна контрольна робота (2 год.)	Тестування	2	XV
Всього: 14 год.	Всього: 6 балів		
Індивідуальна навчально-дослідна робота: 6 год.	Реферат	7	XV
Разом: 60 год.	Разом: 31 балів		

КОНТРОЛЬ І ОЦІНКА ЯКОСТІ НАВЧАННЯ

Оцінювання
досягнень студента

Результати навчальної діяльності студентів оцінюються за 100 бальною шкалою в кожному семестрі окремо.

За результатами поточного, модульного та семестрового контролів виставляється підсумкова оцінка за 100-бальною шкалою, національною шкалою та шкалою ECTS.

Модульний контроль: кількість балів, які необхідні для отримання відповідної оцінки за кожен змістовий модуль упродовж семестру.

Семестровий (підсумковий) контроль: виставлення семестрової оцінки студентам, які опрацювали теоретичні теми, практично засвоїли їх і мають позитивні результати, набрали необхідну кількість балів.

Загальні критерії оцінювання успішності студентів, які отримали за 4-бальною шкалою оцінки «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно», подано в таблиці нижче.

Кожний модуль включає бали за поточну роботу студента на семінарських, практичних, лабораторних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальну роботу, модульну контрольну роботу.

Виконання модульних контрольних робіт здійснюється в режимі комп'ютерної діагностики або з використанням роздрукованих завдань.

Реферативні дослідження та есе, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на семінарських заняттях.

Модульний контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.

Загальна оцінка з дисципліни: шкала оцінювання національна та ECTS

Оцінка за 100-бальною системою		Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		екзамен		
90 – 100	<i>відмінно</i>	5	A	<i>відмінно</i>
82 – 89	<i>добре</i>	4	B	<i>добре (дуже добре)</i>
75 – 81	<i>добре</i>	4	C	<i>добре</i>
64 – 74	<i>задовільно</i>	3	D	<i>задовільно</i>
60 – 63	<i>задовільно</i>	3	E	<i>задовільно (достатньо)</i>
35 – 59	<i>незадовільно</i>	2	FX	<i>незадовільно з можливістю повторного складання</i>
1 – 34	<i>незадовільно</i>	2	F	<i>незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни</i>

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	<i>Перескладання здійснюється відповідно до графіка</i>
Правила академічної доброчесності	<i>Перевірка навчальних робіт на плагіат (згідно Положення про академічну доброчесність і Положення про запобігання та виявлення академічного плагіату в наукових, навчально-методичних, кваліфікаційних та навчальних роботах)</i>
Вимоги до відвідування	<i>Пропущені заняття (лікарняні, мобільність і т.ін.) можна відпрацювати, виконавши всі завдання, зазначені в інструкціях до практичних занять, переслати в електронному варіанті на електронну пошту. Здобувачі вищої освіти можуть отримати електронні презентації лекцій і самостійно ознайомитись із матеріалом при об'єктивних причинах пропуску занять.</i>

ПЕРЕВІРЕНО:

завідувач

науково-методичного відділу



Н. О. Островська

«07» вересня 2020 р.