

Затверджено
кафедрою медико-біологічних дисциплін
(засідання кафедри 27 серпня 2024 р., протокол № 15),
у зв'язку з реорганізацією кафедри, перезатверджено
кафедрою медичної біології та спортивної дієтології
(засідання кафедри 02 вересня 2024 р., протокол № 1)

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ
КАФЕДРА МЕДИЧНОЇ БІОЛОГІЇ ТА СПОРТИВНОЇ ДІЄТОЛОГІЇ

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Фізіологічні механізми адаптації та функціональні резерви організму людини 2024-2025 Н.Р.,
денна форма здобуття вищої освіти

1.1. Загальна інформація

| | |
|---|---|
| Назва освітньої програми | Фізіологія рухової активності https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/rozkład/opp_fiziologiya_ruhovoyi_aktivnosti_2024.pdf |
| Код і назва дисципліни за освітньою програмою | ОК12 Фізіологічні механізми адаптації та функціональні резерви організму людини |
| Семестр навчального року Календарні терміни вивчення | ІІІ семестр, вересень - листопад місяці для навчально-наукового інституту здоров'я, реабілітації та фізичного виховання |
| Форма підсумкового контролю | екзамен |
| Прізвище, ім'я та по батькові науково-педагогічних працівників, контактна інформація, електронна адреса | Ільїн Володимир Миколайович, доктор біологічних наук, професор, професор кафедри, vilin@uni-sport.edu.ua Філіппов Михайло Михайлович, доктор біологічних наук, професор кафедри, mfilippov@uni-sport.edu.ua Гошовська Юлія Володимирівна, кандидат біологічних наук, ст. викладач кафедри, goshovska.teacher@uni-sport.edu.ua |

1.2.Кредити ЄКТС, види занять, кількість годин

| кількість кредитів ЄКТС | лекції | семінарські | практичні | лабораторні | самостійна робота | загальна кількість годин |
|-------------------------|--------|-------------|-----------|-------------|-------------------|--------------------------|
| 5 | 12 | | 24 | | 110 | 150 |

1.3. Оцінювання результатів навчання

Підсумкова оцінка з дисципліни складається з суми балів за поточне та підсумкове оцінювання і не може перевищувати 100 балів. Підсумкове оцінювання у формі семестрового екзамену є обов'язковим для усіх учасників освітнього процесу. Максимальна кількість балів для екзамену - 25 балів. Якщо здобувач вищої освіти при поточному оцінюванні набрав 60 - 100 балів, а під час складання семестрового екзамену показав загальний рівень знань в межах: 35-59 %, то підсумкова оцінка відповідає поточній; якщо рівень знань складає більше 59% - додаються бали, менше 35 % - підсумкова оцінка виставляється 0 балів.

Використовуються такі форми поточного контролю та розподіл балів, які може отримати здобувач за тему:

| Номер і назва теми практичних занять | Форми поточного контролю | Кількість балів за тему |
|---|--|-------------------------|
| 1. Основні закономірності індивідуальної адаптації організму спортсменів до тренувальних і змагальних навантажень. | Експрес-контроль. | 10 |
| 2. Функціональні системи – основа адаптивних перебудов функцій організму. | Експрес- контроль. | 10 |
| 3. Адаптація соматичних і вегетативних систем організму спортсменів до великих тренувальних і змагальних навантажень. | Експрес- контроль. Контрольна робота. | 4 6 |
| 4. Дізадаптація до навантажень сучасного спорту і комплексна система заходів по їх профілактиці. | | |
| 5. Адаптаційні ефекти тренування. | Реферат, доповідь та презентації на задану тему та їх обговорення. | 10 5 |
| 6. Зміст та завдання функціональної діагностики. | Експрес- контроль. | 10 |
| 7. Методи тестування та контролю фізіологічних та функціональних систем організму спортсмена | Експрес- контроль. | 10 |
| 8. «Ешелони» резервів та характер їх використання в залежності від умов м'язової діяльності. | Експрес- контроль. | 15 |
| 9. Роль адаптивних реакцій у формуванні функціональних резервів. | Експрес- контроль. | 10 |

| | | |
|--|--|--------|
| 10. Особливості впливу гірських умов. | Реферат, доповіді та презентації на задану тему та їх обговорення. | 6 4 |
| 11. Особливості впливу водного середовища. | | |
| 12. Особливості впливу температурних коливань, геофізичних чинників. | | |
| Усього: | | 100 |

1.4. Обладнання, інструментарій, програмне забезпечення, необхідні для викладання навчальної дисципліни.

Персональний комп'ютер, додаток Zoom та Google Meet, презентації лекційних і практичних занять, лабораторія.

1.5. Заходи з неформальної освіти, що можуть бути застосовані в процесі викладання навчальної дисципліни.

У якості заходів неформальної освіти визнаються професійні курси або тренінги, онлайн освіта, професійне навчання/стажування, що підтверджуються відповідним сертифікатом. Допускається визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті у разі якщо отриманий сертифікат чи інший документ співпадає з темами робочої програми та годинами відведеними на її вивчення.

Результати навчання отримані здобувачем у неформальній освіті можуть бути визнані згідно до Тимчасового порядку визнання у НУФВСУ результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих у неформальній освіті https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/poryadok_vyznannya_neformalna_osvita.pdf