КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ
KYIV NATIONAL UNIVERSITY OF CONSTRUCTION AND ARCHITECTURE

БАКАЛАВР
(освітній ступінь / educational level)

Кафедра / Chair **Фізичного виховання і спорту**

«**Затверджую/ Approve**»
Голова НМР факультету /
Faculty Chairman of SMC
_____
_____ / О.В. Нестеренко
«27» червня 2025

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ
ОК.39 МЕДИКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ У ФВіС

(шифр на назва освітньої компоненти / code and name of the educational component)

Шифр/ code	назва спеціальності, освітньої програми / name of specialty, educational program
017(А7)	Фізична культура і спорт, Фізичне виховання

Мова викладання/ Teaching language: українська
Розробники / Developers:

_____
(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання / surname and initials, academic degree, rank) (підпис / signature)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ_____
The work program was approved at the meeting of the chair
Протокол/ Protocol № *7* від / of 24 **ЧЕРВНЯ** 2025

Завідувач кафедри / Head of Chair _____ /Олександр ШАМИЧ/
(підпис)
Схвалено гарантом освітньої програми / Approved by the educational program guarantor
Гарант ОП / Guarantor of EP _____ /Ольга ОЗЕРОВА/
(підпис)
Розглянуто на засіданні науково-методичної комісії спеціальності /
Considered at the meeting of the scientific-methodical commission of the specialty
Протокол/ Protocol № _*3*__ від / of 25 **ЧЕРВНЯ** 2025

ВИТЯГ З РОБОЧОГО НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2025/2026

EXTRACT FROM THE CURRICULUM PLAN

Шифр / Code	Назва спеціальності, освітньої програми/ name of specialty, educational program	Форма здобуття ВО / Form of study: **денна / full-time**											Форма контролю / Form of control	Семестр / Semester	Погодження заступником декана факультету/ Approval by the deputy dean of the faculty
		Кількість кредитів ECTS/ ECTS credits	Кількість годин / Number of hours						Кількість індивідуальних робіт / Number of individual tasks						
			Всього / Total volume	Аудиторних / Auditory				Самостійна робота / Individual work							
				Разом/ Total volume	у тому числі / including:				КП/ CP	КР/ CW	РГР/ CGW	Конт.роб/ Ind. task			
					лекції / lectures	лабораторн / laboratory	практичні / practical								
017 (А7)	Фізична культура і спорт, Фізичне виховання	*3*	*90*	*40*	*20*		*20*	*50*				1	*E*	*7*	

Шифр / Code	Назва спеціальності, освітньої програми/ name of specialty, educational program	Форма здобуття ВО / Form of study: **(заочна)**											Форма контролю / Form of control	Семестр / Semester	Погодження заступником декана факультету/ Approval by the deputy dean of the faculty
		Кількість кредитів ECTS/ ECTS credits	Кількість годин / Number of hours						Кількість індивідуальних робіт / Number of individual tasks						
			Всього / Total volume	Аудиторних / Auditory				Самостійна робота / Individual work							
				Разом/ Total volume	у тому числі / including:				КП/ CP	КР/ CW	РГР/ CGW	Конт.роб/ Ind. task			
					лекції / lectures	лабораторн / laboratory	практичні / practical								
017 (А7)	Фізична культура і спорт, Фізичне виховання	*3*	*90*	*20*	*10*		*10*	*70*				1	*E*	*7*	

Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни: оволодіння базовими знаннями з діагностики функціонального стану організму, здатність до науково-методичного забезпечення та проведення медико-педагогічного спостереження, здатність оцінювати зміни функціонального стану учнів та студентів у процесі фізичного виховання.

Завдання:

1. Засвоєння теоретико-методологічних засад медико-педагогічного контролю занять з фізичного виховання і спорту;
2. Оволодіння методами оцінки фізичного розвитку, стану здоров'я, функціональних можливостей та рухових навичок людини з метою диференціації засобів і форм фізичного виховання та дозування фізичного навантаження;
3. Оволодіння методологією систематичного спостереження за динамікою показників фізичного розвитку, стану здоров'я та психомоторних якостей під впливом фізичних вправ, загартування та інших засобів корекції з метою оцінки їх оздоровчого ефекту;
4. Виявлення функціональних відхилень і ранніх симптомів порушень психосоматичного здоров'я, виникнення яких є можливим під час занять фізичним вихованням та спортом;
5. Оволодіння прийомами профілактики травматизму;

Пререквізити дисципліни: Анатомія людини і морфологія; Фізіологія людини; Фізіологія рухової активності.

Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Зміст компетентності
Інтегральна компетентність (ІК)	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
Загальні компетентності (ЗК)	
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	
СК07	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
СК14	Здатність до безперервного професійного розвитку.

Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Програмні результати
ПРН06	Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці.
ПРН10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
ПРН15	Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
ПРН21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Методи перевірки навчального ефекту: поточні відповіді на питання (письмово/усно), тестування, доповіді, індивідуальна робота (презентації), контрольна робота, екзамен.

*Форми проведення занять***:** лекції, практичні заняття, консультації.

Програма навчальної дисципліни /денна/

МОДУЛЬ 1. Змістовий модуль 1.

Лекція 1. **Загальні поняття про медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні та спорті.**

Сутність поняття «медико-педагогічний контроль» і методологічні підходи до супроводу занять з фізичного виховання та спорту**.** Основні види комплексного медичного обстеження. Умови допуску до занять фізичним вихованням та спортом. Основний зміст загального та спортивного анамнезу. Види комплексних медичних обстежень.

Лекція 2-3. Фізичний розвиток людини та методи його оцінки.

Поняття «фізичний розвиток» та вимоги до його дослідження. Фактори, що впливають на фізичний розвиток людини. Соматоскопія. Антропометрія. Дослідження компонентного складу тіла. Методи оцінки фізичного розвитку.

Лекція 4-6. Методи оцінки функціональних резервів організму.

Основні вимоги до проведення функціональних проб. Методика проведення та оцінка функціональних проб. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі. Функціональні

проби з фізичним навантаженням. Типи реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження. Методи оцінки фізичного здоров'я за кількісними параметрами. Методи об'єктивної діагностики стану психосоматичного здоров'я. Визначення біологічного віку людини. Методи визначення фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Методологія оформлення загального висновку за результатами комплексного медичного обстеження.

Лекція 7-8. Медико-педагогічний супровід занять з фізичної культури та спорту.

Класифікація фізичних навантажень та їх дозування. Види рухових режимів та їх характеристика. Медико-педагогічні спостереження в процесі навчально-тренувальних занять з фізичної культури і спорту.

Лекція 9. Медико-педагогічний контроль занять з фізичного виховання і спорту для осіб різних категорій.

Особливості медико-педагогічного контролю у дитячому віці. Медико-педагогічний контроль занять з фізичної культури у старших вікових групах. Морфофункціональні особливості жіночого організму та вимоги до проведення занять з фізичного виховання і спорту для жінок. Значення проведення самоконтролю у процесі фізичного виховання та спортивної діяльності.

Лекція 10. Попередження патологічних станів та травматизму під час проведенні занять з фізичного виховання і спорту.

Непритомні стани та їх попередження. Основні причини травматизму та його профілактика. Гігієнічні вимоги до проведення занять з фізичної культури і спорту.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Основні види комплексного медичного обстеження. Основний зміст загального та спортивного анамнезу.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Фізичний розвиток людини та методи його оцінки. Соматоскопія. Антропометрія.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Методи дослідження функціонального стану організму. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Функціональні проби з фізичним навантаженням.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Визначення біологічного віку людини. Методи визначення фізичної працездатності та аеробної продуктивності.

Заняття 6. *Тема для обговорення:* Методологія оформлення загального висновку за результатами комплексного медичного обстеження.

Заняття 7. *Тема для обговорення:* Медико-педагогічні спостереження в процесі навчально-тренувальних занять.

Заняття 8. *Тема для обговорення:* Класифікація фізичних навантажень та їх дозування. Види рухових режимів та їх характеристика.

Заняття 9. *Тема для обговорення:* Медико-педагогічний контроль занять

з фізичного виховання і спорту для осіб різних категорій

Заняття 10. *Тема для обговорення:* Гігієнічні вимоги до проведення занять з фізичної культури і спорту.

Програма навчальної дисципліни /заочна/

МОДУЛЬ 1. Змістовий модуль 1.

Лекція 1. Фізичний розвиток людини та методи його оцінки.

Поняття «фізичний розвиток» та вимоги до його дослідження. Фактори, що впливають на фізичний розвиток людини. Соматоскопія. Антропометрія. Дослідження компонентного складу тіла. Методи оцінки фізичного розвитку.

Лекція 2-3. Методи оцінки функціональних резервів організму.

Основні вимоги до проведення функціональних проб. Методика проведення та оцінка функціональних проб. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі. Функціональні проби з фізичним навантаженням. Типи реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження. Методи оцінки фізичного здоров'я за кількісними параметрами. Методи об'єктивної діагностики стану психосоматичного здоров'я. Визначення біологічного віку людини. Методи визначення фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Методологія оформлення загального висновку за результатами комплексного медичного обстеження.

Лекція 4. Медико-педагогічний супровід занять з фізичної культури та спорту.

Класифікація фізичних навантажень та їх дозування. Види рухових режимів та їх характеристика. Медико-педагогічні спостереження в процесі навчально-тренувальних занять з фізичної культури і спорту.

Лекція 5. Медико-педагогічний контроль занять з фізичного виховання і спорту для осіб різних категорій. Попередження патологічних станів та травматизму під час проведення занять з фізичного виховання і спорту.

Особливості медико-педагогічного контролю у дитячому віці. Медико-педагогічний контроль занять з фізичної культури у старших вікових групах. Морфофункціональні особливості жіночого організму та вимоги до проведення занять з фізичного виховання і спорту для жінок. Значення проведення самоконтролю у процесі фізичного виховання та спортивної діяльності. Непритомні стани та їх попередження. Основні причини травматизму та його профілактика.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Фізичний розвиток людини та методи його оцінки. Соматоскопія. Антропометрія.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Методи дослідження функціонального стану організму. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Функціональні проби з фізичним навантаженням.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Визначення біологічного віку людини. Методи визначення фізичної працездатності та аеробної продуктивності.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Медико-педагогічний контроль занять з фізичного виховання і спорту для осіб різних категорій.

Індивідуальне завдання / Individual task

Індивідуальні роботи (ІР) ***з дисципліни*** (реферативна робота, розрахункова робота, презентація та ін.) сприяють поглибленому вивченню студентом теоретичного матеріалу, формуванню умінь, використанню знань для вирішення відповідних практичних завдань.

Види індивідуальних робіт, термін виконання, термін здачі/захисту визначаються робочим навчальним планом (за навчальним планом виконання ІР передбачено - 1 на семестр).

Індивідуальні роботи виконуються студентами самостійно із забезпеченням необхідних консультацій з окремих питань з боку викладача.

Варіант 1. Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни
(у вигляді реферативної роботи або презентації)

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
відмінно	10	***відмінне виконання***: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу), дотримання вимог до форматування, наявність інформаційних джерел, наявність контрольних питань до змісту роботи; - повністю виконана практична робота (в презентації достатній вміст оглядового матеріалу; - виконання в межах зазначеного терміну.
	9	***відмінне виконання***: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу), незначні зауваження до вимог щодо форматування, наявність інформаційних джерел, наявність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має незначні недоліки (в презентації достатній вміст оглядового матеріалу); - робота здана на протязі трьох днів після завершення терміну (за умови відсутності інших зауважень).
добре	8	***добре виконання:*** - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу) мають незначні зауваження, не повне дотримання вимог до форматування, недостатність інформаційних джерел, відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має несуттєві недоліки (в презентації оглядовий матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана пізніше трьох днів після завершення терміну (за умови відсутності інших зауважень).

	7	***добре виконання:*** - розкриття теми (обсяг матеріалу обмежений), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу) мають зауваження, не повне дотримання вимог до форматування, недостатність інформаційних джерел, відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має несуттєві недоліки (в презентації оглядовий матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана пізніше тижня після завершення терміну (за умови відсутності інших зауважень).
задовільно	6	***задовільне виконання:*** - не повне розкриття теми (за обсягом), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу) мають зауваження, недотримання вимог до форматування, недостатність або відсутність інформаційних джерел, недостатність або відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота суттєві недоліки або виконана неповністю (в презентації оглядовий матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана після завершення терміну.

Варіант 2. Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни
(у вигляді реферативної роботи або презентації)

№	Критерії оцінювання роботи	Максимальна кількість балів за кожним критерієм
1	Обґрунтування актуальності, складання плану, формулювання мети, задач, методів дослідження,	2
2	Розкриття змісту згідно плану. Наявність фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану проблеми, перспективи подальшої роботи.	2
3	Наявність оглядового матеріалу або виконання практичного завдання	2
4	Наявність висновків, практичних рекомендацій. Висловлювання власної обгрунтованої думки.	2
5	Дотримання вимог щодо технічного оформлення роботи (титульний аркуш, план, вступ, основна частина, висновки, список використаних джерел). Робота здана вчасно.	2
Разом		**10**

Методи навчання

Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

1) За джерелом інформації:

-*Словесні*: лекція (традиційна, проблемна, лекція прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.

-*Наочні*: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

-*Практичні*: досліди, вправи, навчальна праця. Лабораторні та практичні роботи, твори, реферати, презентації. Ці методи не несуть нової навчально-пізнавальної інформації, а

служать лише для закріплення, формування практичних умінь і навичок при застосуванні раніше набутих знань. Більшість здобувачів активніше сприймають практичні методи, ніж словесні.

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

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, творчі, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів; виконання індивідуального навчального завдання.

Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

І підгрупа - методи стимулювання інтересу до навчання (навчальні дискусії; пізнавальні ігри, конкурси).

ІІ підгрупа - методи стимулювання обов'язку та відповідальності (роз'яснення щодо мети, вимог, системи заохочення (розподіл балів за змістовими модулями, отримання додаткових балів за індивідуальну і самостійну роботи; стимулювання (рейтинг студентів, нарахування стипендії) та покарання – накопичення боргів у навчанні, не допуск до сесії, неможливість приймати участь в академічної мобільності, відрахування з університету).

Методи контролю та оцінювання знань/ Methods of control and evaluation of knowledge

В освітньому процесі використовуються такі види контролю: вхідний, поточний, підсумковий та відстрочений.

Вхідний контроль проводиться перед вивченням нового курсу з метою визначення рівня підготовки здобувачів за дисципліною, що є основою для цього курсу.

Поточний контроль може проводитись викладачами на всіх видах аудиторних занять. Основне завдання поточного контролю – перевірка рівня засвоєння матеріалу дисципліни та підготовка здобувачів до виконання конкретної роботи. Об'єктом поточного оцінювання є знання окремих складових навчальної дисципліни:

- матеріалу, викладеного на лекціях;
- питань, розглянутих та обговорених на практичних заняттях;
- матеріалу, опрацьованого самостійно.

Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між викладачами та здобувачами у процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією здобувачів. П.к. передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу), яка поступово формується цілою низкою навчальних дисциплін для набуття відповідних компетентностей даної освітньої програми.

Поточний контроль може проводитися у формі усного опитування або письмового експрес-контролю на практичних заняттях та лекціях, виступів здобувачів при обговоренні питань на семінарських заняттях, комп'ютерного тестування, звітів про практику тощо. Перелік компетентностей, які формуються в результаті вивчення даної дисципліни, форми проведення поточного контролю, максимальна кількість балів та їх розподіл, яку може одержати здобувач, визначаються викладачем та наводяться у робочій програмі з даної дисципліни.

Результати поточного контролю (поточна успішність) є основною інформацією для формування заліку і враховуються викладачем при визначенні підсумкової оцінки з даної дисципліни. Найбільш об'єктивно та системно облік поточної успішності забезпечується при використанні рейтингової системи оцінки.

Підсумковий контроль забезпечує оцінку результатів навчання здобувачів певного освітньо-кваліфікаційного рівня на проміжних або заключному етапах їх навчання. Об'єктом

підсумкового оцінювання є знання програмного матеріалу в повному обсязі. Він включає семестровий контроль або державну атестацію здобувачів.

Семестровий контроль з певної дисципліни проводиться відповідно до навчального плану у вигляді семестрового екзамену або заліку в терміни, встановлені графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою дисципліни.

Семестровий залік – це вид підсумкового контролю, при якому засвоєння здобувачем навчального матеріалу з дисципліни оцінюється на підставі результатів поточного контролю (поточного опитування, виконання індивідуальних завдань та самостійної роботи) протягом семестру.

Семестровий екзамен – це форма підсумкового контролю засвоєння здобувачем теоретичного, практичного матеріалу з окремої навчальної дисципліни за семестр та набуття певних компетентностей, що проводиться як контрольний захід.

Розподіл балів для дисципліни
Distribution of points for the discipline with a form of test control

Поточне оцінювання / Current assessment			Підсумковий контроль / Test	Сума балів / Total points
Змістові модулі / Content modules		Курсова робота		
1	2			
25	25	10	40	100

За таблицею розподілу балів для дисципліни:

- мінімальна оцінка, яка дозволяє здавати іспит/залік – 20 балів за семестр;
- максимальна оцінка за екзамен/залік – 40 балів.

Всього – 60 балів (Е) – оцінка, яка вноситься у відомість.

Якщо студент прагне більш високої оцінки – потрібно працювати протягом семестру.

У нарахування 100 балів входить:

- Присутність студента на лекціях (не більше 10% від max);
- Індивідуальна робота (10% - 10 балів);
- Практична робота під час аудиторних занять та результат самостійної роботи – (40% - 40 балів);
- Залік/ екзамен – (40% - 40 балів).

Відстрочений контроль або контроль збереження знань, проводиться через деякий час після вивчення дисципліни. Цей вид контролю не впливає на результативність (оцінку) навчання здобувача і проводиться вибірково, як правило, в інтересах зовнішнього контролю якості навчання чи внутрішнього, з метою вивчення стійкості засвоєних знань здобувачами. Щорічний ректорський контроль є відстроченим. Порядок проведення та критерії оцінювання знань ректорського контролю регламентуються Положенням про організацію ректорського контролю якості знань здобувачів. Ректорський контроль за вивченням дисциплін відбувається згідно графіку з 2-3 семестру. Графік складає НМР кафедри та спеціальності.

Згідно з діючою в університеті системою комплексної діагностики знань здобувачів, з метою стимулювання планомірної та систематичної навчальної роботи, результати складання екзаменів, захистів курсових проектів (робіт) та практик оцінюються за національною (чотирибальною), уніфікованою рейтинговою (семибальною) шкалою (“відмінно”(A), “добре”(B,C), “задовільно”(D,E), ”незадовільно”(FX,F) і 100-бальною системою, а заліків – за двобальною, семибальною шкалою (“зараховано”(A,B,C,D,E), “не зараховано”(FX,F)) і 100-бальною системою. Підсумкові оцінка виставляється та вносяться до екзаменаційної відомості, залікової книжки (позитивні результати) та навчальної картки здобувача.

В екзаменаційній відомості в національній та європейській системах оцінювання знань

і при переведенні оцінки в систему ЄКТС викладач керується співвідношеннями, поданими у таблиці «Порядок переведення оцінок у систему ЄКТС».

Шкала оцінювання для підсумкових вимог за національною системою та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	**Оцінка ECTS**	**Оцінка за національною шкалою**	
		Для екзамену, практики	*Для заліку*
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C		
64-73	D	Задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у наступній таблиці.

Шкала оцінювання якості засвоєння знань, умінь, навичок під час вивчення курсу

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

Орієнтовна тематика/зміст контрольної роботи

1. Контрольна робота.

1. Комплексне медичне обстеження передбачає:
2. Загальний анамнез дозволяє отримати уявлення про:
3. Спортивний анамнез дозволяє отримати уявлення про:

4. Психомоторні якості відображають:
5. Максимальне значення коефіцієнту спадковості (0,9) встановлено для рухової активності яких частини тіла:
6. До параметрів оцінки зовнішнього огляду відносяться:
7. До існуючих патологічних форм спини відносяться:
8. Назвати конституційні типи статури:
9. Яка глибина фізіологічних вигинів хребта вважається нормою:
10. Навести форми грудної клітини і яку відносять до патологічних:
11. Антропометрія це:
12. Нормальна ЧСС дорослої людини в спокої в середньому складає:
13. Що називається пульсовим артеріальним тиском?
14. Індекс Кердо розраховується за формулою з використанням показників:
15. За формулою Р.М. Баєвського розраховується:
16. Наведіть реакції на дозовані фізичні навантаження за Лєтуновим.
17. За Лєтуновим реакція на дозовані фізичні навантаження у якій спостерігається «феномен нескінченного тону» називається:
18. У тренувальних програмах навантаження помірної потужності за показником МСК складають:
19. Хронотропний резерв це:
20. Якщо рівень соматичного здоров’я низький, яка припустима пікова ЧСС?

21. Навести існуючі рухові режими. Який руховий режим призначається особам, ящ відносяться до спеціальної медичної групи або до груп ЛФК?
22. Наведіть назви частин уроку. В якої частини тренувального заняття фізіологічна крива має пікове підвищення?
23. Терміновий тренувальний ефект це зміни в організмі, які виникають:
24. Наведіть об'єктивні та суб'єктивні показники самоконтролю:
25. Гіпоглікемія це:

2. **Контрольна робота.** Оформити загальний висновок за результатами індивідуального комплексного медичного обстеження.
3. **Контрольна робота.** Визначення індивідуального біологічного віку.

Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю (екзамен):

1. Організація медико-педагогічного контролю у фізичній культурі.
2. Протипоказання до занять фізичною культурою.
3. Принципи розподілу на медичні групи осіб, які займаються фізичною культурою.
4. Режими рухової активності у процесі занять фізичною культурою.
5. Питання допуску та визначення рівня фізичної активності людини за допомогою використання опитувальників.
6. Визначення понять: фізичний розвиток, соматотип, соматоскопія, антропометрія.
7. Параметри оцінки при зовнішньому огляді.
8. Характеристика форм спини.
9. Способи визначення плоскостопості.
10. Зовнішні ознаки переважання симпатичної гілки вегетативної нервової системи.
11. Взаємозв’язок маси тіла та смертності.
12. Дослідження охватів тіла для характеристики фізичного розвитку.
13. Прилади для вимірювання товщини жирової складки.
14. Вимірювання складок для розрахунку маси жиру тіла.
15. Розрахування ЖЄЛ за допомогою формул.
16. Формули для розрахунку відносної маси жиру тіла.
17. Чотирикомпонентна модель будови тіла.
18. Параметри розрахунку вмісту м'язів кістяка.
19. Сучасні прилади вимірювання відносного вмісту жиру.
20. Оцінка фізичного розвитку методом перцентилів.
21. Індекси для характеристики маси тіла людини.
22. Метод оцінки соматотипу за Чтєцовим.

23. Індекси для оцінці соматотипу за методом Романчука, Гречко.
24. Рівні варіювання характеристиці соматотипу за Дороховим.
25. Показники, що характеризують функціональний стан серцево-судинної системи.
26. Визначення величин артеріального тиску.
27. Індекси, що характеризують функціонування серцево-судинної системи.
28. Характеристика способу визначення та оцінки адаптаційного потенціалу за Р.М. Баєвським.
29. Характеристика способу визначення біологічного віку за Войтенком.
30. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.
31. Визначення ефективності виконання фізичних навантажень.
32. Вегетативне забезпечення реакцій організму. Способи визначення та оцінка.
33. Атипічні типи реакції на дозоване фізичне навантаження.
34. Феномен "нескінченного тону".
35. Типи реакції артеріального тиску за Клочковим.
36. Фізична працездатність.
37. Тести для визначення фізичної працездатності.
38. Принципи визначення максимального споживання кисню.
39. Розрахункові формули для визначення МСК.
40. Визначення фізичної підготовленості в системі КОНТРЕКС-II.
41. Система визначення рівня соматичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко.
42. Поняття про "безпечний" рівень здоров'я.
43. Визначення рівня здоров'я за Бєловим.
44. Основні принципи дозування фізичних навантажень.
45. Способи дозування фізичних навантажень.
46. Класифікація фізичних вправ на розвиток витривалості за інтенсивністю.
47. Призначення фізичних вправ особам з різним рівнем фізичного стану з урахуванням інтенсивності та методу тренувань.
48. Дозування фізичних вправ з урахуванням рівня аеробної витривалості.
49. Хронотропний резерв, тренувальна та максимальна ЧСС.
50. Принципи визначення тренувальної ЧСС з урахуванням рівня фізичного стану.
51. Класифікація фізичних вправ за енерговитратами.
52. Принципи дозування інтенсивності фізичних навантажень з урахуванням МЕТ.
53. Поняття про рейтинг фізичних вправ.
54. Принципи дозування фізичних вправ за їх рейтингом.
55. Застосування рівня соматичного здоров'я для дозування фізичних вправ.

56. Принципи розподілу спрямованості тренувальних навантажень у оздоровчому занятті з урахуванням рівня фізичного стану.
57. Поняття про лікарсько-педагогічні спостереження (ЛПС).
58. Напрями ЛПС перед початком тренування.
59. Поняття про хронометраж, загальну та моторну щільність заняття.
60. Зовнішні ознаки стомлення.
61. Симптоми розвитку гострого фізичного перенапруження.
62. Поняття про фізіологічну криву. Параметри її побудови.
63. Спосіб визначення впливу фізичних навантажень із використанням додаткового навантаження.
64. Визначення рівня фізичної підготовленості за К. Купером.
65. Особливості тренувальних навантажень у жінок в різних фазах ОМЦ.
66. Стани вагітних при яких заборонено займатися фізичною культурою.
67. Стани здоров'я за яких необхідно припинити заняття фізичною культурою.
68. Використання показників діяльності організму у самоконтролі при заняттях фізичною культурою.
69. Розвиток гострих станів при неадекватних фізичних навантаженнях.
70. Причини розвитку травм при заняттях фізичною культурою.
71. Профілактичні заходи, які спрямовані на попередження травм при заняттях фізичною культурою.
72. Механізм виникнення гострого стану, що пов'язан із різкою зупинкою фізичної діяльності.
73. Гострі стани, що пов'язані із вичерпуванням енергетичних джерел.
74. Вимоги до освітлення місць проведення занять фізичною культурою.
75. Вимоги до вентиляції та опалювання у приміщеннях, де проходять заняття фізичною культурою.

Політика щодо академічної доброчесності / Academic Integrity Policy

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною та отримання позитивної оцінки з поточного та підсумкового контролю.

Політика щодо академічної доброчесності регламентується нормативним документом КНУБА Положення про заходи щодо підтримки академічної доброчесності в КНУБА та дотримується Положення про заходи щодо запобігання академічного плагіату в КНУБА .

Кафедра популяризує академічну доброчесність серед студентів, інформує здобувачів про необхідність дотримання правил академічної етики та підвищення відповідальності за недотримання норм цитування, доброчесне використання інформації при роботі з першоджерелами та іншими інформаційними ресурсами, інформування про необхідність дотримання правил академічної доброчесності здобувачами вищої освіти з питань інформаційної діяльності Університету.

У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач має право змінити тему завдання.

Політика щодо відвідування / Attendance Policy

Здобувач, який пропустив лекційне заняття, але бажає отримати бали, повинен опрацювати тему самостійно, звернувшись до освітнього сайту КНУБА на платформі (Moodle) та представити викладачу конспект лекції.

Здобувач, який пропустив аудиторне (практичне) заняття, має можливість отримати бали, якщо самостійно виконає практичні завдання та здасть свою роботу викладачу в узгоджений термін.

Умови допуску до підсумкового контролю / Conditions of admission to the final test

Максимальна кількість балів, що передбачена змістовими модулями за семестр – 50.

Мінімальна оцінка, яка дозволяє здобувачу отримати допуск до підсумкового контролю – 20 балів.

В нарахування балів входять результати поточного контролю:

- Присутність студента на лекціях on-line (не більше 10% від max);
- Практична робота під час аудиторних занять та результат самостійної роботи – (40% - 40 балів);
- дотримання умов академічної доброчесності.

Здобувач, який не виконав вимог курсу по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання за змістом програми.

Здобувач має право на опротестування результатів контроля (апеляцію). Правила подання та розгляду апеляції визначені у Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю знань здобувачів освіти КНУБА .

Усі нормативні документи КНУБА розміщені на сайті КНУБА https://www.knuba.edu.ua/about/administrativni-pidrozdili/centr-z-pitan-zabezpechennya-yakosti-osviti/viddil-licenzuvannya-ta-akreditaciyi/accreditation/normativni-dokumenti/ , про що здобувачам повідомляється на початку вивчення дисципліни.

Методичне забезпечення дисципліни

Підручники:

1. Абрамов В. В., Клапчук В. В., Неханевич О. Б. [та ін.] Фізична реабілітація, спортивна медицина: підручник для студ. вищих мед. навч. закладів; за ред. В. В. Абрамова, О. Л. Смирнової. Дніпропетровськ: Журфонд, 2014. - 456 с.

2. Дегтяренко Т.В., Долгієр Є.В. Медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні та спорті: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. – Одеса: Атлант ВОИ СОИУ, 2018. – 282 с. ISBN 978-617-7253-86- 9

3. Кокун О.М. Оптимізація адаптатійних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. Київ.: Міленіум, 2004. - 265 с.

4. Лкуовська О.Л. Методи клінічних і функціональних досліджень в фізичній культурі та спорті: підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту – Дніпро: Журфонд, 2016. – 310 с.

Навчальні посібники:

1. Калиниченко І. О. Медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей у загальноосвітніх навчальних закладах: навч. посіб. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2013. 272 с.

Конспекти лекцій: на освітньому сайті **org2.knuba.edu.ua**

Методичні роботи:

1. Киселевська С.М. Медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні і спорті: Методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр. Київ: КНУБА, Талком, 2023. – 29 с.

2. Киселевська С.М. Здоров'я та біологічний вік: Методичні вказівки для студентів спеціальної медичної групи – К.: КНУБА, 2017. – 27 с.

Інформаційні ресурси: