

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

Природничо - географічний факультет

Кафедра теорії та методики фізичного виховання і спорту

Назва курсу Нормативний / вибірковий	Діагностика і моніторинг стану здоров'я Вибірковий
Ступінь освіти Бакалавр / магістр / доктор філософії	Перший (бакалаврський)
Спеціальність	014.11 Середня освіта (Фізична культура)
Освітньо-професійна програма	Середня освіта. Фізична культура
Рік навчання / Семестр / Курс (рік навчання)	2024-2025 н.р. / Непарний семестр
Викладач	Христова Тетяна Євгенівна, доктор біологічних наук, професор
Профайл викладачів	http://geo.mdpu.org.ua/prirodnicho-geografichnij-fakultet/kafedra-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-v/sklad-kafedri-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-vihovannya-ta-sportivnih-distsiplin/hristova-tetyana-yevgeniyivna/
Контактний тел.	098-212-68-47
Е-mail:	fizreabznu@gmail.com
Консультації	<i>Онлайн-консультації:</i> через систему ЦОДТ МДПУ імені Богдана Хмельницького.

1. АНОТАЦІЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Освітній компонент «**Діагностика і моніторинг стану здоров'я**» дозволяє набути здобувачам вищої освіти додаткових фахових компетенції при опануванні циклу освітніх компонентів професійної підготовки.

Програма вивчення освітнього компонента складена відповідно до:

ступеня вищої освіти	перший (бакалаврський)
галузі знань	01 Освіта
за спеціальністю	014.11 Середня освіта (Фізична культура)
освітньої програми	Середня освіта. Фізична культура

Діагностика і моніторинг стану здоров'я

Майбутнє кожної держави залежить від рівня здоров'я членів суспільства. Тому розгляд проблеми здоров'я людини як одного із пріоритетів суспільного розвитку зумовлює актуальність педагогічної розробки цього напрямку, де провідну роль у збереженні здоров'я, його формуванні і розвитку повинна зіграти система фізичного виховання.

Теоретико-методологічну основу вивчення освітнього компонента “Діагностика і моніторинг стану здоров'я” складають актуальні проблеми діагностики функціональної підготовки різних груп населення у фізичній культурі та спорті, системи сучасних наукових уявлень про технологію вимірювання та оцінки функціонального стану провідних фізіологічних систем організму людини, методи виявлення та діагностування функціональних та органічних реакцій людини на існуючі або потенційні проблеми здоров'я.

Освітній компонент “Діагностика і моніторинг стану здоров'я” пов'язаний з предметами медико-біологічного блоку, які повинні забезпечити природничо-наукову підготовку здобувачів вищої освіти і містять знання про будову органів, тканин, систем організму, фізіологічні та біохімічні механізми їх функціонування у нормі та під час фізичних навантажень, санітарно-гігієнічні умови, необхідні для нормальної життєдіяльності; блоком спеціально-практичних дисциплін, які повинні забезпечити спеціальну педагогічну підготовку з теорії та методики викладання видів спорту, обов'язкових для програм з фізичного виховання різних груп населення.

Використання сучасних засобів діагностики і моніторингу стану здоров'я в складних умовах сьогодення стає невід'ємною складовою життя, підтримання певного рівня здоров'я кожної людини.

Вибірковий освітній компонент «Діагностика і моніторинг стану здоров'я» дозволить сформувати індивідуальну освітню траєкторію здобувача вищої освіти за освітньою програмою Середня освіта. Фізична культура.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Метою вивчення освітнього компонента “Діагностика і моніторинг стану здоров'я” є формування професійних знань, вмінь та навичок діагностики і моніторингу стану здоров'я, що мають забезпечити теоретичну та практичну підготовку здобувачів вищої освіти.

Основними завданнями вивчення освітнього компонента “Діагностика і моніторинг стану здоров'я” є:

- сформувати цілісне уявлення про феномен здоров'я;
- вивчити сучасні моделі діагностики фізичного здоров'я;
- надати знання про методи і засоби діагностики здоров'я;
- навчити користуватися основними методиками діагностики стану окремих складових здоров'я та інтегральної оцінки здоров'я;
- надати відомості про моніторинг стану здоров'я.

3. ФОРМАТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

- Очний (*offline*) - у вигляді лекційних та семінарських занять.
- Змішаний (*blended*) - через систему Центру освітніх дистанційних технологій МДПУ імені Богдана Хмельницького.
- Дистанційний (*online*) - курс без очної складової.

4.1. ПЕРЕЛІК КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ, ЯКІ НАБУВАЮТЬСЯ ПІД ЧАС ОПАНУВАННЯ ОСВІТНІМ КОМПОНЕНТОМ

ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, до застосування знань у практичних ситуаціях.

ФК1. Здатність перенесення системи наукових знань у професійну діяльність та в площину навчального предмету.

ПК3. Здатність використовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування грамотності у фізичній культурі, здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, фізичних (рухових) якостей різних вікових груп і самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини

4.2. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

РН1. *Відтворює* основні концепції та принципи педагогіки і психології; *враховує* в освітньому процесі закономірності розвитку, вікові та інші індивідуальні особливості учнів.

РН7. *Демонструє* знання основ фундаментальних і прикладних наук (відповідно до предметної спеціальності), *оперує* базовими категоріями та поняттями предметної області спеціальності.

ПРН7. *Володіє* педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і *вміє* самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

5. ОБСЯГ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Вид заняття	лекції	практичні заняття	самостійна робота
Загальна кількість годин / кредитів 120 годин / 4 кредити	30	14	76

6. ПОЛІТИКА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

В межах даного освітнього компонента передбачена процедура визнання результатів навчання, які здобувач вищої освіти набув шляхом неформальної освіти і демонструє для визнання у процесі опанування даної освітньої програми. Здобувачі мають право ініціювати перезарахування відповідно до процедур згідно «Положення про порядок визнання результатів навчання, отриманих у процесі неформальної освіти в Мелітопольському державному педагогічному університеті імені Богдана Хмельницького https://mdpu.org.ua/wp-content/uploads/2023/07/494_akadem-riznitsya_21.06.2023.pdf

Політика щодо академічної доброчесності. Роботи здобувачів вищої освіти повинні бути їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування (в т.ч. із використанням мобільних девайсів), втручання в роботу інших здобувачів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача вищої освіти є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату. Списування чи підказки під час контрольних робіт та екзаменів заборонені. Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час онлайн тестування (наприклад, сервіс MOODLE).

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Всі види робіт необхідно виконувати в оговорений термін.

Перескладання періодичних контрольних робіт (тематичних блоків) відбувається з дозволу деканату за наявності поважних причин. Пропущені заняття відпрацьовуються протягом 2 тижнів під час консультацій викладача.

Політика щодо відвідування. Здобувач, який відвідує заняття, за умови активності та за результатом виконання завдань, отримує бали згідно системи оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) здобувач може надіслати виконані завдання через мережу Facebook, Moodle або E-mail (за погодженням із викладачем).

Під час семінарських занять створюється творчий простір для формування практичних умінь і навичок. На заняттях слід дотримуватись правил роботи у групі, шанобливо ставитись до поглядів один одного, обов'язково вимкнути звук гаджетів. На заняттях вітаються прояви креативності та індивідуальний підхід до кожного здобувача вищої освіти.

Питання щодо освітнього компонента можна задати викладачу через офіційну сторінку викладача на сайті Центру освітніх дистанційних технологій МДПУ імені Богдана Хмельницького, електрону адресу викладача, особисто.

Після здійснення вибору даного освітнього компонента, він стає обов'язковим для вивчення та включається до індивідуального навчального плану здобувача вищої освіти.

7. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

7.1. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ЗАГАЛЬНА)

Кількість годин	Тема	Форма діяльності (заняття, кількість годин)	Література	Завдання	Вага оцінки	Термін виконання
Блок I. Основи діагностики здоров'я. Діагностика фізичного компонента здоров'я						
16	Тема 1. Основи діагностики здоров'я	Лекція (4 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (10 год.).	О: 1, 3, 4, 5, 6. Д: 2, 4, 7, 8, 10, 13. І: 1 – 5.	1. Охарактеризувати сучасне визначення здоров'я, критерії здоров'я. 2. Навести характеристику складових здоров'я. Скласти схему «Компоненти здоров'я». 3. Обґрунтувати безпечний рівень рухової активності людини для підтримання здоров'я. Записати основні принципи побудови оздоровчого тренування.	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (перший періодичний контроль)
16	Тема 2. Діагностика функціонального стану серцево-судинної системи організму людини	Лекція (4 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (10 год.).	О: 2, 3, 4, 5, 6, 7. Д: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 15. І: 1 – 5.	1. Навести загальну класифікацію методів оцінки функціонального стану серцево-судинної системи організму людини. 2. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів функціональних проб Руф'є, Кверга, Шелонга з фізичним навантаженням. 3. Підготувати презентацію «Методи діагностики функціонального стану серцево-судинної системи організму людини».	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (перший періодичний контроль)
14	Тема 3. Оцінка функціонального стану системи зовнішнього дихання	Лекція (4 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (8 год.).	О: 3, 4, 5, 6, 7, 8. Д: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12. І: 1 – 5.	1. Навести характеристику розрахункових методів визначення інтегральних показників системи зовнішнього дихання. 2. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів функціональних проб із затримкою дихання Штанге і Генчі; індексу Скібінського. 3. Підготувати виступ за темою «Методи діагностики функціонального стану дихальної системи організму людини».	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (перший періодичний контроль)

14	Тема 4. Моніторинг функціонального стану нервової системи організму людини	Лекція (4 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (8 год.).	О: 3, 4, 5, 6. Д: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12. І: 1 – 5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Навести загальну характеристику сучасних підходів до оцінки збудливості, сили, рухливості та рівноваги нервової системи людини. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень. 2. Розкрити значення, методику розрахунку та інтерпретацію отриманих значень коефіцієнта Хільденбранта. 3. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів орто- і кліноортостатичної функціональних проб. 4. Підготувати презентацію «Методи діагностики функціонального стану нервової системи організму людини». 	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (перший періодичний контроль)
Блок II. Діагностика рівня адаптації та індивідуального здоров'я людини						
16	Тема 5. Діагностика функціонального стану сенсорних систем організму людини	Лекція (4 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (10 год.).	О: 3, 4, 5, 6. Д: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12. І: 1 – 5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Навести загальну характеристику сучасних методів діагностики функціонального стану сенсорних систем організму людини. 2. Охарактеризувати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів визначення гостроти зору, поля зору, акомодатії. 3. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів знічного та мигального око-рухового рефлексів. 4. Охарактеризувати сучасні підходи до діагностики функціонального стану слухового аналізатора. 5. Підготувати виступ за темою «Методи діагностики функціонального стану сенсорних систем організму людини». 	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (другий періодичний контроль)

14	Тема 6. Функціональна діагностика вищої нервової діяльності	Лекція (4 год.). Практичне заняття (0 год.). Самостійна робота (10 год.).	О: 3, 4, 5, 6. Д: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12. І: 1 – 5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Навести загальну характеристику методів функціональної діагностики ВНД людини. 2. Розкрити значення, методику проведення та інтерпретацію результатів визначення типу вищої нервової діяльності людини. 3. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів визначення ступеня концентрації, стійкості та перемикання уваги. 4. Обґрунтувати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів проби Бурдона; відмінності цього показника за статтю, віком, спортивною спеціалізацією. 5. Підготувати презентацію «Методи функціональної діагностики вищої нервової діяльності організму людини». 	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (другий періодичний контроль)
16	Тема 7. Моніторинг адаптивних можливостей організму людини	Лекція (4 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (10 год.).	О: 2, 3, 5, 6. Д: 1, 3, 4, 5, 10, 12, 14, 16. І: 1 – 5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризувати сучасні методи діагностики адаптивних можливостей системи кровообігу. Скласти порівняльну таблицю «Методи діагностики адаптивних можливостей системи кровообігу». 2. Вивчити та записати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів визначення адаптаційного потенціалу (за методикою О.Г. Сорокіна; М.В. Малікова). Обґрунтувати відмінності цього показника за статтю, віком, спортивною спеціалізацією. 3. Охарактеризувати технології визначення адаптивних можливостей серцево-судинної системи у спортсменів певного виду спорту. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень. 4. Підготувати виступ за темою «Методи функціональної діагностики адаптивних можливостей організму людини». 	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (другий періодичний контроль)

14	Тема 8. Інтегральна оцінка фізичного здоров'я	Лекція (2 год.). Практичне заняття (2 год.). Самостійна робота (10 год.).	О: 1, 2, 3, 5, 6. Д: 2, 4, 7, 8, 10, 12. І: 1 – 5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризувати комплексний підхід до вивчення здоров'я як інформаційної проблеми. Скласти узагальнюючу схему «Інформаційно-структурна модель здоров'я», коротко охарактеризувати її основні складові. 2. Розкрити значення, методику проведення та інтерпретацію результатів медичного і фізичного тестування. 3. Обґрунтувати значення, методику проведення та оцінки результатів експрес-оцінки рівня фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенком для дітей шкільного віку і для дорослого населення. 4. Підготувати презентацію «Інтегральна оцінки фізичного здоров'я». 	від 2 до 5 балів поточного контролю за кожне заняття	впродовж непарного навчального семестру (другий періодичний контроль)
----	--	---	--	--	--	---

7.2. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ЛЕКЦІЙНИЙ БЛОК)

Тема лекції	Зміст лекції
Тема 1. Основи діагностики здоров'я	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття про здоров'я. Критерії здоров'я. 2. Здоров'я та його складові. Чинники здоров'я. 3. Рухова активність та здоров'я. Основи побудови оздоровчого тренування.
Тема 2. Діагностика функціонального стану серцево-судинної системи організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методи діагностики функціонального стану серцево-судинної системи організму. 2. Традиційні методи визначення інтегральних показників системи кровообігу.
Тема 3. Оцінка функціонального стану системи зовнішнього дихання	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методи діагностики функціонального стану дихальної системи. 2. Традиційні методи визначення інтегральних показників системи зовнішнього дихання.
Тема 4. Моніторинг функціонального стану нервової системи організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Короткий огляд основних методичних підходів до оцінки функціонального стану ЦНС. 2. Основні методичні підходи до оцінки функціонального стану периферичної нервової системи. 3. Короткий огляд основних методичних підходів до оцінки функціонального стану вегетативної нервової системи.
Тема 5. Діагностика функціонального стану сенсорних систем організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика сучасних методів діагностики функціонального стану сенсорних систем організму людини. 2. Значення, методика проведення та інтерпретація результатів визначення гостроти зору, поля зору, акомодатії. 3. Сучасні підходи до діагностики функціонального стану слухового аналізатора.
Тема 6. Функціональна діагностика вищої нервової діяльності	<ol style="list-style-type: none"> 1. Короткий огляд основних методичних підходів до оцінки функціонального стану ВНД. 2. Визначення типу ВНД з використанням методики Айзенка - Тейлора. Визначення ступеня концентрації, стійкості і перемикання уваги. 3. Проба Бурдона для розрахунку й оцінки концентрації уваги та стійкості уваги.
Тема 7. Моніторинг адаптивних можливостей організму	<ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення адаптаційного потенціалу серцево-судинної системи за Р.М. Баєвським. 2. Оцінка адаптивних можливостей серцево-судинної системи організму за Г.С. Мельниковою.
Тема 8. Інтегральна оцінки фізичного здоров'я	<ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення рівня фізичного здоров'я за В.А. Шаповаловою. 2. Експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенком.

7.3. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ)

Тема практичного заняття	Зміст практичного заняття	Форми контролю
Тема 1. Основи діагностики здоров'я	<ol style="list-style-type: none"> 1. Показники індивідуального здоров'я. 2. Критерії фізичного здоров'я. 3. Біологічний та паспортний вік людини. 	Індивідуальне опитування, узагальнююча бесіда.
Тема 2. Діагностика функціонального стану серцево-судинної системи організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формули Старра і Бомаш, відхилення артеріального тиску. 2. Коефіцієнт економічності кровообігу, індекс Робінсона. 3. Електрокардіографія. 	Фронтальне усне опитування, аналіз виконання практико-орієнтованих завдань, аналіз виступів здобувачів вищої освіти з використанням презентацій
Тема 3. Оцінка функціонального стану системи зовнішнього дихання	<ol style="list-style-type: none"> 1. Традиційні методи визначення інтегральних показників системи зовнішнього дихання 2. Розрахункові методи визначення інтегральних показників системи зовнішнього дихання. 3. Відхилення ЖЄЛ, вентиляційний індекс, індекс гіпоксії. 	Індивідуальне опитування, евристична бесіда, аналіз доповідей здобувачів вищої освіти
Тема 4. Моніторинг функціонального стану нервової системи організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Теплінг-тест, метод мовних асоціацій. 2. Методи оцінки стану периферичної нервової системи. 3. Проба Ромберга, пальценосова проба. 	Тестовий контроль, аналіз виступів здобувачів вищої освіти з використанням презентацій
Тема 5. Діагностика функціонального стану сенсорних систем організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основні методичні підходи до визначення функціонального стану зорової сенсорної системи. Дослідження акомодатії. 2. Визначення гостроти зору, поля зору; зінічний рефлекс, окоруховий рефлекс. 3. Методи діагностики функціонального стану слухового аналізатора. 4. Визначення гостроти слуху і локалізації звукового подразника. 	Фронтальне усне опитування, аналіз виконання практико-орієнтованих завдань, евристична бесіда
Тема 7. Моніторинг адаптивних можливостей організму	<ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення адаптаційного потенціалу серцево-судинної системи за методикою О.Г. Сорокіна. 2. Визначення адаптаційного потенціалу за М.В. Маліковим 	Індивідуальне опитування, узагальнююча бесіда, аналіз доповідей здобувачів вищої освіти.
Тема 8. Інтегральна оцінки фізичного здоров'я	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методика медичного і фізичного тестування. 2. Експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенком для дітей шкільного віку і для дорослого населення 	Тестовий контроль, узагальнююча бесіда

7.4. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (САМОСТІЙНА РОБОТА)

Тема для самостійного опрацювання	Зміст теми	Завдання
Тема 1. Основи діагностики здоров'я	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ступені здоров'я. 2. Рівні вивчення здоров'я 3. Поняття про «третій стан» організму. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. На основі аналізу літературних джерел вивчити та записати ступені здоров'я. Обґрунтувати їх відмінності за статтю, віком, спортивною спеціалізацією 2. Охарактеризувати рівні вивчення здоров'я. Скласти узагальнюючу схему «Рівні вивчення здоров'я». 3. На основі аналізу інформаційних джерел розкрити зміст поняття «третій стан організму».
Тема 2. Діагностика функціонального стану серцево-судинної системи організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Фонокардіографія. 2. Методи варіаційної й амплітудної пульсометрії. 3. Функціональні проби Руф'є, Кверга, Шелонга з фізичним навантаженням. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. На основі аналізу інформаційних джерел законспектувати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів фонокардіографії. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень різної інтенсивності. 2. Охарактеризувати методи варіаційної й амплітудної пульсометрії. Скласти порівняльну таблицю «Методи пульсометрії». 3. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів функціональних проб Руф'є, Кверга, Шелонга. Обґрунтувати результати цих проб у спортсменів різної спортивної спеціалізації.
Тема 3. Оцінка функціонального стану системи зовнішнього дихання	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пневматометрія, оксигеметрія. 2. Проби Штанге і Генчі. 3. Індекс гіпоксії Скібінського. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Розкрити значення, методику проведення та інтерпретацію результатів пневматометрії та оксигеметрії. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень різної інтенсивності. 2. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів функціональних проб із затримкою дихання Штанге і Генчі. Обґрунтувати результати цих проб у спортсменів різної спортивної спеціалізації. 3. Охарактеризувати значення, методику розрахунку та інтерпретацію значень індексу гіпоксії Скібінського. Обґрунтувати його відмінності за статтю, віком.
Тема 4. Моніторинг функціонального стану нервової системи організму людини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оцінка збудливості, сили, рухливості та рівноваги нервової системи. 2. Визначення коефіцієнта Хільденбранта. 3. Проведення орто- і кліноортостатичної функціональних проб. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризувати сучасні підходи до оцінки збудливості, сили, рухливості та рівноваги нервової системи людини. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень різної інтенсивності. 2. Вивчити значення, методику розрахунку та інтерпретацію значень коефіцієнта Хільденбранта. Обґрунтувати його відмінності за статтю, віком, спортивним амплуа. 3. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів орто- і кліноортостатичної функціональних проб. Обґрунтувати результати цих проб у спортсменів різної спеціалізації.

<p>Тема 5. Діагностика функціонального стану сенсорних систем організму людини</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методика дослідження акомодатії. 2. Дослідження і оцінка мигального око-рухового рефлексу. 3. Визначення гостроти слуху і локалізації звукового подразника. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. На основі аналізу інформаційних джерел записати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів дослідження акомодатії. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень різної інтенсивності. 2. Вивчити мету, методичні підходи до проведення та оцінки результатів мигального око-рухового рефлексу. Обґрунтувати результати цих проб у спортсменів. 3. З рекомендованої літератури виписати значення, методику визначення та інтерпретацію отриманих результатів оцінки гостроти слуху. Обґрунтувати відмінності цього показника за статтю, віком, спортивною спеціалізацією. 4. Вивчити мету, методику проведення та оцінки результатів визначення локалізації звукового подразника. Охарактеризувати значення цього показника для спортсменів різних спеціалізацій.
<p>Тема 6. Функціональна діагностика вищої нервової діяльності</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення ступеня концентрації, стійкості і перемикання уваги. 2. Проба Бурдона для розрахунку й оцінки концентрації уваги та стійкості уваги. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. З літератури виписати визначення понять «ступінь концентрації, стійкості і перемикання уваги». Описати їхні зміни після фізичних навантажень різної інтенсивності. 2. Вивчити мету, методику проведення та оцінки результатів визначення ступеня концентрації, стійкості і перемикання уваги. 3. На основі аналізу інформаційних джерел записати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів проби Бурдона. Обґрунтувати відмінності цього показника за статтю, віком, спортивною спеціалізацією.
<p>Тема 7. Моніторинг адаптивних можливостей організму</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сучасні методи діагностики адаптивних можливостей системи кровообігу. 2. Визначення адаптаційного потенціалу. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. На основі аналізу інформаційних джерел описати сучасні методи діагностики адаптивних можливостей системи кровообігу. Скласти порівняльну таблицю «Методи діагностики адаптивних можливостей системи кровообігу». 2. Вивчити значення, методику проведення та інтерпретацію результатів визначення адаптаційного потенціалу. Обґрунтувати відмінності цього показника за статтю, віком, спортивною спеціалізацією. 3. Охарактеризувати технології визначення адаптивних можливостей серцево-судинної системи у спортсменів в обраному вами виді спорту. Обґрунтувати зміни в результатах дослідження після фізичних навантажень різної інтенсивності.
<p>Тема 8. Інтегральна оцінки фізичного здоров'я</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Інформаційний простір проблеми „здоров'я”. 2. Визначення рівня фізичного здоров'я за В.С. Язловецьким і В.О. Іванченком „Тест здоров'я”. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. На основі аналізу інформаційних джерел описати комплексний підхід до вивчення здоров'я як інформаційної проблеми. Скласти узагальнюючу схему «Інформаційно-структурна модель здоров'я», коротко охарактеризувати її основні складові. 2. На основі аналізу літератури записати значення, методику проведення та інтерпретацію результатів визначення рівня фізичного здоров'я за В.С. Язловецьким і В.О. Іванченком „Тест здоров'я”. Обґрунтувати відмінності результатів тесту за статтю, віком, спортивною спеціалізацією.

8. СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ТА ВИМОГИ

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в Мелітопольському державному педагогічному університеті імені Богдана Хмельницького» (наказ № 30/01-05 від 31.08.2021 р.) https://drive.google.com/file/d/1OMtCdZsTSSudgxmQMu206ffea4Kjx3_Q/view та «Положення про бально-накопичувальну систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у МДПУ імені Богдана Хмельницького» (наказ № 34/01-05 від 28.10.2019 р.) <https://drive.google.com/file/d/1BDRNtAJupqmHkldtICJTkVl-LNTIjWRX/view>.

Критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти підсумкового оцінювання є досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення освітнього компонента.

Бально-накопичувальна система оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з кожного освітнього компонента включає поточний, періодичний та підсумковий / семестровий контроль знань.

Умовні позначки:

П - поточний контроль,

ПКР - періодична контрольна робота,

ПК1 - перший періодичний контроль (сума балів за поточний контроль і періодичну контрольну роботу),

ПК2 - другий періодичний контроль (сума балів за поточний контроль і періодичну контрольну роботу),

Х_{ср} - середньозважена оцінка в балах поточного контролю,

ПО - підсумкова оцінка (сума балів за періодичні контролю),

ЗР - загальний рейтинг з освітнього компонента (сума балів за підсумкову оцінку).

Основним видом контролю знань, умінь, навичок та способів їх застосування є поточний контроль, для якого використовується національна шкала «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно» з відповідними до неї балами, тобто числами «5», «4», «3», «2». Ці бали виставляються за кожне практичне (лабораторне, семінарське) заняття в академічний журнал.

Самостійно підготовлені теми або розв'язані окремі завдання, що винесені для самостійного опрацювання здобувачами вищої освіти, оцінюються як частина теми практичного заняття.

Критерії оцінювання діяльності здобувачів вищої освіти на практичних (лабораторних, семінарських) заняттях, виконання завдань самостійного опрацювання наведені у таблиці.

Бали	Критерії
5	Студент в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну, обов'язкову та додаткову літературу. Правильно вирішив усі розрахункові / тестові завдання. Здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.

4	Студент достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну та обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки. Правильно вирішив більшість розрахункових / тестових завдань. Студент здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, у яких можуть бути окремі несуттєві помилки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.
3	Студент в цілому володіє навчальним матеріалом, викладає його основний зміст під час усних виступів та письмових розрахунків, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки. Правильно вирішив половину розрахункових / тестових завдань. Має ускладнення під час виділення суттєвих ознак вивченого; під час виявлення причинно-наслідкових зв'язків і формулювання висновків.
2	Студент не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових розрахунків, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності. Правильно вирішив окремі розрахункові / тестові завдання. Безсистемно відділяє випадкові ознаки вивченого; не вміє зробити найпростіші операції аналізу і синтезу; робити узагальнення, висновки.

За семестр з освітнього компонента проводяться дві періодичні контрольні роботи (ПКР), результати яких є складовою результатів періодичних контролів першого (ПК1) та другого (ПК2).

Результати кожного періодичного контролю (ПК1; ПК2) є сумою поточного контролю (П) і періодичної контрольної роботи (ПКР): $ПК1 = П + ПКР$; $ПК2 = П + ПКР$. Максимальна кількість балів за кожний періодичний контроль (ПК1; ПК2) складає 50 балів.

Максимальна кількість балів за періодичну контрольну роботу (ПКР) становить 60% від максимальної кількості балів за кожний періодичний контроль (ПК1; ПК2), тобто 30 балів. А 40% балів, тобто решта балів кожного періодичного контролю, є бали за поточний контроль, а саме 20 балів.

Результати поточного контролю обчислюються як середньозважена оцінок ($X_{ср.}$) за діяльність здобувача вищої освіти на всіх заняттях, що входять в число певної контрольної точки.

Здобувач вищої освіти має право на підвищення результату тільки однієї періодичної контрольної роботи (ПКР) протягом тижня або двох (залежить від розкладу) після його складання.

Підсумкова оцінка (ПО) за семестр складається з суми балів за періодичні контролі (ПК1; ПК2): $ПО = ПК1 + ПК2$ Максимальна сума підсумкової оцінки дорівнює 100 балам.

Якщо підсумковим контролем вивчення освітнього компонента є диференційований або недиференційований залік, то набраних таким чином 60 і більше балів достатньо для його зарахування.

Співвідношення балів національної оцінної, ECTS і 100 - бальної оцінної шкали таке: мінімальний бал для отримання позитивної оцінки - 60, максимальний - 100.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), 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

Форма підсумкового контролю – залік.

9. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Корягін В., Блавт О. Інноваційні технології тестового контролю у фізичному вихованні і спорті: монограф. Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2019. 236 с.
2. Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Сокольвак О.Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. / за заг. ред. В. М. Костюкевича. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 256 с.
3. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2011. 224 с.
4. Михеєнко О.І. Валеологія. Основи індивідуального здоров'я людини: навч. посіб. Київ: Університетська книга, 2023. 400 с.
5. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина: підручник для студентів і лікарів / за заг. ред. В.М. Сокрута. Краматорськ: Каштан, 2019. 480 с.
6. Функціональна діагностика: підручник для лікарів-інтернів та лікарів – слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти МОЗ України / за ред. О.Й. Жарінова, Ю.А. Іваніва, В.О. Куця. Київ: Четверта хвиля, 2018. 736 с.
7. Щепотіна Н.Ю. Спортивна метрологія: метод. реком. Вінниця: ВДПУ, 2019. 64 с.

ДОПОМІЖНА ЛІТЕРАТУРА

1. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації: навч. посіб. для студ. ВНЗ. Луцьк: ЗУКЦ, 2010. 240 с.
2. Кравченко А.І., Лянной Ю.О., Купина В.В. Медико-біологічна та реабілітаційна термінологія для студентів спеціальностей “Фізична реабілітація”, “Фізична культура”: навч. посіб. Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2002. 212 с.
3. Маліков М.В., Богдановська Н.В. Фізіологія фізичних вправ: навч. посіб. (для студ. заочної форми навчання). Запоріжжя: ЗДУ, 2005. 85 с.
4. Маліков М.В., Сватсьєв А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗДУ, 2006. 227 с.
5. Ровний А.С., Язловецький В.С. Фізіологія спорту: навч. посіб. Кіровоград: Ексклюзив-систем, 2011. 236 с.
6. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія: теоретичні і практичні аспекти. Київ: КНТ, 2010. 776 с.
7. Спортивна медицина і фізична реабілітація: навч. посіб. / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагорова та ін. Київ: Медицина, 2008. 248 с.
8. Спортивна медицина: підр. для студ. і лікарів / за заг. ред. В.М. Сокрута. Донецьк: Каштан, 2013. 472 с.
9. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / авт. кол.: Є.Н. Приступа, О.М. Жданова, М.М. Линець [та ін.]; за наук. ред. Євгена Приступи. Львів: ЛДУФК, 2010. 447 с.
10. Хорошуха М.Ф., Мурза В.П., Пушкар М.П. Функціональна діагностика: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Університет “Україна”, 2007. 308 с.
11. Чижик В.В. Спортивна фізіологія: навч. посіб. для студ. Луцьк: Твердиня, 2011. 256 с.
12. Язловецький В.С. Фізіологічні основи фізичного виховання та спорту: навч. посіб. Кіровоград: Ексклюзив-систем, 2011. 236 с.
13. Astrand P.O. Quantification of exercise capability and evaluation of physical capacity in man. *Progress in cardiovascular diseases*. 2012. Vol. 19. № 1. P. 51-67.
14. Bosco L.H., Williams C., Wootton S.A. Human muscle metabolism during brief maximal exercise. *Journal of Physiology (London)*. 2013. № 3. P. 21-29.
15. Kasch F.W., Phillips W., Carter T.E.L. Cardiovascular changes in middle-aged during two hours of training. *Journal of Applied Physiology*. 2010. № 5. P. 57-66.
16. Simoneau J.A., Lortie C. Inheritance of human skeletal muscle and anaerobic capacity adaptation to high-intensity intermittent training. *Inheritance Journal of Sport Medicine*. 2009. № 2. P. 167-171.

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ В ІНТЕРНЕТІ

1. <http://www.nbuv.gov.ua/> - Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського
2. <http://lib-gw.univ.kiev.ua/> - Наукова бібліотека ім. М. Максимовича
3. <https://library.ukma.edu.ua> - Наукова бібліотека Національного університету «Києво-могилянська академія»
4. <http://www.sci.aha.ru/ALL/> - ALL-IN-ONE. Універсальний довідник-енциклопедія
5. <http://slovpedia.org.ua/29/53392-0.html> - Енциклопедія УСЕ