

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально - науковий інститут охорони здоров'я

Затверджено
Валерій СОРОКА
2023-02-15 12:24:04.238

08-02-43S

СИЛАБУС навчальної дисципліни		SYLLABUS	
«Психофізіологія рухової активності»		«Psychophysiology of motor activity»	
Шифр за ОП	ФП 24	Codein Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of education: Bachelor`s (first)	
Галузь знань Освіта/Педагогіка	01	Fields of Knowledge: Education/Pedagogy	
Спеціальність Фізична культура і спорт	017	Fields of Study: Physical culture and sports	
Освітня програма: Фізична культура і спорт		Degree Programme: Physical culture and sports	

Силабус навчальної дисципліни «Психофізіологія рухової активності» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2022. 10 с.

ОПП на сайті університету: <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25436>

Розробник силабусу: ГаммаТетяна Вікторівна, к.б.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від “30” серпня 2022 року

В.о. завідувача кафедри Гамма Тетяна Вікторівна, к.б.н., доцент

*Гарант освітньої програми: кандидат біологічних наук, доцент,
в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного
виховання Т.В. Гамма*


Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від “06” вересня 2022 року

Голова науково-методичної

ради з якості ННІОЗ

Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	бакалавр
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Спеціальність	Фізична культура і спорт
Рік навчання, семестр	4-й рік, 8-й семестр
Кількість кредитів	3,0 кредити ЄКТС
Лекції	20
Лабораторні	22
Самостійна робота	48
Курсова робота	ні
Форма навчання	денна, заочна
Форма підсумкового контролю	8 семестр залік
Мова викладання	Українська
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
	<p align="center">Гамма Тетяна Вікторівна к.б.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання</p>
Профайл лектора	https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Тетяна_Вікторівна_Гамма
ORCID	https://orcid.org/0000-0001-9295-3375
Канали комунікації	t.v.hamma@nuwm.edu.ua
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ	
Анотація навчальної дисципліни, у т.ч. мета та цілі	<p>Дисципліна “Психофізіологія рухової активності” спрямована на засвоєння студентами сучасних знань про фізіологічні і нейронні механізми психічних функцій людини; на здійснення аналізу теоретичних підходів до вивчення психофізіології особистості, зокрема її психомоторних якостей; психологічне вивчення професійної діяльності з метою виявлення вимог до індивідуальних особливостей людини, до професійно важливих якостей (властивостей, функцій тощо) особистості, а також вміння оцінити ступінь значущості цих індивідуальних особливостей для ефективного виконання спортивної діяльності. Також увага приділяється створенню системи уявлень про зв’язок між фізіологічними особливостями людей різного віку та їх адаптивними можливостями. Вивчаються принципи переробки інформації в ЦНС, основні методи психофізіологічного дослідження, психофізіологія рухів, пам’яті, навчання, функціональних станів, когнітивна та прикладна психофізіологія.</p> <p>Мета: ознайомити студентів з відповідними сучасному рівню розвитку науки уявленням про фізіологічні механізми, кореляції і закономірності психічної діяльності та поведінки людини та сформувати у них уміння використовувати ці знання при аналізі психологічних даних.</p>

	<p>Цілі: знати: психологічні феномени, категорії, методи вивчення та опис закономірностей функціонування і розвитку психіки з позицій існуючих підходів у вітчизняній та зарубіжній науці; психологічні технології, які дозволяють вирішувати типові задачі у різних галузях практики; сутність психофізіологічної, психофізичної та психосоціальної проблем, відмінності між ними; особливості використання методів вивчення психофізіологічних явищ; закономірності розвитку психіки в умовах спортивних тренувань і змагань. вміти: аналізувати фізіологічні основи функціонування психічних процесів, станів, емоцій і цілеспрямованої поведінки; застосування психофізіологічних методик для діагностики функціонального стану організму; користуватися навчальною, науковою, науково-популярною літературою; використовувати знання психофізіології з метою усвідомлення актуальних проблем фізичного виховання та спорту.</p>					
<p>Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle</p>	<p>https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2465</p>					
<p>Компетентності</p>	<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК4. Здатність працювати в команді. ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії. ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя. ФК11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом. ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.</p>					
<p>Програмні результати навчання</p>	<p>ПРН9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення. ПРН13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.</p>					
<p>СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ</p>						
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Лекцій – 20 год</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Лабораторних – 22 год</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Самостійна робота – 48 год</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">Програмні результати навчання ПРН – 09. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%;">Види навчальної роботи студента (що студенти</td> <td style="width: 66%;">Демонструвати здатність застосовувати набуті знання про будову рухового апарату та організацію рухової системи</td> </tr> </table>		Лекцій – 20 год	Лабораторних – 22 год	Самостійна робота – 48 год	Види навчальної роботи студента (що студенти	Демонструвати здатність застосовувати набуті знання про будову рухового апарату та організацію рухової системи
Лекцій – 20 год	Лабораторних – 22 год	Самостійна робота – 48 год				
Види навчальної роботи студента (що студенти	Демонструвати здатність застосовувати набуті знання про будову рухового апарату та організацію рухової системи					

повинні виконати)	при проведенні роз'яснювальної роботи серед різних груп населення щодо зміцнення особистого та громадського здоров'я.
Методи та технології навчання	<u>Методи:</u> демонстрація, мозковий штурм, аналіз ситуації; <u>Технології:</u> <i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри). <i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео, презентацій). <i>Робота в малих групах (команді).</i> <i>Аналіз конкретних ситуацій (case study).</i> <i>Консультації</i>
Засоби навчання	Мультимедіа, відео і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди.

Програмні результати навчання ПРН –13.

Використовувати засвоєні вміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти пояснити ефективність фізичних вправ для відновлення і підтримки здоров'я та вдосконалювати засвоєні вміння і навички.
Методи та технології навчання	<u>Методи:</u> демонстрація, мозковий штурм, <u>Технології:</u> <i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри). <i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео). <i>Робота в малих групах (команді).</i> <i>Аналіз конкретних ситуацій (case study).</i>
Засоби навчання	Література, тексти з інтернету; схеми та малюнки на екрані та/або на паперових носіях; презентації, інструкції, фото та відео.

4-й рік 8 семестр

За поточну (практичну) складову оцінювання 60 балів	За модульний контроль знань, Модуль 1 – 20 балів Модуль 2 – 20 балів
Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів	60
Усього за модульні (теоретичні) контролі знань, модуль 1, модуль 2, бали	40
Усього за дисципліну	100

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Тема 1. Психофізіологія як наука: її предмет, специфіка, історія, методи. Предмет та завдання психофізіології, взаємозв'язок з іншими науками. Методи психофізіологічних досліджень. (2 год)

Тема 2. Психофізіологічні основи рухової діяльності. Поняття рухової діяльності та будова опорно-рухового апарату. Організація рухової системи. Система управління рухами (за М.О. Бернштейном). Схема управління руховою діяльністю (за О.Р. Малхазовим). Опанування руховою діяльністю. (2 год)

Тема 3. Фізіологія рухової активності. Історія розвитку фізіології спорту та фізіології рухової активності. Особливості методів дослідження фізіології рухової активності. Фізіологічна класифікація та характеристика фізичних вправ. (2 год)

Тема 4. Психофізіологія адаптації людини. Загальні уявлення про адаптацію. Види адаптації. Основні закономірності адаптації. «Ціна» адаптації та дезадаптації. Адаптивність та адаптаційні можливості. (2 год)

Тема 5. Психофізіологія пам'яті та уваги. Загальні уявлення про пам'ять та її фізіологічні основи. Види пам'яті. Загальна характеристика процесів пам'яті. Індивідуальні особливості пам'яті. Поняття про увагу, її природу і значення. Види та форми уваги. Основні властивості уваги. Способи управління увагою. (2 год)

Тема 6. Психофізіологія емоцій. Поняття емоцій і почуттів. Види емоцій. Індикатори емоцій. Психофізіологічні механізми емоцій. (2 год)

Тема 7. Психофізіологія індивідуальних відмінностей. Властивості нервової системи і характеристика індивідуальності. Типи темпераментів та їх психологічна характеристика. Властивості нервової системи і спеціальні здібності. Темперамент як формальна інтеграційна основа індивідуальності. (2 год)

Тема 8. Особливості рухової активності в різні вікові періоди. Розвиток рухів дітей дошкільного та молодшого шкільного віку та їх адаптація до фізичних навантажень. Рухова активність підлітків та юнаків середнього і старшого шкільного віку. (2 год)

Тема 9. Особливості рухової активності в різні вікові періоди. Особливості проявів рухової активності людей у зрілому та літньому віці та їх адаптація до фізичних навантажень (2 год)

Тема 10. Психофізіологія спортивної діяльності. Психофізіологічні аспекти спортивної діяльності. Психофізіологічні методи тестування. Корекція негативних психофізіологічних станів спортсменів. (2 год)

ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

1. Психофізіологія як наука: її предмет, специфіка, методи. (2 год)
2. Психофізіологічні основи рухової діяльності. (2 год)
3. Фізіологія рухової активності. (2 год)
4. Психофізіологія адаптації людини. (2 год)
5. Психофізіологія пам'яті та уваги. (2 год).
6. Психофізіологія емоцій. (2 год)
7. Психофізіологія індивідуальних відмінностей. (2 год)
8. Особливості рухової активності в різні вікові періоди. (4 год)
9. Психофізіологія спортивної діяльності. (4 год)

Перелік соціальних, «м'яких» навичок (softskills)	Взаємодія з людьми, вміння працювати в команді, колективі, здатність до навчання, вміння концентруватися, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід зі складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, самоорганізація, творчі здібності.
Порядок та критерії оцінювання	Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквиумі по всьому матеріалу. За аудиторні заняття отримують від 0 до 60 балів. Модульний контроль проходитиме у формі тестування: 20 балів – модуль 1;

	<p>20 балів – модуль 2.</p> <p>Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість їм подання апеляції: http://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnoho-otsiniuvanniaznan/dokumenti</p>
<p>Поєднання навчання та досліджень</p>	<p>Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.</p>
<p>Інформаційні ресурси</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Гаврилькевич В. К., Кабашнюк В. О. Психофізіологія: навчальний посібник. Львів: Новий світ. 2000, 2019. 200 с. 2. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Одеса: Олді+. 2022. 150 с. 3. Кокун О.М. Психофізіологія. Навчальний посібник. - К.: Центр навчальної літератури, 2006. 184 с. 4. Костюкевич В.М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. / В.М. Костюкевич, Л.М. Шевчик, О.Г. Сокольвак. – Вінниця: Планер, 2015. 256 с. 5. Кузів О. Є. Психофізіологія: курс лекцій [Електронний ресурс]. Тернопіль: вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 194 с. 6. Лизогуб В. Сучасні підходи до реалізації відбору футболістів високої кваліфікації за показниками нейродинамічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи / В. Лизогуб, В. Пустовалов, В. Супрунович, С. Гречуха // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х., 2017. – № 2 (58). – С. 47-52 7. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. – Л. : ЛДУФК, 2013. 312 с. 8. Фізіологія. Короткий курс [Текст]: навч. посіб. для мед. і фармац. вищ. навч. закл. / В. М. Мороз, М. В. Йолтухівський, Н. В. Белік [та ін.]; за ред. В. М. Мороза, М. В. Йолтухівського; Вінниц. над. мед. ун-т ім. М. І. Пирогова. - Вінниця: Н. Кн., 2015. 406 с. 9. Hand book o fPsychophysiology / editors: John T., Louis G., Gary G. Cambridge, 2016. 730 p. 10. Горго Ю.П., Чайченко Г.М., Маліков М.В. Прикладна психофізіологія людини: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2005. 193 с. 11. Дубравська Д.М. Основи психології: Навчальний посібник. - Львів: Світ, 2001. 280 с. 12. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2005. 464 с.

	<p>13. Кучковський О.М. Великий практикум з фізіології людини і тварин: психофізіологія: лабораторний практикум для студентів освітнього ступеня «спеціаліст» напряму підготовки «Біологія». Запоріжжя: ЗНУ, 2016. 145 с.</p> <p>14. Філіппов М.М. Психофізіологія людини: навчальний посібник. К.: МАУП, 2003. 136 с.</p> <p>15. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія: Навчальний посібник. - К.: Наукова думка, 2000. - 190 с.</p> <p>16. Цимбалюк І. М. Психологія. - К.: ВД «Професіонал», 2004. - 304 с.</p> <p>17. Journal of Neuroscience: https://www.jneurosci.org/</p> <p>18. Nature Neuroscience: https://www.nature.com/neuro/</p> <p>19. Frontiersin Neuroscience: https://www.frontiersin.org/journals/neuroscience</p>
ПРАВИЛА ТА ВИМОГИ (ПОЛІТИКА)	
Дедлайни та перескладання	<p>Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі інституту. Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», https://ep3.nuwm.edu.ua/25072. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі. Перездача модульних контролів здійснюється згідно графіку.</p> <p>Оголошення стосовно дедлайнів задачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/</p>
Неформальна та інформальна освіта	<p>Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного Положення про неформальну освіту. http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/</p> <p>Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опанувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даного освітнього компонента, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.</p>
Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання	До викладання, за згодою, запрошуються фахівці сфери фізичного виховання та спорту.
Правила академічної доброчесності	Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці.

	<p>Здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту роботи та ін.</p> <p>В цілому студенти та викладачі мають дотримуватися «Порядку перевірки навчальних, випускних кваліфікаційних, навчально-методичних та наукових робіт на наявність ознак академічного плагіату в НУВГП» (https://ep3.nuwm.edu.ua/24856/).</p>
Вимоги до відвідування	<p>Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях. Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету.</p> <p>Заняття онлайн можуть проводитися за допомогою Google Meet за кодом.</p> <p>Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно відповідного положення http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/</p> <p>Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.</p>
Оновлення	<p>Зміст даної навчальної дисципліни оновлюється з урахуванням результатів моніторингу та періодичного перегляду освітніх програм і, зокрема, отриманих від здобувачів освіти побажань та зауважень. Також щорічно оновлення відбувається за ініціативою викладача, враховуючи наукові досягнення в психофізіології.</p>
Правила отримання зворотної інформації про дисципліну	<p>Після проведення перших занять студентам буде запропоновано відповісти на ряд запитань щодо врахування їх побажань в поточному курсі.</p> <p>Щосеместрово студенти заохочуються пройти онлайн опитування стосовно якості викладання та навчання викладачем даного курсу та стосовно якості освітнього процесу в НУВГП.</p> <p>За результатами анкетування студентів викладачі можуть покращити якість навчання та викладання за даною та іншими дисциплінами.</p> <p>Результати опитування студентам надсилають обов'язково.</p> <p>Порядок опитування, зміст анкет та результати анкетування здобувачів минулих років та семестрів завантажені на сторінці «ЯКІСТЬ ОСВІТИ»: http://nuwm.edu.ua/porjadok-opituvannja http://nuwm.edu.ua/sp/anketuvannja http://nuwm.edu.ua/sp/rezultati-opituvannja</p>
Академічна мобільність. Інтернаціоналізація	<p>У НУВГП розроблені процедури для реалізації права здобувачам на академічну мобільність:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Положення про академічну мобільність учасників освітнього процесу Національного університету водного господарства та природокористування http://ep3.nuwm.edu.ua/4398/ - Порядок перезарахування результатів навчання за програмами академічної мобільності в Національному

	<p>університеті водного господарства та природокористування http://ep3.nuwm.edu.ua/19458/.</p> <p>- Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 серпня 2015 року № 579 https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/579-2015-%D0%BF#n8 Здобувачі можуть отримати доступ до таких міжнародних інформаційних ресурсів:</p> <p>- електронні бібліотеки: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki</p> <p>- Як знайти статтю у Scopus: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohuavtoram</p> <p>- База періодичних видань: https://www.scimagoir.com/</p> <p>- Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvostidostupu-do-resursiv-i-servisiv</p>
--	--

Лектор
к.б.н., доцент

Гамма Т.В.

Автор
В.О. завідувача кафедри ТМФВ

Тетяна ГАММА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №104 від 2023-02-15 12:24:04.238
Підписувач - Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП): [oSignECP:sSigner_Sert]
Сертифікат 58E2D9E7F900307B0400000807E2D0054327D00
Дійсний з 2019-12-24 12:00:00.000 до 2021-12-24 12:00:00.000