



Назва навчальної дисципліни	Спортивна морфологія
Кількість кредитів	4 кредити ЄКТС/120 год
Шифр навчальної дисципліни	вибірковий освітній компонент
Прізвище, ім'я, по батькові викладача	Чижик Віктор Васильович
Науковий ступінь	кандидат біологічних наук
Вчене звання	професор
Посада викладача	професор кафедри теорії і методики фізичного виховання
Контактний телефон викладача	0661811122
Профайл викладача	
E-mail викладача	v.v.chizhik@gmail.com
Розклад консультацій	Очні консультації
Час проведення	14.40 – 17.00
Місце проведення	131 ауд.

Опис дисципліни

Навчальна дисципліна «**Спортивна морфологія**» належить до вибіркового компоненту циклу підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти. Мета дисципліни - забезпечення майбутніх фахівців спеціальності фізичної культури і спорту, майбутніх вчителів фізичної культури, тренерів знаннями вікових особливостей будови організму людини і змін, що виникають під впливом фізичних навантажень, а також вміння застосовувати набуті знання на практиці, вивчення та засвоєння основних методів оцінювання рівня фізичного розвитку, складу тіла, пропорцій тіла та соматотипу людини..

Прослухавши лекційний курс студенти повинні знати:

- Адаптаційні процеси в організмі людини (на субклітинному, клітинному, тканинному, органному, системному, загальноорганізменному та популяційному рівнях) при заняттях фізичними вправами різної спрямованості.
- Особливості будови тіла, у спортсменів різної спеціалізації та завдання формування певної статури тіла на шляху від новачка до висококваліфікованого спортсмена у представників різних спеціалізацій.
- Морфологічні критерії спортивного відбору дітей для занять конкретними видами спорту.
- Патоморфологічні зміни в організмі спортсмена які виникають при нераціональній організації тренувального процесу та перетренуванні.

Засвоївши практичний курс предмету студенти повинні вміти:

- об'єктивно оцінювати будову тіла дорослих дітей і підлітків;
- визначати морфологічні показники тренуваності
- оволодіти конкретними методами морфологічних досліджень що використовуються у спортивній морфології, їх застосуванню в спортивному та оздоровчому тренуванні.

Навчальний контент

Теми лекцій	Теми практичних занять	Методи контролю	К-ть балів
Змістовний модуль I. Основи морфології людини.			
1. Вступ. Коротка історія розвитку спортивної морфології		Усне та письмове опитування, тестовий контроль	50
2. Загальнотеоретичні основи вчення про адаптацію			
3. Адаптація до фізичних навантажень систем виконання та забезпечення рухів			
4. Конституційна морфологія і статевий диморфізм			
Змістовний модуль II. Вікова та спортивна морфологія.			
5. Вікова морфологія		Усне та письмове опитування, тестовий контроль	50
6. Акселерація розвитку і фактори онтогенезу			
7. Окремі показники біологічного віку			
8. Анатомічна характеристика положень тіла людини			
9. Анатомічна характеристика рухів тіла людини			
Індивідуальне навчально-дослідне завдання			30
Підсумковий тест			20
Всього			100

Підсилення програмних компетентностей та результатів навчання

- Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
- Здатність бути критичним і самокритичним.
- Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
- Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.
- Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.
- Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.

Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Перескладання тем / модулів відбувається під час проведення консультацій керівника курсу.
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час тестового контролю заборонене (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час підготовки практичних завдань в процесі заняття.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Література

Основна:

1. Безпалова Н.М. Морфологічна будова тіла та типи конституцій. Методичні вказівки до практичних занять з курсу "Анатомія людини з основами спортивної морфології" для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» / Укл. Безпалова Н. М. – Тернопіль : ЗУНУ, 2021 – 28 с.
2. Савка В. Г. Спортивна морфологія : навчальний посібник / за ред. Радька М. М. / В. Г. Савка, М. М. Радько, О. О. Воробйов, І. В. Марценяк, А. В. Бабюк. - Чернівці : Книги - XXI, 2005. - 196 с.

3. Чижик В. В. Конституційні особливості організму і їхня роль у фізичному вихованні: Методичні рекомендації для студентів. - Луцьк: Ред.-вид. відділ Луцького ін-ту розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини „Україна”, 2005.- 20с.
4. Чижик В. В., Запорожець О.П. Спортивна морфологія навч. посібн. / В. В. Чижик, О.П. Запорожець // Спортивна морфологія: навч. посіб. для студ. Луцьк : ПВД «Твердиня», 2009. – 208 с. (Рекомендовано Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Гриф надано Міністерством освіти і науки України (Лист № 1/11-6256 від 29.07.09) ISBN 978-617-517-006-9

Додаткова:

1. Білошицька Н. Профілактика та кореляція постави у учнів загальноосвітніх шкіл : метод. рекомендації для викладачів фізичної культури / Н. Білошицька – Львів : Логос, 1999. – 30 с.: іл.
2. Запорожець О. П. Спортивна морфологія: навчальний посібник / О. П. Запорожець – Херсон : Айлант, 2002. - 108 с.
3. Захаров В. Б. Морфологія / В. Б. Захаров. -Х., 1997. – 123 с.
4. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посібн.-практ. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – 252 с.
5. Петухов В. В. Типологія індивідуальності спортсмена / В. В. Петухов. - К., 2000.
6. Спортивна морфологія : метод. посібник. Чернівецький університет ім. Ю.Федьковича.- Чернівці: УНУ, 2003.
7. Федонюк Я.І. Функціональна анатомія: підручник для студентів навчальних закладів з фізичного виховання і спорту III та IV рівнів акредитації / Я. І. Федонюк, Б. М. Мицкан, С. Л. Попель та інші. / За редакцією Федонюка Я. Л., Мицкана Б.М. Тернопіль : Навчальна книга - Богдан, 2007. 552 с.
8. Чижик В. В. Морфологічні методи дослідження у фізичному вихованні : методичні рекомендації для студентів / В. В. Чижик. – Луцьк : Ред.-вид. відділ Луцького ін-ту розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини „Україна”, 2004.- 31с.
9. Чижик В. В. Спортивна морфологія (адаптація до м'язової діяльності функціональної системи руху): методичні рекомендації для студентів / В. В. Чижик. – Луцьк : Ред.-вид. відділ Луцького ін-ту розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини „Україна”, 2005.- 20 с.
10. Чижик В. В. Спортивна морфологія (загальнотеоретичні основи вчення про адаптацію) : методичні рекомендації для студентів / В. В. Чижик, Л. А. Педик. – Луцьк : Ред.-вид. відділ Луцького ін-ту розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини „Україна”, 2005.- 22 с.
11. Чижик В. В. Спортивна морфологія : методичні рекомендації для студентів / В. В. Чижик. - Луцьк : Ред.-вид. відділ Луцького ін-ту розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини Університету „Україна”, 2004. – 30 с.
12. Чижик В. В. Статеві особливості тотальних розмірів і складу тіла людей та їх значення у фізичному вихованні: метод. рекомендації / В. В. Чижик. – Луцьк : Ред.-вид. відд. «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1999. -36 с.
13. Чижик В. Морфологічні дослідження у фізичному вихованні: методичні рекомендації для студентів / В. В. Чижик, В.М. Романюк. – Луцьк : Ред.-вид. відділ Луцького ін-ту розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку людини Університету „Україна”, 2006.- 32 с.
14. Чернокульський С.Т. Анатомія м'язів (міологія). Навчально-методичний посібник з анатомії людини. В-во: Книга-плюс. 2019 – 160с.