

Курс дисципліни «**Фізіологія рухової активності з основами біохімії**» розбито на 8 змістових модулів. Кожен має низку поточних контрольних заходів і закінчується підсумковим контролем, обов'язковим для студента. Підсумковий контроль проводиться у формі *екзамену*.

При проведенні поточного контролю оцінюються: результати тестування за змістовими модулями, виконання письмових завдань та ситуаційних задач під час проведення лабораторних занять, виконання завдання самостійної творчої роботи.

Вид заняття/ роботи	Вид контрольного заходу	Зміст контрольного заходу	Критерії оцінювання та термін виконання	Усього балів
1	2	3	4	5
Поточний контроль				
Лабораторне заняття 1	Лабораторна робота 1	Практичні завдання про основні поняття фізіології рухової активності та біохімії рухової активності, завдання, методи досліджень фізіології фізичних вправ та біохімії.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Лабораторне заняття 2	Лабораторна робота 2	Практичні завдання про механізм м'язового скорочення та розслаблення, види скорочення м'язів.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Лабораторне заняття 3	Лабораторна робота 3	Практичні завдання про аеробний (кисневий) і анаеробний (безкисневий) метаболізм, системи енергозабезпечення м'язової діяльності і специфічні особливості їх функціонування.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із	3

			неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	
Самостійна робота до змістового модуля 1	Тести до змістового модуля 1	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	3
Лабораторне заняття 4	Лабораторна робота 4	Практичні завдання на основі базових знань про основні принципи (критерії) класифікації фізичних вправ та їх фізіологічну та біохімічну характеристику.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Лабораторне заняття 5	Лабораторна робота 5	Практичні завдання про фізіологічну та біохімічну характеристику циклічних динамічних вправ різних зон відносної потужності.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і	3

			визначеннями.	
Самостійна робота до змістового модуля 2	Тести до змістового модуля 2	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	3
Лабораторне заняття 6-7	Лабораторна робота 6	Практичні завдання про основні стани організму, що виникають при виконанні фізичних вправ і аналіз динаміки функціональних змін під час кожного зі станів.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Самостійна робота до змістового модуля 3	Тести до змістового модуля 3	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	3
Лабораторне заняття 8	Лабораторна робота 7	Практичні завдання про функціональну систему та основні стадії її роботи, фізіологічні механізми і закономірності, що лежать в основі формування рухових навичок та розвитку рухових здібностей.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним	3

			викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	
Самостійна робота до змістового модуля 4	Тести до змістового модуля 4	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	3
Лабораторне заняття 9	Лабораторна робота 8	Практичні завдання про формування термінових та довготривалих адаптаційних реакцій у процесі систематичних фізичних навантажень.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Лабораторне заняття 10	Лабораторна робота 9	Практичні завдання про особливості терморегуляції при м'язовій діяльності та функціонального стану організму фізкультурників та спортсменів при дії екстремальних чинників зовнішнього середовища.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Самостійна робота до змістового модуля 5	Тести до змістового модуля 5	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за	3

			кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	
Лабораторне заняття 11-12	Лабораторна робота 10	Практичні завдання про фізіологічні основи тренуваності, фізіологічні основи розвитку фізичних здібностей людини.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Самостійна робота до змістового модуля 6	Тести до змістового модуля 6	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	3
Лабораторне заняття 13	Лабораторна робота 11	Практичні завдання про фізіологічний і біохімічний моніторинг, види фізіологічного контролю у фізичній культурі та спорті, фізичну працездатність та визначення її за допомогою різних методичних підходів.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Самостійна робота до змістового модуля 7	Тести до змістового модуля 7	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує	3

			від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	
Лабораторне заняття 14-15	Лабораторна робота 12	Практичні завдання про фізіологічні особливості рухової діяльності дітей у зв'язку із завданнями фізичного виховання і спорту та фізіологічне обґрунтування основних форм занять фізичним вихованням у школі.	Не більше 3 балів із розрахунку: 3 бали – за технічне виконання і за правильні, повні відповіді на завдання лабораторної роботи; 2 бали – за технічне виконання і за відповіді із неточностями, на завдання лабораторної роботи; 1 бал – за технічне виконання з неточними, неповними відповідями на завдання лабораторної роботи, непослідовним викладом матеріалу, неправильними формулюваннями і визначеннями.	3
Самостійна робота до змістового модуля 8	Тести до змістового модуля 8	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Максимально студент може отримати 3 бали. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент отримує від 0,25 до 0,5 балів за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.	3
Усього за поточний контроль	20			60
Підсумковий контроль				
Екзамен	Теоретичне завдання (підсумкові екзаменаційні тести)	Розміщено в СЕЗН ЗНУ	Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з 4 наданих. Студент(ка) отримує 1 бал за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді. Підсумкове тестування за темами, вивченими у поточному семестрі (32 тестових завдань, обмеження у часі - 25 хвилин).	32
	Практичне завдання	Публічна презентація «Фізіологічна та біохімічна характеристика різних видів спорту» (вибір виду	3-4 бали – відповідь неповна, неглибока, містить неточності, недостатньо чіткі і правильні формулювання	8

		спорту довільний)	термінів, порушення послідовності у викладі матеріалу, студент відчуває труднощі при застосуванні теоретичних знань при рішенні практичних завдань; 5-7 балів – відповідь студента досить повна, логічна, з елементами самостійності, але містить деякі неточності, недостатня чіткість у визначенні понять; 8 балів – відповідь бездоганна за змістом, формою, обсягом. Відповідь повна, глибока з елементами аналізу, творчості, логічна і послідовна. Студент(ка) доцільно використовує вивчений матеріал при рішенні практичних завдань, робить узагальнюючі висновки.	
Усього за підсумковий контроль				40