



Силабус дисципліни «Спортивна морфологія»

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ · ОП ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ · ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ
· БАКАЛАВР

120

Годин загальний обсяг дисципліни

4

Кредити ЄКТС відповідно до
стандарту

4

Змістовних модулів курсу

Загальна інформація про дисципліну

Ідентифікація

Назва: Спортивна морфологія

Спеціальність: ОП Фізична терапія, ерготерапія; Фізична реабілітація

Ступінь: Бакалавр

Обсяг: 120 годин / 4 кредити ЄКТС

Модулів: 4 змістовних блоки курсу

Мета дисципліни

Дисципліна «Спортивна морфологія» формує у студентів спеціальностей «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація» системні знання про морфологічні особливості організму людини в умовах фізичних навантажень і реабілітаційного процесу. Курс спрямований на розвиток здатності аналізувати зміни будови тіла під впливом рухової активності, оцінювати антропометричні показники та компонентний склад тіла для обґрунтування індивідуальних програм фізичної терапії та реабілітації.

Форми навчання

- Лекції — 30 годин
- Практичні заняття — 30 годин
- Самостійна робота — 60 годин

Компетентності та результати навчання

Загальні компетентності

Здатність до аналізу, синтезу та критичного оцінювання інформації в морфологічному та медико-біологічному контексті: виявлення суттєвих закономірностей, порівняння антропометричних показників, формування обґрунтованих висновків і висловлення власної позиції. Уміння самостійно навчатися, планувати роботу та організовувати виконання завдань у визначені строки, зокрема під час підготовки протоколів антропометричних досліджень, аналітичних записок і презентацій.

Здатність до усної та письмової фахової комунікації: чітко пояснювати морфологічні поняття, аргументовано відповідати на запитання, оформлювати звіти вимірювань та аналітичні матеріали. Відповідальність, ініціативність, дисциплінованість та готовність працювати в команді під час виконання практичних вимірювань і обговорення результатів.

- Аналізувати навчальну та наукову інформацію з морфології
- Виділяти головне та узагальнювати результати досліджень
- Планувати власну діяльність і дотримуватися дедлайнів
- Коректно спілкуватися з викладачами та одногрупниками
- Брати участь у командній роботі та розподіляти обов'язки

Фахові компетентності

Розуміння сутності та закономірностей морфологічного розвитку організму людини, взаємозв'язку між будовою тіла та функціональними можливостями в контексті фізичної терапії та реабілітації. Знання методів антропометрії, соматотипування та оцінки компонентного складу тіла для застосування у фізично-реабілітаційній практиці.

Здатність застосовувати методи морфологічного аналізу для обґрунтування індивідуальних програм фізичної терапії, оцінки ефективності реабілітаційних заходів і корекції тілобудови під впливом фізичних вправ.

- Характеризувати основні методи морфологічних досліджень
- Аналізувати антропометричні показники та їх динаміку
- Оцінювати компонентний склад тіла людини
- Визначати соматотип та конституційні особливості
- Пояснювати морфологічні зміни під впливом фізичних навантажень

Результати навчання

Після успішного завершення курсу студент повинен демонструвати такі результати навчання:

1

Знання та розуміння

Пояснювати сутність ключових морфологічних категорій та явищ: соматотип, конституція, антропометрія, компонентний склад тіла, морфологічна адаптація, тілобудова, онтогенез. Характеризувати основні морфологічні особливості організму людини на різних етапах онтогенезу та під впливом фізичних навантажень.

2

Аналіз та оцінювання

Аналізувати антропометричні показники та визначати соматотип людини. Оцінювати компонентний склад тіла (м'язовий, жировий, кістковий компоненти), порівнювати морфологічні параметри з нормативними показниками та інтерпретувати результати вимірювань.

3

Застосування знань

Застосовувати методи антропометрії та соматотипування для оцінки стану пацієнтів у процесі фізичної терапії та реабілітації. Використовувати морфологічні дані для обґрунтування та корекції індивідуальних реабілітаційних програм.

4

Комунікація та рефлексія

Аргументовано викладати власну позицію щодо морфологічних особливостей організму у контексті фізичної терапії. Формувати фахову свідомість і відповідальне ставлення до моніторингу морфологічного стану пацієнтів у реабілітаційній практиці.

Модуль 1. Основи спортивної морфології та методи дослідження

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 1

Тема 1.1

Вступ до спортивної морфології. Предмет, завдання та місце спортивної морфології у системі медико-біологічних дисциплін. Зв'язок із фізичною терапією та реабілітацією. Основні поняття та терміни. Методологічні засади та принципи морфологічного дослідження.

Тема 1.2

Методи антропометричних досліджень. Класифікація та характеристика методів морфологічного дослідження. Антропометричний інструментарій. Техніка проведення антропометричних вимірювань. Стандартизація вимірювань. Обробка та інтерпретація антропометричних даних.

Тема 1.3

Морфологічні ознаки та їх класифікація. Тотальні та парціальні розміри тіла. Поздовжні, поперечні, обхватні розміри. Індекси та їх практичне застосування. Морфологічні ознаки як критерії оцінки ефективності реабілітаційних заходів.

Тема 1.4

Онтогенез та морфологічний розвиток людини. Закономірності вікового морфологічного розвитку. Статеві особливості будови тіла. Морфологічні зміни на різних етапах онтогенезу. Вікова морфологія у контексті реабілітаційної практики.

Модуль 2. Конституція, соматотип і компонентний склад тіла

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 2

Тема 2.1

Конституція людини та її класифікація.

Поняття конституції тіла. Класифікації конституцій (Шелдон, Черноруцький, Бунак). Конституційні ознаки та їх взаємозв'язок із функціональними можливостями. Значення конституційного типу для планування реабілітаційних заходів.

Тема 2.2

Соматотипування та його методи.

Методи соматотипування (Хіт–Картер, Штефко–Островський). Характеристика компонент соматотипу: ендоморфія, мезоморфія, екторморфія. Практичне застосування соматотипування у фізичній терапії та реабілітації.

Тема 2.3

Компонентний склад тіла. Методи оцінки компонентного складу тіла: кісткова, м'язова, жирова маса. Методи дослідження: каліперометрія, біоімпедансний аналіз, денситометрія. Нормативні показники для різних популяцій. Зміни складу тіла під впливом фізичних вправ.

Модуль 3. Морфологічна адаптація до фізичних навантажень

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 3

Тема 3.1

Морфологічні зміни опорно-рухового апарату. Адаптація кісткової, м'язової та сполучної тканин до фізичних навантажень. Гіпертрофія скелетних м'язів. Зміни кісткової щільності. Морфологічний контроль у процесі фізичної реабілітації після травм.

Тема 3.2

Морфологічні особливості спортсменів різних спеціалізацій.

Морфологічні відмінності представників циклічних, ігрових та силових видів спорту. Відбір за морфологічними критеріями. Значення цих знань для ерготерапії та фізичної терапії при роботі зі спортсменами.

Тема 3.3

Порушення постави та деформації опорно-рухового апарату.

Морфологічні критерії оцінки постави. Класифікація порушень постави. Методи морфологічної діагностики. Біомеханічний профіль постави. Морфологічне обґрунтування корекційних заходів у фізичній терапії.

Модуль 4. Морфологія у практиці фізичної терапії та реабілітації

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 4

Тема 4.1

Морфологічний моніторинг у реабілітаційній практиці.

Методологія морфологічного контролю. Протоколи антропометричного обстеження пацієнтів. Динаміка морфологічних показників у процесі реабілітації. Критерії ефективності реабілітаційних програм за морфологічними показниками.

Тема 4.2

Морфологічні аспекти ерготерапії. Вплив рухової активності на морфологічний стан осіб з обмеженими можливостями. Антропометричне обстеження в ерготерапії. Оцінка функціонального стану за морфологічними показниками. Адаптаційні морфологічні зміни в процесі ерготерапевтичного втручання.

Тема 4.3

Морфологія та фізична терапія при різних патологіях.

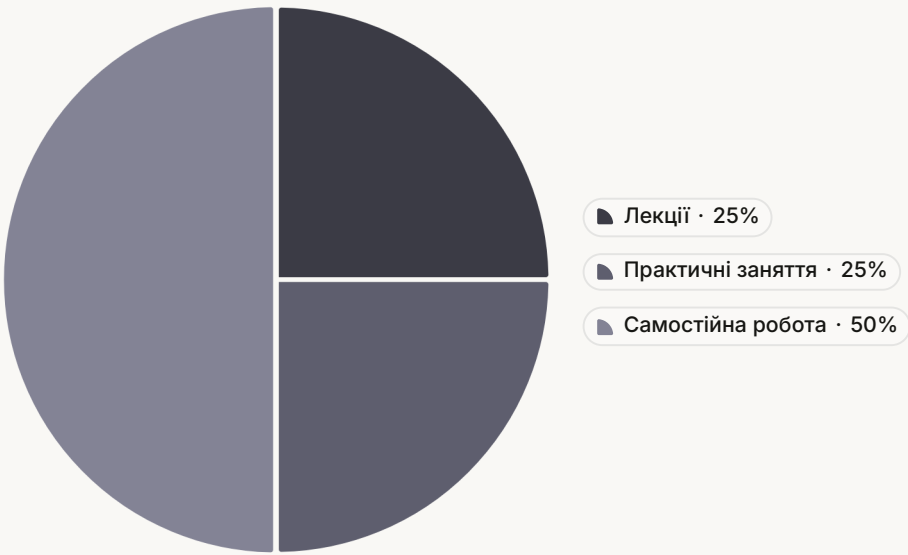
Морфологічні зміни при захворюваннях опорно-рухового апарату, серцево-судинної та дихальної систем. Антропометричні показники як критерії призначення та коригування програм фізичної терапії. Морфологічна специфіка реабілітації після оперативних втручань.

Тема 4.4

Сучасні технології морфологічного контролю. Інноваційні методи оцінки складу тіла та просторової організації тіла. Комп'ютерні технології в антропометрії. Цифрові інструменти для морфологічного моніторингу в реабілітаційній практиці. Інтерпретація результатів та написання висновків.

Розподіл навчального часу — 120 годин

Модуль	Тема	Лекції (год.)	Практичні (год.)	Самостійна робота (год.)
Модуль 1	Тема 1.1 — Вступ до спортивної морфології	2	2	4
	Тема 1.2 — Методи антропометричних досліджень	2	2	4
	Тема 1.3 — Морфологічні ознаки та їх класифікація	2	2	4
	Тема 1.4 — Онтогенез та морфологічний розвиток	2	2	4
Модуль 2	Тема 2.1 — Конституція людини та її класифікація	2	2	4
	Тема 2.2 — Соматотипування та його методи	2	2	4
	Тема 2.3 — Компонентний склад тіла	4	4	8
Модуль 3	Тема 3.1 — Морфологічні зміни опорно-рухового апарату	4	4	8
	Тема 3.2 — Морфологічні особливості спортсменів	4	4	8
	Тема 3.3 — Порушення постави та деформації ОРА	2	2	4
Модуль 4	Тема 4.1 — Морфологічний моніторинг у реабілітації	2	2	4
	Тема 4.2 — Морфологічні аспекти ерготерапії	2	2	4
	Тема 4.3 — Морфологія та фізична терапія при патологіях	2	2	4
	Тема 4.4 — Сучасні технології морфологічного контролю	2	2	4
Разом		30	30	60



Структура навчального часу

Загальний обсяг — **120 годин (4 кредити ЄКТС)** — розподілено між трьома формами роботи для забезпечення балансу між теорією та практикою.

- **Лекції (30 год. — 25%):** подача ключового теоретичного матеріалу
- **Практичні (30 год. — 25%):** відпрацювання навичок антропометрії, аналіз даних
- **Самостійна робота (60 год. — 50%):** поглиблене вивчення, підготовка завдань

❏ Самостійна робота становить **50% обсягу дисципліни** — студенти навчаються опрацьовувати наукові джерела та інтерпретувати морфологічні дані самостійно.

Самостійна робота студентів та методи викладання

Форми самостійної роботи

Опрацювання літератури Поглиблене вивчення теоретичного матеріалу за підручниками зі спортивної морфології, антропометрії та фізичної реабілітації, науковими статтями у фахових виданнях. Конспектування ключових положень, порівняння підходів різних авторів до інтерпретації морфологічних показників.	Індивідуальні завдання Виконання аналітичних завдань щодо обробки результатів антропометричних вимірювань, підготовка протоколів обстежень, аналітичних записок, міні-досліджень з актуальних питань морфологічного контролю у фізичній терапії та реабілітації.
Робота з інформаційними ресурсами Опрацювання офіційних сайтів: Національний університет фізичного виховання і спорту України (uni-sport.edu.ua), журнал «Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія» (sportmedicine.uni-sport.edu.ua). Аналіз наукових статей, баз даних, пошук актуальних досліджень.	Підготовка до занять Підготовка до практичних занять шляхом опрацювання методичних рекомендацій; підготовка до тестувань через вивчення ключових термінів, нормативних показників і методів вимірювання; систематизація знань перед контрольними роботами.

Методи викладання

- **Лекції**
Системне подання теоретичного матеріалу з використанням наочних схем, таблиць нормативних показників і прикладів із практики фізичної терапії; студенти ведуть конспекти та задають уточнювальні запитання.
- **Практичні вимірювання**
Проведення антропометричних вимірювань на практичних заняттях; студенти відпрацьовують техніку роботи з інструментарієм, оформлюють протоколи та інтерпретують отримані дані.
- **Кейс-стаді**
Аналіз реальних клінічних випадків і морфологічних профілів пацієнтів; студенти виявляють відхилення від норми, пропонують обґрунтування реабілітаційних заходів.
- **Дискусії**
Обговорення актуальних питань морфологічного контролю у фізичній терапії та ерготерапії; розвиток критичного мислення та вміння аргументувати фахову позицію.
- **Самостійне дослідження**
Підготовка аналітичних записок, рефератів і презентацій за обраною темою морфологічного контролю; розвиток навичок самостійного пошуку та систематизації наукової інформації.

Форми контролю знань

1

Поточний контроль

Завдання: практичні та тестові вправи за темами змістовного модуля.

Оцінюються регулярність виконання завдань, якість проведення антропометричних вимірювань і рівень засвоєння матеріалу. Поточний контроль формує накопичувальну оцінку протягом семестру. Включає усні опитування, письмові відповіді на запитання, оформлення протоколів вимірювань та участь у дискусіях.

2

Проміжний контроль

Самостійна робота — комплексне ситуаційне завдання або реферат, які охоплюють теми змістовних модулів (теоретичні питання, аналіз антропометричних даних, порівняльна характеристика морфологічних показників). Оцінюються повнота відповіді, правильність аналізу та обґрунтованість висновків.

Проводиться після кожного змістовного модуля.

3

Підсумковий контроль

Іспит відповідно до навчального плану. Форма проведення — тестування та письмові відповіді на питання.

Підсумкова оцінка враховує результати поточного, проміжного та підсумкового контролю відповідно до встановленої шкали оцінювання: 100-бальна система з переведенням у національну шкалу та ЄКТС (A, B, C, D, E, FX, F).

- ❏ Усі методи контролю спрямовані на формування компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою спеціальностей «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація».

Рекомендована література та ресурси

Навчальна та наукова література (2022–2024)

1. Солтик О. О., Дутчак Ю. В. Спортивна морфологія : методичні рекомендації до практичних занять і самостійної роботи. — Хмельницький : ХНУ, 2023. — 55 с.
2. Альошина А. І., Кашуба В. О., Афанасьєв С. М. та ін. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб із порушенням біомеханіки просторової організації тіла : навч. посіб. — Луцьк : Вежа-Друк, 2023. — 480 с.
3. Альошина А. І., Випасняк І. П., Кашуба В. О. (ред.) Корекція тілобудови людини в процесі занять фізичними вправами: теоретичні та практичні аспекти : кол. моногр. — Луцьк : Вежа-Друк, 2022. — 536 с.
4. Кашуба В. О., Григус І. М., Руденко Ю. В. Стан просторової організації тіла осіб зрілого віку: виклик сьогодення. — 2022. — 78 с. DOI: 10.30525/978-9934-26-280-7-3
5. Випасняк І., Носова Н., Ярмолинський Л. Особливості стану біомеханіки опорно-рухового апарату юних спортсменів // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. — 2022. — № 13(32). — С. 260–270.
6. Випасняк І., Самойлюк О., Буй І., Никитюк Р. Морфо-біомеханічний профіль юних спортсменів // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. — 2023. — № 14.
7. Мицкан Т. С., Мицкан Б. М., Григус І. М. Біосоціальні цінності і функції фізичної культури // Rehabilitation and Recreation. — 2023. — № 16.
8. Самойлюк О. В., Кашуба В. О., Покропивний О. М., Коробчук Д. В. Соціально-педагогічні й особистісні передумови розроблення корекційно-профілактичних технологій у процесі занять оздоровчим фітнесом // Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія. — 2023.
9. Швесткова О., Свєцена К. та кол. Ерготерапія : підручник. — Київ : Чеський центр у Києві, 2022. — 280 с.
10. Дутчак М. В., Кашуба В., Сущенко Л. П. Кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізкультурно-спортивної реабілітації // Науковий часопис УДУ ім. М. П. Драгоманова. — 2023. — Серія 15. — № 12(172). — С. 69–73.

Офіційні інтернет-ресурси

1. Національний університет фізичного виховання і спорту України. — URL: <https://uni-sport.edu.ua/>
2. Журнал «Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія». — URL: <https://sportmedicine.uni-sport.edu.ua/>
3. Журнал «Rehabilitation and Recreation». — URL: <https://rehabrec.org/>
4. Електронний репозиторій ЛДУФК імені Івана Боберського. — URL: <https://repository.ldufk.edu.ua/>
5. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. — URL: <https://nbuv.gov.ua/>
6. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова (Серія 15). — URL: <https://spppc.com.ua/>
7. Кабінет Міністрів України — офіційний портал. — URL: <https://www.kmu.gov.ua/>
8. МОЗ України — офіційний сайт. — URL: <https://moz.gov.ua/>



Рекомендована література охоплює видання **2022–2024 років** українських авторів відповідно до вимог актуальності навчально-методичного забезпечення для ОП Фізична терапія, ерготерапія та Фізична реабілітація.