

**УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**

**ЗАТВЕРДЖЕНО
ВЧЕНОЮ РАДОЮ**

**Ректор доц. Петро БОЙЧУК
Протокол № 1 від 29 серпня 2025 року**



ПОЛОЖЕННЯ

**Про навчально-наукову лабораторію кафедри теорії та методики
фізичної культури Комунального закладу вищої освіти
«Луцький педагогічний коледж»
Волинської обласної ради**

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1. Навчально-наукова лабораторія кафедри теорії та методики фізичної культури є структурним підрозділом Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради (далі – Коледж), який створюється для виконання науково-дослідницьких завдань та проведення навчальних занять, під час яких здобувачі освіти набувають практичних навичок роботи з лабораторним устаткуванням, обладнанням, методикою експериментальних досліджень у конкретній предметній галузі, під керівництвом викладача проводить натурні або імітаційні експерименти чи досліди з метою практичного підтвердження окремих теоретичних положень, проведення досліджень за темами курсових робіт.

1.2. Навчально-наукова лабораторія створюється, реорганізовується та ліквідується за наказами ректора Коледжу на підставі рішення Вченої ради Коледжу за поданням завідувача кафедри теорії та методики фізичної культури (далі – кафедра).

1.3. У своїй діяльності навчально-наукова лабораторія керується нормативно-правовими актами України в галузі науки та освіти, Статутом Коледжу, наказами, розпорядженнями ректора, Положенням про кафедру теорії та методики фізичної культури та цим Положенням.

1.4. Положення про навчально-наукову лабораторію затверджується Вченою радою Коледжу і вводиться в дію наказом ректора.

1.5. Зміни до положення вносяться у такому ж порядку.

2. ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ

2.1. Навчально-наукова лабораторія створена з метою якісної підготовки здобувачів освіти ОС бакалавр за спеціальністю Середня освіта (Фізична культура).

Мета діяльності лабораторії полягає в об'єднанні фахівців різних галузей (викладачів, учителів фізичної культури, тренерів, реабілітологів, фізіологів, медиків, психологів і педагогів) для дослідження теоретичних і методичних засад рухової діяльності людини та їх практичного застосування в освітньому процесі Нової української школи. Особлива увага приділяється вивченню механічних, фізіологічних і психолого-педагогічних основ рухів людини у різних функціональних станах, а також використанню цих знань у фізичному вихованні, спорті та здоров'язбережувальній діяльності учні.

Основна мета діяльності лабораторії полягає у забезпеченні навчально-дослідницької підготовки майбутніх учителів фізичної культури, залученні здобувачів освіти до науково-дослідної роботи, проведенні досліджень у сфері фізичного виховання, фізіології рухової діяльності та відновлення фізичного стану. Важливим напрямом роботи є також упровадження сучасних здоров'язбережувальних технологій і методик, що сприяють підвищенню

ефективності освітнього процесу з фізичної культури та формуванню культури здорового способу життя учнів відповідно до ідей Нової української школи.

2.2. Основними завданнями лабораторії є:

- проведення практичних занять зі студентами на високому науковому, методичному та технічному рівні відповідно до чинних навчальних і робочих програм, методичних рекомендацій;
- сприяння підвищенню якості підготовки фахівців фізичного виховання, здоров'я людини завдяки реалізації практичної і творчої складових змісту навчання;
- сприяння науково-педагогічним працівникам кафедри у виконанні плану науково-дослідної, науково-методичної та навчальної роботи;
- підготовка навчальних та науково-методичних розробок з урахуванням інноваційних методик викладання дисциплін, закріплених за кафедрою;
- ознайомлення науково-педагогічних працівників і студентів з новими надходженнями наукової та науково-методичної літератури з освітніх компонентів закріплених за кафедрою;
- допомога студентам в оволодінні теорією зазначених дисциплін, а також у їх самостійній роботі з науковою та науково-методичною літературою;
- консультування студентів щодо написання наукових статей, доповідей, рефератів, контрольних, курсових робіт в межах тематики навчально-наукової роботи лабораторії;
- участь в організації конференцій, семінарів, доповідей з актуальних питань науки, участь науково-педагогічних працівників і студентів Коледжу у науково-дослідницькій роботі;
- оформлення протоколів досліджень;
- встановлення зв'язків з навчально-науковими лабораторіями закладів вищої освіти України та зарубіжних країн;
- організація самостійної роботи студентів у лабораторії;
- виконання інших завдань, відповідно до мети діяльності лабораторії.

3. ФУНКЦІЇ

3.1. Проводить наукові дослідження, спрямовані на вивчення теоретичних і методичних основ рухової діяльності людини, зокрема механічних, фізіологічних та психолого-педагогічних особливостей рухів у різних функціональних станах. Результати досліджень використовуються для вдосконалення освітнього процесу з фізичної культури, розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів, а також застосовуються у сфері спорту, фізичної реабілітації та реалізації ідей Нової української школи.

3.2. Розробляє концептуальні засади гармонійного рухового, інтелектуального, психофізичного розвитку людини.

3.3. Здійснює аналітико-прогностичну діяльність з проблем гармонійного рухового, інтелектуального, психофізичного розвитку здобувачів освіти.

3.4. Поширення оздоровчих інноваційних технологій серед шкільної та студентської молоді, оздоровчих систем, нових напрямів оптимізації фізичного виховання.

3.5. Дослідження умов формування системи фізкультурної освіти в Україні та за кордоном.

3.6. Теоретичний аналіз засобів та методів фізичного виховання дітей шкільного віку в Україні та за кордоном.

3.7. Характеристика специфіки проведення різних форм фізичного виховання школярів.

3.8. Визначення проблем, що стосуються загального зниження фізичної активності школярів.

3.9. Впроваджує наукові розробки, спрямовані на вирішення актуальних проблем гармонійного рухового, інтелектуального, психофізичного розвитку людини.

3.10. Налагоджує зв'язки та співпрацю з науковими установами та закладами освіти України і зарубіжних країн з питань гармонійного рухового, інтелектуального, психофізичного розвитку людини.

3.11. Здійснює розробку науково-методичного забезпечення гармонійного рухового, інтелектуального, психофізичного розвитку здобувачів освіти.

3.12. Організовує і проводить науково-практичні конференції, семінари, засідання.

3.13. Створює електронні науково-інформаційні ресурси для підтримки наукової та практичної діяльності.

3.14. Підтримує талановитих молодих учених і сприяє їх творчому зростанню.

3.15. Бере участь у міжнародних проектах і програмах, з'їздах, конференціях, конгресах, симпозіумах, організовує науково-практичні масові заходи із запрошенням зарубіжних фахівців, здійснює обмін спеціалістами на договірних засадах.

3.16. Сприяння підвищенню якості підготовки студентів.

3.17. Забезпечує функціонування та відповідність вимогам державних стандартів приладів і обладнання, які знаходяться в лабораторії.

3.18. Виконання інших функцій, відповідно до завдань і мети створення лабораторії.

4. ПРАВА ТА ОBOB'ЯЗКИ

4.1. Лабораторія має право:

- планувати свою діяльність залежно від завдань, зазначених у цьому Положенні, наказах, розпорядженнях ректора;
- здійснювати оперативне планування своєї діяльності в межах затверджених планів науково-дослідницьких робіт та плану роботи Коледжу;
- залучати до співпраці інші підрозділи Коледжу;
- використовувати за призначенням закріплені за нею приміщення та обладнання;

- взаємодіяти з бухгалтерією, відділом кадрів та іншими підрозділами Коледжу;

- звертатись до керівництва Коледжу з клопотаннями щодо створення умов, необхідних для ефективного розв'язання лабораторією науково-виробничих завдань, а також з пропозиціями щодо можливих шляхів удосконалення навчального та інших напрямків діяльності Коледжу.

4.2. Лабораторія зобов'язана:

- забезпечити належне виконання завдань і обов'язків, визначених у цьому Положенні та інших нормативних документах Коледжу;

- якісно та вчасно згідно із затвердженими планами виконувати роботи за профільними напрямками;

- надавати підрозділам Коледжу необхідні консультації та методологічну допомогу з питань, пов'язаних з профілем діяльності лабораторії;

- сприяти впровадженню результатів роботи лабораторії у діяльність Коледжу;

- забезпечувати своєчасне, відповідно до встановленого порядку, звітування щодо виконаних робіт.

5. КЕРІВНИЦТВО

5.1. Безпосереднє керівництво навчально-науковою лабораторією здійснює завідувач лабораторії, на посаду якого наказом ректора за поданням завідувача кафедри теорії та методики фізичної культури та за погодженням декана факультету початкової освіти та фізичної культури призначається особа, яка має повну вищу освіту та володіє навичками роботи у галузі. Інші вимоги до завідувача лабораторії, його обов'язки та права визначаються відповідною посадовою інструкцією.

5.2. Кваліфікаційні вимоги до завідувача лабораторії – повна вища освіта відповідного напрямку підготовки (магістр, спеціаліст), науковий ступінь кандидата наук або доктора філософії. Стаж роботи за фахом – не менше 3 років.

5.3. Керівник несе особисту відповідальність за роботу навчально-наукової лабораторії. Функції керівника та співробітників підрозділу визначаються їх посадовими інструкціями.

5.4. Завідувач лабораторією несе відповідальність за упорядкування, зберігання й використання навчально-наочних посібників, обладнання та інших матеріальних цінностей.

5.5. До обов'язків завідувача кафедри, до якої відноситься лабораторія, входять:

- забезпечення умов для проведення лабораторних занять;

- сприяння оновленню та вдосконаленню матеріальної бази лабораторії;

- забезпечення дотримання правил з охорони праці, чистоти і порядку;

- ведення обліку та списання обладнання і матеріалів;

- керування і контроль за роботою лаборанта(ів), надання йому (їм) науково-методичної допомоги та сприяння підвищенню рівня кваліфікації;

5.6. Лаборант несе перед завідувачем кафедри, до якої відноситься лабораторія, відповідальність за належне зберігання навчального обладнання, навчально-наочних посібників, матеріалів, реактивів тощо.

5.7. На період відсутності завідувача лабораторії (відпустка, відрядження, хвороба тощо) його обов'язки у встановленому порядку покладаються на іншого співробітника лабораторії або кафедри.

6. ОРГАНІЗАЦІЙНА РОБОТА

6.1. Діяльність навчально-наукової лабораторії здійснюється відповідно до розкладу занять, затвердженого на відповідний семестр навчального року у встановленому порядку.

6.2. Протягом семестру працівники лабораторії надають оперативну інформацію про свою діяльність завідувачу кафедри.

6.3. У кінці кожного семестру завідувач навчально-наукової лабораторії надає звіт завідувачу кафедри про виконану роботу та пропозиції щодо діяльності на наступний період.

6.4. Документація лабораторії з охорони праці повинна включати:

- інструкції з охорони праці, пожежної безпеки та безпеки життєдіяльності для працівників і студентів;
- журнал реєстрації інструктажів з охорони праці, пожежної безпеки та безпеки життєдіяльності;
- інструкції із заходів безпеки роботи на лабораторному обладнанні, вивішені біля обладнання.

6.5. Матеріальні цінності лабораторії обліковуються в інвентарному описі встановленого зразка та паспорті лабораторії (документі, який визначає основні параметри, що характеризують фактичний стан і можливості виконання лабораторією основних функціональних завдань).

6.6. Облік та списання фізично застарілого обладнання, навчально-наочних посібників, нормативно-довідкової літератури проводяться відповідно до чинного законодавства.

6.7. Перед початком навчального року комісією, призначеною наказом ректора, проводиться огляд лабораторії з метою визначення стану готовності її до проведення занять.

7. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКИ З ІНШИМИ СТРУКТУРНИМИ ПІДРОЗДІЛАМИ КОЛЕДЖУ ТА СТОРОННІМИ ОРГАНІЗАЦІЯМИ

7.1. Порядок співробітництва з іншими підрозділами коледжу визначається Статутом Комунального закладу вищої освіти "Луцький педагогічний коледж" Волинської обласної ради, контролюється завідувачем кафедри, до якої відноситься лабораторія.

7.2. Порядок співробітництва лабораторії із сторонніми організаціями визначається наказами ректора за поданням завідувача кафедри у встановленому порядку.

РОЗРОБЛЕНО:

Завідувач кафедри
теорії та методики фізичної культури

Олександр МИТЧИК

ПОГОДЖЕНО:

Проректор з навчальної роботи

Наталія БОРБИЧ

Проректор з науково-педагогічної
роботи та міжнародної співпраці

Ольга ФАСТ

Провідний юрисконсульт

Артем СМОЛЮК

ДОДАТОК 1

Робота лабораторії забезпечується наступним вимірювальним обладнанням:

Фітнес-годинник POLAR UNIT з GPS для безперервної реєстрації частоти серцевих скорочень, подоланих кілометрів, кількості кроків, енерговитрат при різних режимах функціонування організму. Годинник передбачає взаємодію з безкоштовним додатком Polar flow на комп'ютері та на телефоні. Годинник працює в автономному режимі з періодичною підзарядкою на комп'ютері або від електромережі.

На годиннику або в додатку можна вибрати види спорту та рухової активності, за якими передбачається аналіз частоти серцевих скорочень. Після кожного тренування, а також після сну для передачі результатів вимірювань проводиться синхронізація годинника і додатку на телефоні. Для цього годинник потрібно просто піднести до телефону з відкритим додатком та натиснути кнопку на годиннику.

У додатку на телефоні та на комп'ютері можна побачити багато цікавої інформації. Перш за все, це значення частоти серцевих скорочень під час тренування. Програма дає можливість аналізувати як середні значення частоти серцевих скорочень, так і графік динаміки даного показника. Крім того, додаток дає інформацію динаміки частоти серцевих скорочень протягом дня, тижня, місяця. Також у додатку можна побачити швидкість пересувань, загальні енерговитрати та енерговитрати в динаміці за окремими елементами: жири, вуглеводи, білки.

Також годинник реєструє на основі аналізу динаміки частоти серцевих скорочень тривалість та якість сну, а також вегетативний баланс, тобто наскільки якісно людина відпочиває. До налізу сну також входить реєстрація різних фаз сну: глибокий, короткий, легкий сон.

Тонometr PARAMED EXPERT-X (автоматичний електронний вимірювач артеріального тиску). Він дозволяє проводити точне автоматичне вимірювання артеріального тиску, може працювати від електромережі та від вбудованих елементів живлення. Цей пристрій дозволяє вимірювати систолічний та діастолічний артеріальний тиск та частоту серцевих скорочень натисненням кнопки «Пуск». Людині потрібно надіти манжету правильно, сісти, розслабитись, не розмовляти та не рухатись під час вимірювання тиску, потім – натиснути кнопку «Пуск». Після закінчення вимірювання на дисплеї приладу з'являються відповідні цифри: систолічний тиск, діастолічний тиск. Частота серцевих скорочень. У приладі також є функція пам'яті, де зберігається 60 попередніх вимірювань.

Комп'ютерні програми «Психодіагностика» та «Сприйняття 1» для визначення стану нервової системи, типологічних особливостей нервової системи, швидкості реакції в різних режимах роботи, швидкості реакції на предмет, що змінює своє положення в просторі, короткочасної пам'яті.

Обладнання застосовується для проведення наукових досліджень з визначення впливу різних тренувальних програм на організм людини, визначення

загального стану серцево-судинної системи та нервової системи людей різного віку, зокрема – студентів. Результати наукових досліджень публікуються в сучасних наукових виданнях категорії В та, які входять до наукометричних баз Scopus та Web of Science, зокрема – у виданні ХНПУ «Heals, sport, rehabilitation», який у 2021 році був проіндексований базою Scopus.

Лабораторія обладнана сучасними тренажерами, фітнес-комп'ютерами, вимірвальними та діагностичними приладами. В лабораторії можливо досліджувати показники організму під час тренувань, такі як серцевий ритм, частота дихання, рівень оксигенації, визначати зони тренувань, ступінь втоми та інші функціональні дані.

Під керівництвом досвідчених тренерів кафедри фізичного виховання та спорту, у вільний від занять час, в лабораторії проходять заняття для всіх бажаючих.