

Міністерство освіти і науки України
Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет»

Факультет фізичного виховання

Кафедра фізичної терапії, фізичного виховання та біології

ЗАТВЕРДЖУЮ



Ректор

С. О. Омельченко

РОБОЧА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

*ОРГАНІЗАЦІЯ ОЗДОРОВЧОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ
У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ*

підготовки здобувачів

другого (магістерського) рівня вищої освіти

(назва рівня вищої освіти)

спеціальності 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)

(шифр і назва спеціальності)

за освітньо-професійною програмою

Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)

(назва програми)

мова навчання українська

Розробник: Клименко Ю.С., кандидат біологічних наук, доцент кафедри фізичної терапії, фізичного виховання та біології ДВНЗ «ДДПУ».

Рецензенти:


Дичко В.В. – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, фізичного виховання і біології ДВНЗ «ДДПУ».

Євтухова Т.А. – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувачка кафедри природничо-математичних дисциплін та інформатики ДВНЗ «ДДПУ».

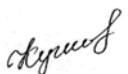
Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри фізичної терапії, фізичного виховання і біології

Протокол № 8 від «23» червня 2022 р.

Завідувач кафедри фізичної терапії,

фізичного виховання і біології _____  В.В. Дичко

Погоджено групою забезпечення спеціальності 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)

Керівник групи забезпечення _____  І.В. Кушакова

Затверджено та рекомендовано до впровадження
вченою радою
Державного вищого навчального закладу
«Донбаський державний педагогічний університет»

“27” червня 2022 р.

протокол № 9

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників | Характеристика навчальної дисципліни | |
|---|--------------------------------------|-----------------------|
| | денна форма навчання | заочна форма навчання |
| Кількість кредитів – 4 | Дисципліна фахового вибору | |
| Загальна кількість годин – 120 | Рік підготовки: | |
| | 2-й | 2-й |
| | Семестр | |
| | 3-й | 3-й |
| Тижневих годин для денної форми навчання: контактних – 1,78 / 1,3 самостійної роботи студента – 4,9 / 5,3 | Лекції | |
| | 16 год. | 14 год. |
| | Практичні | |
| | 16 год. | 10 год. |
| | Самостійна робота | |
| | 88 год. | 96 год. |
| Вид контролю: залік | | |

Метою вивчення навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти» є поглиблення здобувачами другого (магістерського) ступеня вищої освіти теоретичних знань та практичних умінь і навичок студентів щодо організації оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти та проведенні різних форм занять в системі оздоровлення населення, які необхідні у діяльності фахівця сфери здоров'я людини.

**2. Матриця результатів навчання, методів навчання, методів контролю з навчальної дисципліни (вибіркової)
«Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти»**

| Результати навчання | Методи навчання | Методи контролю |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • визначення основних термінів, пов'язаних зі сферою їх професійної діяльності. • пропагування залучення широких верств населення до регулярних оздоровчих занять, вміння рекомендувати рекреаційну та фізкультурно-спортивну діяльність, • поєднання масових та індивідуальних форм організації фізкультурно-спортивної роботи за місцем проживання та в місцях масового відпочинку населення. • уміння вирішувати теоретичні засади рекреаційної діяльності. • формувати у учнів загальноосвітніх шкіл потреби до рухової активності та створення умов для їх задоволення. • проведення просвітницької роботи з питань оздоровлення учнів засобами рекреації. • організовувати та проводити змагання, конкурси, показові виступи, фестивалі, спортивні свята та інші заходи у школі у позаурочний час. | <p>Словесний метод (лекції проводяться з використанням наочного методу – застосуванням презентацій, відеоматеріалів, демонстрація теоретичного матеріалу, обговорення, дискусія, аналіз);</p> <p>Практичний метод (практичні заняття – проведення дискусій, бесід, інтерактивні методи (мозковий штурм, робота у групах), аналіз конкретних генетичних задач, ситуацій, розробка презентацій, реферативна робота);</p> <p>В рамках самостійної роботи використовуються діагностичні та науково-дослідницькі методи навчання відповідно до типу та складності завдання.</p> | <p>Вхідний (бесіда).</p> <p>Поточний контроль (письмові роботи у формі рефератів, презентацій, доповідей); усне опитування;</p> <p>письмове опитування (тестування, розв'язання задач, відповіді на питання)</p> <p>Вирішення компетентісно-орієнтованих практичних завдань; поточні та контрольні тестування;</p> <p>Підсумковий контроль (залік)</p> |

3. Структура навчальної дисципліни

| № з/п | Назви тем | Кількість годин | | | | | | | |
|-------|---|-----------------|-------------|-----|------|--------|--------------|-----|------|
| | | усього | Денна форма | | | усього | Заочна форма | | |
| | | | л | пр. | с.р. | | л | пр. | с.р. |
| 1 | Тема 1. Оздоровча рухова активність дітей у закладах освіти як складова частина національного виховання | 16 | 2 | 2 | 12 | 14 | 2 | | 12 |
| 2 | Тема 2. Засоби та методи оздоровчої фізичної культури | 16 | 2 | 2 | 12 | 16 | 2 | | 14 |
| 3 | Тема 3. Методика проведення занять з оздоровчої фізичної культури | 16 | 2 | 2 | 12 | 18 | 2 | 2 | 14 |
| 4 | Тема 4. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами | 16 | 2 | 2 | 12 | 18 | 2 | 2 | 14 |
| 5 | Тема 5. Види та методологічні основи оздоровчої гімнастики | 16 | 2 | 2 | 12 | 18 | 2 | 2 | 14 |
| 6 | Тема 6. Технології рухової активності аеробної спрямованості | 16 | 2 | 2 | 12 | 18 | 2 | 2 | 14 |
| 7 | Тема 7. Ігрові види оздоровчо-рекреаційної рухової активності | 24 | 4 | 4 | 16 | 18 | 2 | 2 | 14 |
| | Усього годин | 120 | 16 | 16 | 88 | 120 | 14 | 10 | 96 |

4. Програма навчальної дисципліни

4.1. Теми лекцій

| № з/п | Назва теми | Кількість годин | Кількість годин |
|-------|---|-----------------|-----------------|
| 1 | Оздоровча рухова активність дітей у закладах освіти як складова частина національного виховання | 2 | 2 |
| 2 | Засоби та методи оздоровчої фізичної культури | 2 | 2 |
| 3 | Методика проведення занять з оздоровчої фізичної культури | 2 | 2 |
| 4 | Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами | 2 | 2 |
| 5 | Види та методологічні основи оздоровчої гімнастики | 2 | 2 |
| 6 | Технології рухової активності аеробної спрямованості | 2 | 2 |
| 7 | Ігрові види оздоровчо-рекреаційної рухової активності | 4 | 2 |
| | Разом | 16 | 14 |

4.2. Теми практичних занять

| № з/п | Назва теми | Кількість годин | Кількість годин |
|-------|--|-----------------|-----------------|
| 1 | Педагогіка вільного часу як важливий елемент педагогіки як гуманістичної науки про основи навчання та виховання людини | 2 | |
| 2 | Головні елементи оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти | 2 | |
| 3 | Класифікація оздоровчо-рекреаційних занять у закладах освіти | 2 | 2 |
| 4 | Форми фізичного виховання протягом навчального дня. Позакласні заняття фізичними вправами | 2 | 2 |
| 5 | Методологічні та соціально-педагогічні аспекти оздоровчої гімнастики | 2 | 2 |
| 6 | Технологія постановки спортивних ігор. Дозування навантаження під час оздоровчих занять | 2 | 2 |
| 7 | Ігрові види рекреаційної рухової активності | 4 | 2 |
| ... | Разом | 16 | 10 |

4.3. Самостійна робота

| № з/п | Назва теми | Кількість годин | Кількість годин |
|-------|--|-----------------|-----------------|
| 1 | Історія формування оздоровчої рухової активності дітей в Україні | 12 | 12 |
| 2 | Норми оздоровчо-рекреаційної рухової активності для дітей різних вікових груп | 12 | 14 |
| 3 | Характеристика поняття «SPA» і «Wellness». | 12 | 14 |
| 4 | Концепції вільного часу як важливої категорії рекреації. Педагогіка вільного часу. | 12 | 14 |
| 5 | Основні принципи рухової активності як основа здорової поведінки | 12 | 14 |
| 6 | Лікарсько-педагогічний контроль – як фактор управління здоров'ям людини в процесі занять оздоровчим фітнесом | 12 | 14 |
| 7 | Методика використання фізичних вправ для корекції надлишкової маси тіла | 16 | 14 |
| | Разом | 88 | 96 |

5. Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти

| За накопичувальною 100-бальною шкалою | За національною шкалою | |
|---------------------------------------|--|---------------|
| | для екзаменів, звітів з практики, курсових робіт | для заліків |
| 90 – 100 балів | відмінно | зараховано |
| 89 – 75 балів | добре | |
| 60 – 74 балів | задовільно | |
| 26 – 59 балів | незадовільно | не зараховано |
| 0 – 25 балів | неприйнятно | |

6. Засоби діагностики результатів навчання

1) усні опитування на практичних заняттях – індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда (оцінюється рівень розуміння здобувачем теоретичного матеріалу, вміння формулювати запитання по темі та давати на нього відповідь, якість підготовки домашнього завдання);

2) перевірка практичних завдань на практичних заняттях – письмове тестування; вирішення дослідницьких задач; в тому числі перевірка вміння аналізувати й застосовувати одержані знання для вирішення практичних завдань; перевірка результатів виконання завдань для самостійної роботи.

3) залік, як форма контролю, передбачає зарахування здобувачеві балів, накопичених за результатами поточного оцінювання з навчальної дисципліни (за наявності у здобувача не менше 60 балів за поточну роботу – без додаткового опитування) й не вимагає обов'язкової присутності здобувача вищої освіти. Здобувач має право (за бажанням) підвищити власний результат оцінювання в балах з навчальної дисципліни, шляхом виконання завдань самостійної роботи, але не пізніше ніж до початку екзаменаційної сесії.

7. Рекомендована література

Основна література:

1. Іваній І. В., Клапчук В. В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту : навч.-метод. посіб. Суми : Унів. кн., 2019. 128 с.

2. Михалюк Є. Л. Лікарсько-педагогічні спостереження в процесі занять з фізичного виховання і спорту : навч. посіб. Запоріжжя : ЗДМУ, 2018. 81 с.

3. Синиця С. В., Шестерова Л. Є., Синиця Т. О. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. Львів : Новий світ-2000, 2018. 236 с.

4. Шляхи підвищення ефективності занять з фізичного виховання : навч.-метод. посіб. / уклад. В. І. Глухих ; рец.: Є. Л. Михалюк, Е. Ю. Дорошенко. Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. 81 с.

5. Фізична активність и здоров'я : навч. посібник / уклад.: А. А. Черепок, Н. Г. Волох, И. В. Ткалич, Н. В. Баранова. Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. 35 с.

6. Ранкова гігієнічна і виробнича гімнастика: навч. посібник / уклад. А. А. Черепок [та ін.]. Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. 19 с.

Допоміжна література:

1. Грибан В. Г. Валеологія : підруч. / В. Г. Грибан. 2-ге вид., перероб. та допов. Київ : ЦУЛ, 2018. 342 с.

2. Кашуба В. О., Попадюха Ю. А. Біомеханіка просторової організації тіла людини: сучасні методи та засоби діагностики і відновлення порушень. Київ : ЦУЛ, 2018. 768 с.

3. Сазанова І. О. Комплекси вправ для самостійних занять з фізичного виховання з елементами оздоровчого спорту : навч. посіб. Запоріжжя : ЗДМУ, 2019. 81 с.

4. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / гол. ред. Т.Ю. Круцевич. Київ: Олімп. л-ра, 2020. Т.1. 384 с.

5. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / гол. ред. Т.Ю. Круцевич. Київ: Олімп. література, 2020. Т.2. 448 с.

6. Школа О. М., Осіпцов А. В. Сучасні фітнес-технології оздоровчо-рекреаційної спрямованості: навчальний посібник. Комунальний заклад «ХГПА» ХОР. Харків, 2019. 217 с. 108 с.

8. Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. http://intranet.tdmu.edu.ua/data/kafedra/internal/index.php?&path=fiz_reabil/metod_rozrobky/uk/med/health/ptn/%C2%F1%F2%F3%EF%20%E4%EE%20%F1%EF%E5%F6%B3%E0%EB%FC%ED%EE%F1%F2%B3/
2. http://intranet.tdmu.edu.ua/data/kafedra/internal/index.php?&path=fiz_reabil/presentations/uk/med/health/ptn/
3. http://intranet.tdmu.edu.ua/data/kafedra/internal/index.php?&path=fiz_reabil/classes_stud/uk/med/health/ptn/%C2%F1%F2%F3%EF%20%E4%EE%20%F1%EF%E5%F6%B3%E0%EB%FC%ED%EE%F1%F2%B3/
4. <http://dspace.zsmu.edu.ua/handle/123456789/7014>
5. <http://dspace.zsmu.edu.ua/handle/123456789/7013>
6. <http://dspace.zsmu.edu.ua/handle/123456789/7015>

9. Посилання на дистанційний курс

Вивчення навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти» може відбуватися дистанційно або змішано на платформі Moodle ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» <http://212.3.125.77:9090/moodle/course/view.php?id=2095>

Дистанційний курс розраховано на сім тем. Кожна тема містить такі компоненти: лекції, практичні заняття, тестування, завдання до самостійної роботи.