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

Факультет фізичного виховання

Кафедра фізичної терапії, фізичного виховання та біології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”:
Перший проректор
_____ Набока О.Г.
(ПІБ)
«28» серпня 2020 р.

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

Слов’янськ – 2020 р.

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».
Горобець Л.В. – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри природничо-математичних дисциплін та інформатики ДВНЗ «ДДПУ».

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри фізичної терапії, фізичного виховання і біології
Протокол № 1 від «27» серпня 2020 р.

Завідувач кафедри фізичної терапії,
фізичного виховання та 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»

“28” серпня 2020 р.

протокол № 1

1. Опис навчальної дисципліни

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td colspan="2">Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма навчання</td><td>заочна форма навчання</td></tr>
<tr><td>Кількість кредитів – 3</td><td colspan="2">Вибіркова</td></tr>
<tr><td rowspan="9">Загальна кількість годин – 90

Тижневих годин для денної форми навчання:
контактних – 2
самостійної роботи студента – 6</td><td colspan="2">Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>2-й</td><td>2-й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Семестр</td></tr>
<tr><td>3-й</td><td>3-й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лекції</td></tr>
<tr><td>14 год.</td><td>6 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні</td></tr>
<tr><td>12 год.</td><td>6 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Самостійна робота</td></tr>
<tr><td>64 год.</td><td>78 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Вид контролю:
залік</td></tr>
</table>

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 (обов'язкової) «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти»

Результати навчання	Методи навчання	Методи контролю
визначення основних термінів, пов'язаних зі сферою їх професійної діяльності. пропагування залучення широких верств населення до регулярних оздоровчих занять, вміти 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.	Словесний метод (лекції проводяться з використанням наочного методу – застосуванням презентацій, відеоматеріалів, демонстрація теоретичного матеріалу, обговорення, дискусія, аналіз); Практичний метод (практичні заняття – проведення дискусій, бесід, інтерактивні методи (мозковий штурм, робота у групах), аналіз конкретних генетичних задач, ситуацій, розробка презентацій, реферативна робота); В рамках самостійної роботи використовуються діагностичні та науково-дослідницькі методи навчання відповідно до типу та складності завдання.	Вхідний (бесіда). Поточний контроль (письмові роботи у формі рефератів, презентацій, доповідей); усне опитування; письмове опитування (тестування, розв'язання задач, відповіді на питання) Вирішення компетентісно-орієнтованих практичних завдань; поточні та контрольні тестування; Підсумковий контроль (залік)

3. Структура навчальної дисципліни

№ з/п	Назви тем	Кількість годин						
		Денна форма				Заочна форма		
		усього	зокрема			зокрема		
			л	пр.	с.р.	л	пр.	с.р.
1	Тема 1. Оздоровча рухова активность дітей у закладах освіти як складова частина національного виховання	11	2		9	2		12
2	Тема 2. Засоби та методи оздоровчої фізичної культури	13	2	2	9			10
3	Тема 3. Методика проведення занять з оздоровчої фізичної культури	13	2	2	9	2		12
4	Тема 4. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами	13	2	2	9			10
5	Тема 5. Види та методологічні основи оздоровчої гімнастики	13	2	2	9	2	2	12
6	Тема 6. Технології рухової активності аеробної спрямованості	13	2	2	9		2	10
7	Тема 7. Ігрові види оздоровчо-рекреаційної рухової активності	14	2	2	10		2	12
	Усього годин	90	14	12	64	6	6	78

4. Програма навчальної дисципліни

4.1. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Кількість годин
1	Оздоровча рухова активность дітей у закладах освіти як складова частина національного виховання	2	2
2	Засоби та методи оздоровчої фізичної культури	2	
3	Методика проведення занять з оздоровчої фізичної культури	2	2
4	Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами	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	2	
	Разом	14	6

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	
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
...	Разом	12	6

4.3. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Кількість годин
1	Історія формування оздоровчої рухової активності дітей в Україні	9	12
2	Норми оздоровчо-рекреаційної рухової активності для дітей різних вікових груп	9	10
3	Характеристика поняття «SPA» і «Wellness».	9	12
4	Концепції вільного часу як важливої категорії рекреації. Педагогіка вільного часу.	9	10
5	Основні принципи рухової активності як основа здорової поведінки	9	12
6	Лікарсько-педагогічний контроль – як фактор управління здоров'ям людини в процесі занять оздоровчим фітнесом	9	10
7	Методика використання фізичних вправ для корекції надлишкової маси тіла	10	12
	Разом	64	78

5. Критерії оцінювання результатів навчання

Реалізація основних завдань контролю й оцінювання результатів навчання здобувачів під час вивчення навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти» досягається за рахунок цілеспрямованості, репрезентативності, об'єктивності, систематичності й комплексності у застосуванні різних видів контролю. Систематичність контролю результатів навчання здобувачів з навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти» забезпечується в його видах: поточному контролі, підсумковому контролі.

Результати навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни визначаються у балах, що виставляються згідно з критеріями оцінювання, затвердженими в ДДПУ. Оцінювання результатів навчання здійснюється під час проведення навчальних занять (лекції, практичні) та самостійної роботи.

Поточний контроль результатів навчання здобувачів з навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти» відбувається за такими формами:

Для здобувачів вищої освіти заочної форми бали розподіляються пропорційно годинам у навчальному плані, відведеним на навчальні заняття та самостійну роботу. Для здобувачів заочної форми навчання питома вага балів за самостійну роботу більша, ніж за навчальні заняття.

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти за лекції здійснюється за такими критеріями:

– присутність здобувача на лекції, складання її конспекту та активна участь у перебігу лекції (1 бал).

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих під час практичного заняття, здійснюється за такими критеріями:

– під час опитувань – за повну й ґрунтовну відповідь на сформульоване запитання з теми заняття (до 4 балів);

– під час тестування – за правильні відповіді на запитання тесту з теми заняття (до 4 балів);

– у процесі виконання ситуаційних вправ і завдань – за запропонований правильний алгоритм (послідовність) виконання завдання; за знання теоретичних основ проблеми, порушеної в завданні; за володіння формулами й математичними методами, необхідними для виконання завдання; за отриманий правильний результат (до 4 балів).

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти в процесі написання поточних, проміжних контрольних робіт здійснюється за правильні відповіді на всі питання роботи (до 10 балів).

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти під час контрольного заходу здійснюється за правильні відповіді на питання.

Оцінювання рефератів та презентацій за визначеними темами здійснюється відповідно до таких критеріїв (до 10 балів):

– за повноту та використання сучасних концепцій і джерел інформації (крім лекційного конспекту, має бути ще не менше трьох джерел інформації);

– за оформлення роботи згідно з вимогами і наявність посилань на використану літературу та джерела;

– за наявність змістовних висновків;

– за глибокі знання навчального матеріалу, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах.

У разі виявлення невідповідності результатів навчання окремим критеріям із тієї чи іншої форми контролю знань кількість балів, яка виставляється здобувачу, може бути знижена:

– за неповну відповідь;

– за кожну неправильну відповідь;

– за невчасне виконання завдання;

– за недостовірність поданої інформації;

– за недостатнє розкриття теми;

– за відсутність посилань на літературні джерела.

Результати поточних контролів рівня знань здобувачів вищої освіти денної та заочної форм навчання (у вигляді певної кількості отриманих балів) обов'язково доводяться викладачем наприкінці кожного заняття до їхнього відома, виставляються в «Журнал обліку роботи академічної групи» та є підставою для одержання допуску до підсумкового контролю.

Допуск до підсумкового контролю з навчальної дисципліни становить 60 балів, визначається як сумарна мінімальна кількість балів, яку має набрати здобувач вищої освіти для отримання позитивної оцінки «задовільно», крок шкали – 1. При цьому межа незадовільного навчання становить 59 балів.

Кожна навчальна дисципліна, вивчення якої закінчується складанням заліку або екзамену, оцінюється максимальною оцінкою у 100 балів.

Підсумковий контроль результатів навчання з навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти» проводиться у формі заліку. Оцінювання результатів навчання у формі семестрового заліку проводиться по закінченні вивчення навчальної дисципліни, зазвичай, на останньому практичному занятті або в період до початку екзаменаційної сесії відповідно до графіка освітнього процесу.

На останньому аудиторному занятті оголошуються здобувачам вищої освіти відкрито (у присутності групи) накопичені ними бали поточного оцінювання з навчальної дисципліни «Організація оздоровчої рухової активності дітей у закладах освіти», отримані під час лекційних, практичних занять та за виконану самостійну роботу. 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, де формою контролю є залік, шляхом виконання завдань самостійної роботи, але не пізніше ніж до початку екзаменаційної сесії.

У разі отримання оцінки «незадовільно» здобувач має право на два перескладання: викладачу та комісії. Замість перескладання комісії здобувач може обрати повторне вивчення навчальної дисципліни.

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, 2016. 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, 2016. 81 с.

5. Физична активність и здоров’я : навч. посібник / уклад.: А. А. Черепок, Н. Г. Волох, И. В. Ткалич, Н. В. Баранова. Запоріжжя: ЗДМУ, 2017. 35 с.

6. Ранкова гігієнічна і виробнича гімнастика: навч. посібник / уклад. А. А. Черепок [та ін.]. Запоріжжя: ЗДМУ, 2017. 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, 2016. 81 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. Ранкова гігієнічна і виробнича гімнастика [Електронний ресурс]: навч. посібник / упоряд .: А. А. Черепок, Н. Г. Волох, І. В. Ткалич, Н. В. Баранова. Запоріжжя: ЗДМУ, 2017. 19 с. Режим доступу: http://dspace.zsmu.edu.ua/handle/123456789/7014

5. Фізична активність і здоров'я [Електронний ресурс]: навч. посібник / упоряд .: А. А. Черепок, Н. Г. Волох, І. В. Ткалич, Н. В. Баранова. Запоріжжя: ЗДМУ, 2017. 35 с. Режим доступу: http://dspace.zsmu.edu.ua/handle/123456789/7013

6. Стрес и здоров'я [Електроний ресурс]: навч. посібник / уклад. : А. А. Черепок, Н. Г. Волох, Н. В. Баранова. Запоріжжя: ЗДМУ, 2017. 33 с. Режим доступу: 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://ddpu.edu.ua: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.