|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| На зображенні може бути: текст | **Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  Факультет фізичної культури Кафедра спорту і спортивних ігор** | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
| **Силабус навчальної дисципліни**  **«Сучасні оздоровчі технології у професійній діяльності»** | | | | | | | | | | | | | |
| **Галузь знань:** | | | | | 01 Освіта / Педагогіка, 22 Охорона здоров’я | | | | | | | | | | | | | |
| **Спеціальність:** | | | | | 014 Середня освіта (Фізична культура),  017 Фізична культура і спорт  227 Фізична терапія, ерготерапія | | | | | | | | | | | | | |
| **Освітньо-професійна програма:** | | | | | Середня освіта (Фізична культура)  «Тренер з видів спорту»,  «Фізична реабілітація» | | | | | | | | | | | | | |
| **Рівень вищої освіти:** | | | | | Другий (магістерський) | | | | | | | | | | | | | |
| **Статус дисципліни:** | | | | | вибіркова | | | | | | | | | | | | | |
| **Мова викладання:** | | | | | українська | | | | | | | | | | | | | |
| **Викладачі:** | | D:\Нова папкаcудів\New folder\фото кафедра\IMG_3323.JPG | | | **ПІБ:** | | | Козак Євген Павлович | | | | | | | | | | |
| **Посада:** | | | Доцент | | | | | | | | | | |
| **Вчений ступінь:** | | | Кандидат педагогічних наук | | | | | | | | | | |
| **Телефон:** | | | 067 384 41 23 | | | | | | | | | | |
| **E-mail:** | | | [kozak.yevhen@kpnu.edu.ua](mailto:kozak.yevhen@kpnu.edu.ua) | | | | | | | | | | |
| **Робоче місце:** | | | Аудиторія кафедри спорту і спортивних ігор | | | | | | | | | | |
| **Профайл викладача:** | | | <https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=8872>; https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=9580 | | | | | | | | | | |
| **Сторінка курсу в MOODLE** | | | Посилання на дисципліну <https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=8872>, https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=9580 розміщену в середовищі системи дистанційного навчання Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка | | | | | | | | | | | | | | |
| **Консультації** | | | Вівторок (1 і 3 тижні місяця) о 15:50-17:25 на базі аудиторії №222а | | | | | | | | | | | | | | |
| **Анотація до курсу** | | | Оволодіння вміннями та навичками з теорії та методики оздоровчих занять для вирішення завдань: пов’язаних з визначенням навантаження на опорно-руховий апарат та інші системи органів людини; підбору засобів розвитку та тренування окремих м’язових груп; складання програм тренування з урахуванням індивідуальних особливостей учня в процесі занять оздоровчого спрямування. | | | | | | | | | | | | | | |
| **Мета та цілі курсу** | | | Метою вивчення навчальної дисципліни здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), 017 Фізична культура і спорт, 227 Фізична терапія, ерготерапія - надати здобувачам вищої освіти теоретичні знання щодо сучасних оздоровчих технологій, сформувати у них практичні навички щодо діагностики стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової активності, сформувати вміння застосовувати одержані знання в повсякденному житті. | | | | | | | | | | | | | | |
| **Формат курсу** | | | Стандартний курс (очний, заочний), комбіноване навчання (наприклад, очний курс з елементами дистанційного навчання в системі Moodle) | | | | | | | | | | | | | | |
| **Результати навчання** | | | За результатами вивчення вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки «Сучасні оздоровчі технології у професійній діяльності» здобувачі вищої освіти повинні **знати**:  - основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту; підходи до забезпечення якісного виконання завдань професійної діяльності на основі інструкцій, методичних рекомендацій, встановлених норм, нормативів, технічних умов тощо та вміє практично використовувати документи державних і громадських органів управління у сфері фізичної культури;  - основні положення теорії та методики спорту, процес становлення та розвитку спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях;  - основи сучасної системи підготовки спортсменів, структуру і методики побудови процесу підготовки, видів підготовки спортсменів.  **Уміти**:   * планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики тайм-менеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб; * використовувати позатренувальні і позазмагальні чинники в системі підготовки та змагальної діяльності спортсменів; * застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв’язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій; * знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел; здійснювати комунікаційну взаємодію за допомогою соціальних мереж; систематизувати прийоми створення, збереження, накопичення та інтерпретації даних з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень; * здатність до освоєння нового матеріалу та вміння оцінювати себе критично; поглиблення набутих знань з допомогою самоосвіти; вміння представити і оцінити власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег; * виявляти готовність діяти соціально відповідально та свідомо; приймати рішення на підставі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства | | | | | | | | | | | | | | |
| **Компетентності:** | | | Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 28 квітня 2016 року, протокол за № 4) у здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня формуються наступні *загальні компетентності*:   * здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання; * здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях; * здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.   *Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:*   * здатність обстежувати та визначати функціональний стан, рівень фізичного розвитку, рухові та інші порушення; * здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності; * здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.   **Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.**   * 1. *Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.*   Магістр, вчитель фізичної культури і спорту при отриманні первинної інформації про стан здоров’я, рівень розвитку функціональних систем, рухових здібностей та фізичної підготовки має чітко виявити слабкі сторони організму людини і здійснити адекватний підбір засобів та методів для вирішення питання з слабкими сторонами підлеглого.   * 1. *Здатність приймати обґрунтовані рішення.*   Фахівець має володіти великим арсеналом засобів та методів для їх відповідного використання при заняттях фізкультурного та реабілітаційного спрямування з відповідним науковим обґрунтуванням.  Спеціальні (фахові) компетентності.   1. *Використання знань, умінь і навичок зі спеціалізованих професійних дисциплін в процесі вирішення практичних завдань.*   Фахівець з фізичної культури і спорту та фізичної реабілітації має володіти відповідним арсеналом знань, умінь та навичок з професійних дисциплін до яких належить «Сучасні оздоровчі технології у професійній діяльності» для вирішення практичних завдань які виникають у ході трудової діяльності.   1. *Належність необхідних технічних вмінь і навичок, рухових здібностей, а також педагогічної майстерності для організації фізичного виховання та спортивної підготовки, підвищення своєї професійної майстерності.*   Випускник на належному рівні має володіти базою рухових умінь, навичок, рівнем розвитку рухових здібностей для організації фізичного виховання та спортивної підготовки, та підвищення своєї професійної майстерності в обраному виді спорту. | | | | | | | | | | | | | | |
| **Пререквізити** | | | Дисципліни, базові знання яких та результати навчання необхідні здобувачу вищої освіти для успішного навчання та опанування компетентностями з дисципліни:«Теорія і методика фізичного виховання», «Біохімія», «Біомеханіка», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Фізіологія людини та фізіологічні основи фізичного виховання та спорту», « | | | | | | | | | | | | | | |
| **Пореквізити** | | | Знання з дисципліни можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: Спортивно-педагогічне вдосконалення», «Основи теорії і методики спортивного тренування». | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обсяг і ознаки курсу** | | | **Найменування показників** | | | **Характеристика навчального курсу** | | | | | | | | | | | |
| **денна форма навчання** | | | | | | | **заочна форма навчання** | | | | |
| Рік навчання/ рік викладання | | | 1 | | | | | | | 1 | | | | |
| Семестр вивчення | | | 2 | | | | | | | 2 | | | | |
| нормативна/вибіркова | | | Вибіркова | | | | | | | | | | | |
| Кількість кредитів ЄКТС | | | 4 | | | | | | | 4 | | | | |
| Загальний обсяг годин | | | 120 | | | | | | | 120 | | | | |
| Кількість годин навчальних занять | | | 40 | | | | | | | 16 | | | | |
| Лекційні заняття | | | 20 | | | | | | | 8 | | | | |
| Практичні заняття | | | 20 | | | | | | | 8 | | | | |
| Семінарські заняття | | | - | | | | | | |  | | | | |
|  | | | - | | | | | | | - | | | | |
| Самостійна та індивідуальна робота | | | 80 | | | | | | | 104 | | | | |
| Форма підсумкового контролю | | | залік | | | | | | | залік | | | | |
| **Технічне й програмне забезпечення /обладнання** | | | Викладання освітнього компоненту «Сучасні оздоровчі технології у професійній діяльності» потребує наявності ноутбуку як мінімум для викладача, мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до Інтернету, для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle: виконання тестових завдань для поточного контролю; виконання завдань самостійної роботи; виконання домашніх завдань.  Вивчення курсу потребує використання такого обладнання: аудиторія для лекційних і практичних занять. | | | | | | | | | | | | | | |
| **Політики курсу** | | | Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.  Відвідання занять. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. | | | | | | | | | | | | | | |
| **Схема курсу** | | | **Денна форма навчання** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Назви змістових модулів і тем** | | | | **Кількість годин** | | | | | | | | | | |
| **разом** | | **у тому числі** | | | | | | | | |
| **лекційні заняття** | **практичні заняття** | | **семінарські заняття** | | **лабораторні заняття** | | **самостійна робота** | **індивідуальна робота** |
| **Змістовий модуль 1. Теоретичні відомості сучасних оздоровчих технологій** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Разом годин** | | | | **120** | | **20** | **20** | | - | | - | | **80** |  |
| **Заочна форма навчання** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Назви змістових модулів і тем** | | | | **Кількість годин** | | | | | | | | | | |
| **разом** | | **у тому числі** | | | | | | | | |
| **лекційні заняття** | **практичні заняття** | | **семінарські заняття** | | **лабораторні заняття** | | **самостійна робота** | **індивідуальна робота** |
| **Змістовий модуль 1. Теоретичні відомості сучасних оздоровчих технологій** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Разом годин** | | | | **120** | | **8** | **8** | | - | | - | | **104** | - |
| **Критерії оцінювання екзамену** | | Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Система оцінювання та вимоги** | | **Поточний контроль** | | МКР | | |  | | | | **Разом** | | | | | | | |
| 80 балів | | 20 балів | | |  | | | | 100 балів | | | | | | | |
| **Методи контролю**: | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Умови допуску до підсумкового контролю** | | Студент відвідав усі практичні заняття. Для допуску до заліку необхідно мати не менше 60 балів поточної успішності. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка** | | 1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології): підручник для лікарів-слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти. Львів, ПП «Кварт», 2011. 303 с.  2. Анікєєв Д. М. Рухова активність у способі життя студентської молоді: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук із фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / Дмитро Михайлович Анікєєв. Київ, 2012. 20 с.  3. А.с. №. 66448 від 05.07.2016 МОН України, Державна служба інтелектуальної власності України. Комп’ютерна програма для визначення і оцінки аеробної продуктивності організму, а також діапазону величини бігових навантажень «Health calculation» («Health calculation») / Ю. М. Фурман, О. О. Брезденюк, О. Ю. Брезденюк, заяв. від 04.05.2016 № 18265.  4. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд; пер. с англ. И. Андреев. Київ: Олимп. л-ра, 2009. 528 с.  5. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» Схвалено Указом Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016.  6. Постанова Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 року № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України».  7. Плахтій П.Д., Підгорний В. К. Соколенко Л. С. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести. Навчальний посібник / За редакцією П. Д. Плахтія Кам’янець-Подільський: ПП Буйницький О. А. 2009. 332 с.  8. Фурман Ю. М., Мірошніченко В. М., Драчук С. П. Перспективні моделі фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів: монографія. Київ: НУФВСУ, вид-во «Олімп. л-ра», 2013. 184 с.  9. Шинкарьов С. І., Толчєва Г. В. Оздоровчі технології в системі фізичного виховання в позааудиторній роботі зі студентами вищих навчальних закладів. Олимпийский спорт, физическая культура, здоровьенации в современных условиях: IХ Междунар. науч.-практ. конф. Луганск: Изд-во ЛНУ имени Тараса Шевченко, 2012. С. 371–375. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Локація** | | Згідно з розкладом  https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/ | | | | | | | | | | | | | | | | |

Розробники силабуса Євген Козак

Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор Микола Прозар