



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

«Теорія і технологія оздоровчо-рекреаційної рухової активності»

на 2022 / 2023 навчальний рік

Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка.
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт.
ОПП (ОНП)	Фізична культура і спорт.
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський).
Форма навчання	денна форма
Семестр, в якому викладається дисципліна	рік навчання: 1, Семестр: 1.
Статус дисципліни	обов'язкова
Обсяг дисципліни	120 годин (4 кредитів ЕКТС)
Мова викладання	українська
Оригінальність навчальної дисципліни	авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	фізичного виховання і спорту
Розробник	Гейтенко Владислав Володимирович, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту.
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Гейтенко Владислав Володимирович, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту.
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Гейтенко Владислав Володимирович, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, проектор (або інше)
Лінк на дисципліну	Посилання на розроблений електронний курс: http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1408

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
120	30	30	-	60	Залік

Опис навчальної дисципліни.

Предмет навчання	Предметом вивчення дисципліни «Теорія і технологія оздоровчо-рекреаційної рухової активності» є теоретико-методологічні положення та практичні питання розвитку технологій оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності в Україні.
Мета дисципліни	Метою дисципліни «Теорія і технологія оздоровчо-рекреаційної рухової активності» є отримання студентами знань, практичних умінь і навичок з різних видів оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності та різних форм і технологій її реалізації.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<i>Програмні результати навчання (ПРН):</i> - здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами; - демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення; - оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи. - обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту; - використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості; застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	Вивчення дисципліни «Теорія та технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» формує у студентів наступні програмні компетентності: <i>Загальні компетентності (ЗК):</i> - здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій; - здатність працювати в команді; - навички міжособистісної взаємодії; - здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). <i>Фахові компетентності спеціальності (ФКС):</i> - здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення; - здатність зміцнювати здоров'я людини завдяки використанню рухової активності, раціонального харчування, здорового способу життя; - здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; - здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; - здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. -
Навчальна логістика	Зміст дисципліни: Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів: 1. Основи оздоровчо-рекреаційної рухової активності в системі фізичного виховання. 2. Рухова активність у забезпеченні оздоровлення та активного відпочинку. Завдання курсу: 1. Методичні: а) визначити основні напрямки навчальної, наукової і оздоровчо-рекреаційної роботи; б) допомогти студентам оволодіти нормами щодо вивчення дисципліни; в) ознайомити з науковими джерелами, до яких можна звернутись для постійного професійного вдосконалення. 2. Пізнавальні: а) розглянути загальні питання технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності, її місце в житті людини; б) дати характеристику технологіям, що використовуються у оздоровчо-рекреаційній діяльності; в) розширити уявлення про роль і місце рекреації в житті

	сучасного суспільства. 3. Практичні: а) вчити застосовувати на практиці теоретичні знання та технології оздоровчо-рекреаційної діяльності; б) вчити дотримуватись вимог щодо системи навчання в ВНЗ; в) вироблення вмінь самостійно працювати над програмним матеріалом з видів, теорії та технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Види занять: лекційні/практичні При вивченні навчальної дисципліни «Теорія і технологія оздоровчо-рекреаційної рухової активності» використовуються наступні методи навчання: <i>Словесні:</i> лекції, доповіді, повідомлення, дискусії, бесіди, дидактичне тестування; <i>Наочні:</i> демонстрація з залученням мультимедійних проекторів, презентації, відеоматеріалів. <i>Практичні:</i> різні види вправляння, виконання графічних робіт, проведення експерименту; <i>Репродуктивний</i> – в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком; <i>Метод проблемного викладу.</i> <i>Частково-пошуковий або евристичний.</i> <i>Дослідницький.</i>
Пререквізити	Програмний матеріал базується на набутих здобувачами знаннях, уміннях і навичках під час вивчення дисциплін: теорія і методика фізичного виховання, анатомія людини з основами спортивної морфології, спортивна педагогіка, фізіологія людини та рухової активності, адаптивний спорт, вибіркової дисципліни організація і методика туризму.
Постреквізити	Знання з дисципліни можуть бути використані у наступних дисциплінах: теорія і методика викладання (баскетбол), теорія і методика викладання (гімнастики), підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту.
Політика курсу	Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Під час роботи над індивідуальними завданнями та проектами не допустимо порушення академічної доброчесності. Презентації та виступи мають бути авторськими оригінальними.

Оцінювання досягнень	При оцінюванні знань студентів з навчальної дисципліни «Теорія і технологія оздоровчо-рекреаційної рухової активності» формується з двох складових. Поточна успішність: усна відповідь або письмова самостійна робота проводиться на кожному практичному занятті. Кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів. За кожне заняття студент може набрати до «3» балів – за відповідь на питання практичного заняття (усна відповідь, письмова самостійна робота). Усна відповідь на питання практичного заняття оцінюється у «3» бали: 3 бали – студент повністю засвоїв теоретичний матеріал, логічно викладає його, робить висновки, висловлює гіпотези, дискутує; 2 бали – студент засвоїв теоретичний матеріал, вільно викладає його, наводить приклади, однак є незначні проблеми з усвідомленням системних зв'язків, не завжди дотримується логіки викладу, припускається незначних помилок чи неточностей; 1 бали – студент засвоїв матеріал на репродуктивному рівні (переказування), приймає активну участь у роботі, відтворює вивчене не завжди логічно, припускається помилок; 0 бал – студент, який невпевнено переказує матеріал, під час відповіді потребує допомоги, допускається помилок або який не приймає участь в обговоренні питань на занятті або студент відсутній на занятті. Дидактичне тестування проводиться протягом семестру 2 рази. Максимальна сума за тестування – 20 балів. Захист реферату – 20 балів. Підсумковий контроль здійснюється за шкалою ECTS.
Академічна доброчесність	Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу. Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає: - самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання; - посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; - дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; - надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації. Порушенням академічної доброчесності учасниками науково-освітнього процесу вважається: академічний плагіат,

	академічне шахрайство, фальсифікація результатів досліджень, посилянь у власних публікаціях, будь-яких інших даних, у тому числі статистичних, що стосуються освітнього процесу та наукових досліджень; надання завідомо неправдивої інформації стосовно власної освітньої (наукової) діяльності чи організації освітнього процесу; використання без відповідного дозволу зовнішніх джерел інформації під час оцінювання результатів навчання; хабарництво; конфлікт інтересів; подарунок.
Інформаційне забезпечення	Основна література: 1. Бар-Ор О. Рухова активність та здоров'я дітей: від фізіологічних основ до практичного застосування / О.Бар-Ор, Т.Роуланд. К.: Олімпійська література, 2009. 530 с. 2. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений: Практическое пособие / Л.Д. Назаренко. М: Владос, 2003. 240 с. 3. Олексієнко Я. І., Гунько П. М. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності: навч.-метод. посіб. / Я. І. Олексієнко, П. М. Гунько. – Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. 260 с. 4. Рябуха О. І. Вчення про здоров'я / О.І. Рябуха. – Львів: Ліга-Прес, 2001. 112 с. 5. Товт В.А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навч. посіб. для викладачів і студентів / В. Товт, І. Маріонда, Е. Сивохоп, В. Сусла. – Ужгород: «Говерла». 2015. 88 с. Додаткова література: 1. Андріанов В. Є. Рухливі ігри як засіб соціалізації особистості молодших школярів / В. Андріанов, Т. В. Андріанов, Н. Г. Макаренко // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: Монографія. Дрогобич: КОЛО, 2007. 620 с. 2. Андросук Н.В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів / Н. Андросук, А. Леськів, С. Мехоношин. Тернопіль: ДІІ, 2000. 168 с. 3. Булатова М.М. Фітнес та рухова активність: проблема і шляхи вирішення /М.М. Булатова //Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2007. № 1. С. 3-7. 4. Візітей Н.Н. Соціологія спорту: Курс лекцій. /Н.Н.Візітей. К. Олімпійська література, 2005. 248 с. 5. Мільнер Е. Ходьба замість пігулок / Е. Мільнер. М.: АСТ, Астрель, Поліграфіздат, 2010. 256 с. Посилання на розроблений електронний курс: http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1408

Розробник:

Старший викладач

кафедри ФВіС

 / В. В. Гейтенко/
« » _____ 2022 р.

Гарант освітньої програми:

Доцент кафедри ФВіС,

к.н.ф.в.с.

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2022 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри ФВіС

Протокол № 21 від 30.08.2022 р.

В. о. зав. кафедри ФВіС

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2022 р.

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих
технологій і обладнання

 / О. Г. Гринь /
« » _____ 2022 р.

