

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**



Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії та методики фізичної культури

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Теорія і методика фізичного виховання осіб з різним рівнем фізичного стану**

Освітня програма «Середня освіта (Фізична культура)»

другого (магістерського) рівня

Спеціалізація (за наявності)

Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри
теорії та методики фізичної культури
Протокол № 1 від “31” серпня 2021 р.

м. Івано-Франківськ – 2021

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Теорія і методика фізичного виховання осіб з різним рівнем фізичного стану
Освітня програма	«Середня освіта (Фізична культура)»
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	014 Середня освіта (Фізична культура)
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Освітній рівень	магістр
Статус дисципліни	вибіркова
Курс / семестр	1/2
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції – 14 год. Семінарські заняття – 20 год. Самостійна робота – 56 год.
Мова викладання	Українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua

2. Опис дисципліни

Мета та цілі дисципліни
Забезпечити теоретичну і практичну підготовку студентів до професійної діяльності та сприяти формуванню у студентів творчого світогляду, вихованню педагогічного мислення та набуттю системи теоретичних та практичних спеціальних знань.
Компетентності
<p>ЗК-1 Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу нових складних ідей на основі логічних аргументів та перевірених фактів.</p> <p>ЗК-5 Здатність оцінювати якість результатів діяльності.</p> <p>ФК-3 Здатність здійснювати навчально-методичне забезпечення освітньої діяльності з урахуванням новітніх досягнень педагогічної науки і практики фізичного виховання.</p> <p>ФК-6 Здатність вносити корективи в робочу програму, план вивчення навчального курсу, дисципліни (модуля), освітні технології, власну професійну діяльність на підставі аналізу процесів і результатів.</p> <p>ФК-8 Здатність до формування в учнів (студентів) ключових і предметних компетентностей та здійснення між предметних зв'язків.</p> <p>ФК-9 Здатність здійснювати проектування освітньої, рекреаційно-оздоровчої, науково-дослідницької, організаційно-управлінської та культурно-просвітницької діяльності.</p> <p>ФК-15 Здатність користуватися іншомовними інформаційними ресурсами, які знаходяться у відкритому доступі науко метричних баз та використовувати іноземний досвід практичного вирішення актуальних і нестандартних проблем у сфері фізичної культури.</p>
Програмні результати навчання
<p>ПРН-5 Знати сутність та зміст сучасних технологій навчання у старшій і вищій школах, у тому числі дистанційної освіти.</p> <p>ПРН-6 Розуміти застосування дидактичних інструментів та технологій навчання з метою формування та контролю результатів навчання і виховання, моніторингу і оцінювання фізичного стану учнівської та студентської молоді, інших груп населення.</p> <p>ПРН-10 Вміти розробляти навчальну документацію та методичні посібники з дисциплін галузі фізичної культури відповідно до специфіки навчального закладу і контингенту.</p> <p>ПРН-16 Вміти формувати освітнє середовище і використовувати професійні знання і вміння в реалізації завдань інноваційної освітньої політики у фізичній культурі.</p> <p>ПРН-20 Розуміти важливість навчання упродовж життя і вдосконалення своєї набутої під час навчання кваліфікації</p>

3. Структура дисципліни

№	Тема	Результати навчання	Завдання
1	Державна політика та стан здоров'я дорослого населення України	знати: державну політику та стан здоров'я дорослого населення України. Законодавче і програмово-нормативне забезпечення процесу фізичного виховання дорослого населення. Стан здоров'я населення України. Чинники, що впливають на здоров'я дорослих людей. вміти: використовувати та керуватися законодавчим і програмово-нормативним забезпеченням процесу фізичного виховання осіб з різним фізичним станом.	1. Розкрити зміст основних понять теми. 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити проект на тему «Стан здоров'я населення західного регіону України»
2	Вікові особливості різних періодів життя дорослої людини.	знати: вікові особливості різних періодів життя дорослої людини. Мету, завдання фізичного виховання у зрілому періоді життя дорослої людини. Мету, завдання фізичного виховання в осіб похилого віку. Мету, завдання фізичного виховання у старшому віці життя. Мету, завдання фізичного виховання довгожителів. вміти: визначати правильні завдання для спортивно-оздоровчих занять осіб різного фізичного стану.	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання.
3	Основні засоби фізичного виховання дорослих та методика їх використання	знати: сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні. Специфіку проведення спортивно-оздоровчих форм занять в залежності від захворювань та професійної приналежності. вміти: правильно застосовувати методику використання оздоровчого бігу та ходьби, методика використання їзди на велосипеді та пересування на лижах, методику використання дихальної гімнастики.	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити комплекси вправ дихальної гімнастики в залежності від захворювань та професійної приналежності.
4	Особливості методики розвитку рухових якостей у дорослих	знати: особливості методики розвитку рухових якостей у дорослих. Розвиток рухових якостей в перший період зрілого віку. Розвиток рухових якостей в другий період зрілого віку. Розвиток рухових якостей в старшому віці. Розвиток рухових якостей в похилому віці.	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити комплекси вправ для розвитку

		вміти: вміти застосовувати комплексний підхід та пріоритетність розвитку рухових якостей у різні вікові періоди дорослих людей.	рухових якостей в осіб різного фізичного стану
5.	Спортивно-оздоровчі форми занять з особами різного фізичного стану.	знати: спортивно-оздоровчі форми занять з особами різного фізичного стану. Реалізація загально-педагогічних і специфічних принципів фізичного виховання в роботі з дорослим населенням. Загальна характеристика рекреативно-оздоровчих та профілактико-оздоровчих форм занять. вміти: розробляти та проводити різні спортивно-оздоровчі форми занять з особами різного фізичного стану.	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити конспект спортивно-оздоровчого заняття для осіб з низьким рівнем фізичного стану.
6.	Диференційоване фізичне виховання школярів	знати: зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. Особливості диференційованого фізичного виховання учнів з різним рівнем фізичного розвитку, з різним типом тіла будови та нервової системи. вміти: застосовувати правильні підходи до диференційованого фізичного виховання та критерії диференціації.	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити конспект уроку з фізичної культури для учнів з різним фізичним розвитком.
7.	Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям	знати: критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я. Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям. Особливості використання засобів фізичного виховання у роботі з ослабленими дітьми. вміти: застосовувати особливості методик занять в спеціальних медичних групах (з різними захворюваннями).	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити конспекти занять з фізичної культури для учнів спеціальних медичних групе
8.	Організація процесу фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в вищих навчальних закладах.	знати: засоби і методи, що використовуються у навчальних заняттях з дисципліни «Фізичне виховання» у спеціальному навчальному відділенні. Особливості методики і організації заняття з фізичного виховання у студентів спеціального навчального відділення. Загальні правила розвитку окремих	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Розробити конспекти занять з фізичної культури для студентів спеціального

		рухових якостей при відхиленнях в стані здоров'я. Періоди ФВ студентів СНВ. вміти: застосовувати особливості методики занять з фізичної культури студентів з різними захворюваннями.	навчального відділення.
9.	Лікарсько-педагогічний контроль у фізичному вихованні.	знати: мету і завдання різних видів контролю. Суб'єктивні і об'єктивні ознаки неадекватності фізичного навантаження. вміти: використовувати методи визначення фізичного стану людини	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання. 3. Визначити власний фізичний стан, використовуючи адекватні методи.
10.	Неспецифічні засоби фізичного виховання дорослого населення	знати: гігієнічні чинники у підвищенні ефективності вирішення завдань фізичного виховання. Рациональне харчування як чинник здорового способу життя. Загартування під час виконання фізичних вправ та методика спеціальних гартувальних процедур. вміти: застосовувати методики релаксації, аутотренінгу та масажу.	1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник) 2. Пройти тестові завдання.

4. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне (семінарське) заняття	35
Самостійна робота	5
Контрольна робота	10
Екзаменаційне тестування	50
Максимальна кількість балів	100

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Поточне тестування та самостійна робота												Сума
T1 РП	T2 РП	T3 РП	T4 РП	T5 РП	T6 РП	T7 РП	T8 РП	T9 РП	КР	СР	Екзамен	100
100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	
0,35									0,10	0,05	0,50	

T1, T2 ... T9 – теми семінарських занять.

СР – самостійна робота

Терм – знання термінології

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.
- По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,70, відповідно – максимальний бал за усі отримані заняття у підсумку може скласти 70 балів.
- Оцінювання за підсумкове тестування відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,25.
- Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 70 балів), самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 5 балів) і оцінки, отриманої за підсумкове тестування (максимальний бал – 25 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.
- При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, написання рефератів, опрацювання завдань, підготовка конспектів навчальних текстів, тощо.
- Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).
- Допуск до заліку становить мінімум 50 балів, максимум 100 балів;

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.
- *70-89 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні

завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

- *50-69 балів* – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні вміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.
- *Менше 50 балів* – У студента не сформовані комунікативні вміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми).
Література	
Основна	
<ol style="list-style-type: none">1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. Суми: ВТД „Університетська книга”, 2004. 428 с.2. Випасняк І. П. Корекційно-профілактичні технології у процесі фізичного виховання студентів із функціональними порушеннями опорно-рухового апарату [Текст]: монографія. Івано-Франківськ: Видавець Кушнір Г. М., 2018. 347 с.3. Теорія і методика фізичного виховання / Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т.1 . 391 с.4. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т. 2. 366 с.5. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей: навч. посібник для вузів з фізичної культури. Львів: “Штабор”, 1997. 136 с.6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272 с.7. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2002. 248 с.8. Презлята Г. В. Заняття фізкультурою та здоров'я / Г. В. Презлята, А. Я. Шпильчак. К.: Шкільний світ, 2006.9. Презлята Г.В. Здоровий спосіб життя: ідеї, пошук, досвід. Монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2013. 484с.10. Луцький В.Я. Спортивні споруди та обладнання: Навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2011. 203с.11. Мицкан В.М. Спортивний туризм, спеціальне та групове спорядження: Навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ: “Плай”, 2011. 120с.12. Теоретико-методичні основи фізичної культури / Випасняк І. П., Гевкалюк Н. О., Завійський Ю. М., Калуський З. В., Лібрик О. М., Луцький Я. В., Мицкан Б. М., Мокров О. М., Мочернюк В. Б., Попель С. Л., Презлята Г. В., Султанова І. Д., Тягур Р. С. / за редакцією проф. Мицкана Б. М.. Івано-Франківськ.: Плай, 2012. 354 с.13. Ковальова О., Сафаргаліна-Корнілова Н. Використання інтерактивних методів навчання [Електронний ресурс]. 2016. Режим доступу до ресурсу: http://www.refs.in.ua/m-kochubej-o-avikoristannya-interaktivnih-metodiv-navchannya.html	
Додаткова	
<ol style="list-style-type: none">1. Шиян Б.М., Вацеба О.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті: навч. Посібник. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272. с.2. Мицкан Б.М., Руханкова абетка: навч.-метю посібник/ Б.М. Мицкан, Г.В. Презлята – Воробей. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2005. 64 с.	

3. Курс лекцій з фізіологічних основ фізичного виховання і спорту/Під ред. Б.М. Мицкана. Івано – Франківськ: Видавець Кушнір, 2014. 215 с.
4. Функціональна анатомія: підручник/Під ред. Б.М. Мицкана, Я.І. Федонюка. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2005. 525 с.
5. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка. К., 1997. 240 с.
6. Султанова І.Д. Гігієна. Навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту.Івано-Франківськ, 2011. 160с.
7. Презлята Г. В. Народні рухливі ігри та забави. Івано-Франківськ, ППОО, 2007. 205 с.
8. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави. Луцьк, 1994. 96с.
9. Закон України «Про освіту» в редакції від 06.10.2016 р./ <http://mon.gov.ua/activity/education/reforma-osviti/materiali-do-zakonu-ukrayini-pro-osvitu.html>.
10. Закон України «Про вищу освіту» в редакції від 19 січня 2010 р. / http://www.osvita.org.ua/pravo/law_05/.
11. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» в редакції від 19 травня 2015 р. / http://www.yurfact.com.ua/zminy-do-zakonodavstva-2015/zminy_vid_19-05-2015_do_zu_pro_fizychnu_kulturu_i_sport.

7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра теорії та методики фізичної культури і спорту м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 407 тел. +38(0342) 59-60-19 https://ktmfks.pnu.edu.ua/ e-mail: ktmfks@pnu.edu.ua
Викладач	Ковальчук Лідія Валеріївна, Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Контактна інформація викладача	0993761646 lidija.kovalchuk@pnu.edu.ua

Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”. ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”. ➤ Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”.
--------------------------	--

	<p>Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</p>
Пропуски занять (відпрацювання)	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується у відповідності до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019)» (див. стор. 4.).</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) » – стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Невідповідна поведінка під час заняття	<p>Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» – ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Додаткові бали	<p>Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу.</p> <p>Також за рішенням кафедри професійної освіти та інноваційних технологій студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3. ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Неформальна освіта	<p>Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №819 від 29.11.2019) –</p> <p>https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>