



Назва навчальної дисципліни
 Кількість кредитів
 Шифр навчальної дисципліни
 Прізвище, ім'я, по батькові викладача
 Науковий ступінь
 Вчене звання
 Посада викладача

Контактний телефон викладача
 Профайл викладача
 E-mail викладача
 Розклад консультацій
 Час проведення
 Місце проведення

Нетрадиційні методи оздоровлення у фізичній культурі
 4 кредити ЄКТС/120 год.
 вибірковий освітній компонент

Довгань Олена Михайлівна
 кандидат біологічних наук
 професор
 Професор кафедри теоретико-біологічних основ фізичного виховання
 +380684175682

odovgan05@gmail.com

Очні консультації
 14.40 – 17.00
 59 ауд.

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Дисципліна “ Нетрадиційні методи оздоровлення у фізичній культурі ”(курс за вибором) спрямована на вивчення основних нетрадиційних форм зміцнення здоров'я і фізичного удосконалення

НАВЧАЛЬНИЙ КОНТЕНТ

Теми лекцій	Теми практичних занять	Методи контролю	К-ть балів
Змістовний модуль 1.			
Загальна характеристика нетрадиційних методів оздоровлення дітей дошкільного і шкільного віку	Західні нетрадиційні системи фізичних вправ. Основи класичного і спортивного масажу, самомасажу	Усне та письмове опитування, тестовий контроль	25
Західні нетрадиційні системи фізичних вправ.			
Основи класичного і спортивного масажу, самомасажу			
Змістовний модуль 2.			
Основи загартування	Дихальна гімнастика Нетрадиційні методи оздоровлення дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: фітотерапія, аромотерапія, хромотерапія, арт-терапія, казкотерапія, психогімнастика, ігри-медитації, корегуючі доріжки	Усне та письмове опитування, тестовий контроль	25
Дихальна гімнастика			
Нетрадиційні методи оздоровлення дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: фітотерапія, аромотерапія, хромотерапія, арт-терапія, казкотерапія, психогімнастика, ігри-медитації, корегуючі доріжки			
Індивідуальне навчально-дослідне завдання			30
Підсумковий тест			20
Всього			100

ПІДСИЛЕННЯ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

- Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня.
- Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності, розробка та презентація освітніх проектів, мотивування людей до досягнення спільної мети.
- Здатність здійснювати організаційно-управлінську діяльність в галузі освіти (фізична культура) та суміжних областях.

- Здатність здійснювати профілактично-просвітницьку роботу щодо безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, формування культури здорового та безпечного життя, збереження особистого фізичного та психічного здоров'я, надавати домедичну допомогу учасникам освітнього процесу.
- Здатність до здійснення організаційно-управлінських функцій (планування, організації, мотивації та контролю) щодо фізкультурно-оздоровчих, спортивно-масових заходів та оздоровчо-тренувального процесу.
- Здатність впроваджувати інноваційні методи, технології та форми у фізкультурно-оздоровчій та спортивно-масовій діяльності.
- Вміти планувати, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчу та спортивно-масову роботу в закладах загальної середньої освіти.
- Вміти використовувати інноваційні освітні технології та технології рухової активності відповідно мотивів і інтересів та національних традицій дітей та молоді.

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

- **Політика щодо деделайнів та перескладання:** Перескладання тем / модулів відбувається під час проведення консультацій керівника курсу.
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час тестового контролю заборонене (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час підготовки практичних завдань в процесі заняття.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Рекомендована література

1. Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Навчальний посібник. Київ: «Видавничий дім «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. 336 с.
2. Аносов А.П., Хоматов В.Х., Сидоряк Н.Г., та ін. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни./ Підручник. Мелітополь: ТОВ «Видавничий будинок ММД», 2008. 433 с.
3. Довгань О.М., Давибіда Н.О., Левандовська Л.Ю. Основи класичного масажу для дорослих і дітей. Тернопіль : навчальна книга Богдан. 2024, 184 с.
4. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2011. 224 с.
5. Мухін В. М. Фізична реабілітація / Мухін В. М. - Видання третє, перероблене та доповнене. Київ: Олімпійська література, 2009. 488 с.
6. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів : [монографія] / Наталія Василівна Москаленко. Дніпропетровськ : Інновація, 2007. 252 с.
7. Пашко К.О., Довгань О.М., Банах В.І., Давибіда Н.О. Гігієна фізичного виховання і спорту: Навчально-методичний посібник. Підручники-посібники, Кременець. 2016. 340 с.
8. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. Медична і соціальна реабілітація. Підручник. Спортивна медицина і фізична реабілітація: навчальний посібник (ВНЗ IV р. а.) Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина». 2008, 248 с.

9. Федонюк Я.І., Мицкан Б.І., Попель С.Л. та ін. Функціональна анатомія: підручник для студентів навчальних закладів з фізичного виховання і спорту III-IV рівнів акредитації /за ред. Федонюка Я.І., Мицкана Б.М. Тернопіль : навчальна книга Богдан. 2008. 552 с.
10. Шепеленко Т. В., Буц А. М. Нетрадиційні системи зміцнення здоров'я і фізичного удосконалення : конспект лекцій з дисципліни "Фізичне виховання". Харків : УкрДАЗТ, 2008. 25 с.
<http://lib.kart.edu.ua/handle/123456789/5667>.
11. Шукатка О. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2020. № 70. Т. 4. URL : http://www.pedagogjournal.kpu.zp.ua/archive/2020/70/part_4/43.