

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 11 «ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИКА ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ»
Рівень ВО	бакалаврський
Назва спеціальності/ освітньо-професійної програми	014 «Середня освіта (Фізична культура)»/ «Середня освіта. Фізична культура»
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	Денна / Заочна: 4-й курс, 8-й семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	Денна: 5 кредитів, 150 год. (лекції – 30 год., практичні – 30 год.) Заочна: 5 кредитів, 150 год. (лекції – 10 год., практичні – 10 год.)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Теорії фізичного виховання та рекреації
Автор дисципліни	Доцент Томащук Олена Григорівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з анатомії та фізіології людини, психології фізичної активності, теорії і методики фізичного виховання
Що буде вивчатися	Зміст навчального курсу, основні терміни і поняття; правова база оздоровчої фізичної культури; вибір фізичних вправ для оздоровчого тренування; фізичний стан як основа програмування оздоровчого тренування; методика використання різних засобів у фізкультурно-оздоровчих заняттях; особливості організації та методики проведення занять з особами різного віку та статі; рух «Спорт для всіх» в світі та Україні
Чому це цікаво / треба вивчати	Вивчення дисципліни спрямоване на комплексне формування професійних знань, вмінь і навичок щодо програмування оздоровчих занять з дітьми раннього і дошкільного віку, учнями загальноосвітньої школи, студентами вищих навчальних закладів, з контингентом зрілого, похилого і літнього віку; формування стійкої мотивації до

	здорового способу життя, покращення й збереження рівня здоров'я та підтримання працездатності під час професійної діяльності
Чому можна навчитися (Результати навчання)	Знатимуть основні поняття і терміни оздоровчої фізичної культури; підсистему державних та недержавних організацій, в компетенції яких знаходиться фізкультурно-оздоровча діяльність; організаційні й методичні основи оздоровчої фізичної культури з різними категоріями населення; методику проведення контролю за оздоровчим впливом фізичних вправ на організм; систему організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в освітніх закладах України; специфіку проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів
Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)	Вмітимуть застосовувати засоби фізичного виховання для збереження і зміцнення здоров'я різних груп населення; складати оздоровчі програми, використовуючи сучасні технології та передовий досвід; володіти методикою оздоровчої діяльності, принципами проведення оздоровчих занять; визначати раціональні обсяги рухової активності, дозувати навантаження, використовувати рухові тести та діагностичні системи, контролювати стан організму під час оздоровчого тренування; програмувати фізкультурно-оздоровчі заняття з використанням різних видів фізичних вправ; проводити фізкультурно-оздоровчі заходи змагальної спрямованості для різних груп населення.
Інформаційне забезпечення	Силабус, презентаційні матеріали
Web-посилання на (опис дисципліни)силабус навчальної дисципліни на вебсайті факультету	

Здійснити вибір - [«ПС-Журнал успішності-Web»](#)