

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 11.1 <b>«ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИКА ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ»</b>
Рівень ВО	Перший (бакалаврський) рівень
Назва спеціальності/ освітньо-професійної програми	014 Середня освіта (Фізична культура)/ Середня освіта. Фізична культура
Форма навчання	Денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	4-й курс, 8-й семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	Денна: 5 кредитів, 150 год. (лекції – 10 год., практичні – 20 год.) Заочна: 5 кредитів, 150 год. (лекції – 4 год., практичні – 6 год.)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Теорії фізичного виховання та рекреації
Автор дисципліни	Доцент <b>Томащук Олена Григорівна</b>
<b>Короткий опис</b>	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з анатомії та фізіології людини, психології фізичної активності, теорії і методики фізичного виховання.
Що буде вивчатися	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 ОК спрямоване на комплексне формування професійних знань, вмінь і навичок щодо програмування оздоровчих занять з дітьми раннього і дошкільного віку, учнями загальноосвітньої школи, студентами, 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 для різних груп населення.