



**Силабус**  
навчальної дисципліни  
**“Інноваційні технології фізичного виховання студентів”**  
**“Innovative technologies of physical education of students”**  
2023-2024 навчальний рік

Освітня програма **“Фізична культура і спорт”**

Спеціальність **017 Фізична культура і спорт**

Галузь знань **01 Освіта/Педагогіка**

Рівень вищої освіти **другий (магістерський)**

<b>Викладач (і)</b>	Наталя САМСУТІНА, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
<b>Посилання на сайт</b>	<a href="https://edu.bdpu.org">https://edu.bdpu.org</a>
<b>Корпоративна освітня платформа ЗВО</b>	офіційний сайт БДПУ ( <a href="http://bdpu.org/">http://bdpu.org/</a> ). Вкладка: «Студенту» – електронна навчальна підтримка Moodle

**Обсяг курсу на поточний навчальний рік:**

Форма навчання	Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
денна	5/150	16	14	120	залік
заочна	5/150	6	6	138	залік

**Семестр:** осінній

**Мова навчання:** українська

**Ключові слова:** інноваційні технології, студенти, фізичне виховання, заклади вищої освіти.

**Мета та предмет курсу:** озброєння здобувачів вищої освіти знаннями про інноваційні технології фізичного виховання та організаційно-методичні особливості їх використання у процесі фізичного виховання студентської молоді.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є теорія та методика використання інноваційних технологій фізичного виховання студентів.

### **Компетентності та програмні результати навчання:**

У результаті вивчення навчальної дисципліни **“Інноваційні технології фізичного виховання студентів”** студенти мають знати:

- основні поняття інноваційних технологій фізичного виховання.
- сучасні інноваційні технології у фізичному вихованні студентів;
- засоби реалізації інноваційних технологій фізичного виховання студентів;
- базові компоненти фізкультурно-оздоровчої технології;
- структуру і зміст фітнес-програм;
- сучасні види рекреаційно-оздоровчої рухової активності.

Студенти мають вміти:

- творчо використовувати отримані знання при вирішенні освітніх, науково-методичних завдань із застосуванням інноваційних технологій фізичного виховання студентів;
- аналізувати, узагальнювати та застосовувати інноваційні й інтерактивні методи, нестандартне та мультимедійне обладнання під час проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів;
- здійснювати науково-дослідну та методичну роботу, орієнтуватись у спеціальній науково-педагогічній літературі.

### **Зміст курсу:**

**Змістовий модуль 1. Введення до навчальної дисципліни “Інноваційні технології фізичного виховання студентів”.**

Тема №1. Глосарій термінів та визначень теорії та методики фізичного виховання.

Тема №2. Дисципліна «Фізичне виховання» у закладі вищої освіти.

**Змістовий модуль 2. Організаційні особливості, методичне та нормативно-правове забезпечення фізичного виховання у закладі вищої освіти.**

Тема №3. Особливості секційно-урочної та традиційної форм освітнього процесу з фізичного виховання студентів.

Тема №4. Нормативно-правове забезпечення фізичного виховання у закладі вищої освіти.

**Змістовий модуль 3. Технології рухової активності студентів та фізіологічні механізми їх забезпечення.**

Тема № 5. Характеристика технологій рухової активності студентів та форми їх реалізації.

Тема № 6. Фізіологічні механізми адаптації.

**Змістовий модуль 4. Фітнес-програми аеробної спрямованості у фізичному вихованні студентів.**

Тема № 7. Фітнес-програми аеробної спрямованості.

Тема № 8. Фітнес-програми аеробної спрямованості з використанням технічних пристроїв.

**Змістовий модуль 5. Фітнес-програми у фізичному вихованні студентів,**

## **засновані на оздоровчих видах гімнастики.**

Тема № 9. Фітнес-програми аеробної і силової витривалості I категорії для корекції фігури, розвитку координаційних здатностей та гнучкості.

Тема №10. Фітнес-програми II-III категорій для розвитку силової витривалості, корекції фігури та координаційних здібностей.

## **Змістовий модуль 6. Фітнес-програми силової спрямованості у фізичному вихованні студентів.**

Тема № 11. Бодібілдинг та калланетика.

Тема № 12. Шейпінг та пілатес.

## **Змістовий модуль 7. Інноваційні ігрові технології у фізичному вихованні студентів.**

Тема № 13. Інноваційні технології на основі рекреаційних ігор.

Тема № 14. Інноваційні технології на основі спортивних ігор.

## **Змістовий модуль 8. Інноваційні технології у фізичному вихованні студентів на воді.**

Тема №15. Аквааеробіка.

Тема № 16. Оздоровче плавання.

## **Змістовий модуль 9. Інноваційні технології у теоретичній підготовці студентів з фізичного виховання.**

Тема № 17. Інтерактивні методи навчання в системі теоретичної підготовки студентів з навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

Тема № 18. Інноваційних технології в системі позанавчальних занять з фізичного виховання для студентів різних груп спеціальностей.

## **Змістовий модуль 10. Самостійні заняття з фізичного виховання з використанням інноваційних технологій.**

Тема № 19. Планування та методика проведення самостійних занять з фізичного виховання з використанням інноваційних технологій.

Тема № 20. Самоконтроль під час проведення самостійних занять.

## **Методи навчання:**

1. Словесні: пояснення, розповідь, лекція, бесіда (вступна, бесіда-повідомлення, бесіда-повторення, репродуктивна).

2. Наочні: ілюстрування, демонстрування, самостійне спостереження.

3. Практичні: вправи, практичні роботи.

4. За основними дидактичними завданнями, які необхідно вирішувати на конкретному етапі навчання: методи оволодіння знаннями, формування умінь і навичок, застосування отриманих знань, умінь і навичок.

5. За характером пізнавальної діяльності: пояснювально-ілюстративні, репродуктивні, проблемного викладу, частково-пошукові.

6. Методи стимулювання навчальної діяльності:

6.1. метод навчальної дискусії – суперечка, обговорення будь-якого питання навчального матеріалу;

6.2. метод створення ситуації новизни навчального матеріалу;

6.3. метод опори на життєвий досвід здобувачів.

7. Методи контролю і самоконтролю у навчанні:
  - 7.1. метод усного контролю: основне запитання, додаткові, допоміжні; запитання у вигляді проблеми; індивідуальне, фронтальне опитування і комбіноване;
  - 7.2. метод письмового контролю;
  - 7.3. метод тестового контролю;
8. Сторітеллінг.
9. Скрайбінг.

### **Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):**

Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний). Списування під час контрольних робіт заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час онлайн тестування та підготовки практичних завдань під час заняття. Відвідування занять є обов'язковим. Спілкування між викладачем і здобувачами вищої освіти відбувається в ZOOM, а також у системі електронного забезпечення навчання MOODLE та в рамках контролю самостійної роботи.

### **Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:**

Система електронного забезпечення навчання – MOODLE, в якій розміщуються навчальні матеріали дисципліни.

### **Система оцінювання та вимоги:**

Поточне тестування та самостійна робота								
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль № 2		Змістовий модуль № 3		Змістовий модуль № 4		
T1	T2	T3	T 4	T5	T6	T7	T8	
5	5	5	5	5	5	5	5	
Поточне тестування та самостійна робота								
Змістовий модуль №5		Змістовий модуль № 6		Змістовий модуль № 7		Змістовий модуль № 8		Сума
T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	<b>100</b>
5	5	5	5	5	5	5	5	
Змістовий модуль № 9		Змістовий модуль № 10						
T17	T18	T19	T20					
5	5	5	5					

T1, T2 ... T12 – теми змістових модулів.

### **Критерії оцінювання:**

«А», 90 - 100 балів – здобувач вищої освіти виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті компетентності для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили;

«В», 78 - 89 балів - здобувач вищої освіти вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна;

«С», 65 - 77 балів – здобувач вищої освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок;

«D», 58 - 64 бали – здобувач вищої освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих;

«E», 50 - 57 бали – здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні (обсяг набутих компетентностей здобувача відповідає мінімальним критеріям);

«FX», 35 - 49 балів – здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу (до 20 %);

«F», 1 - 34 бали – здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів і потребує повторного вивчення курсу навчальної дисципліни.

### **Список рекомендованих джерел:**

#### **Основні:**

1. Кошелева О.О., Скрипченко І.Т. Інноваційні технології в системі фізичного виховання студентів ЗВО: методичні рекомендації. Дніпро: Журфонд, 2021. 46с.
2. Інноваційні технології фізичного виховання студентів / за заг. ред. Вихляєва Ю. М.; – КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського. 2018. – 543 с.
3. Красов О.П., Кусай М.В. Інноваційні технології в фізичному вихованні школярів. Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і туризму: колективна монографія / за заг. ред. Н.Є. Панегелової. Переяслав (Київ. обл.) : Домбровська Я.М., 2020. С. 138-147.
4. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти засобами позааудиторної спортивно-масової роботи : [монографія] / Н.Ю. Довгань. Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. 328 с. URL: <https://cutt.ly/kRA2qJD>.

#### **Додаткові:**

1. Ковтун А., Степанова І., Решетілова В., Amr Saber Hamza. Вплив секційних занять на психоемоційний стан студентів з інвалідністю. Спортивний вісник Придніпров'я. 2020. № 1. С.248-255.

2. Кошелева О., Татарченко Л., Рузанов В. Особливості теоретичної підготовки студентів різних груп спеціальностей в системі фізичного виховання. Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. № 4. С.129-140.
3. Круцевич Т., Малахова Ж. Проблеми реформувань у системі фізичного виховання закладів вищої освіти. Спортивний вісник Придніпров'я . 2020. № 1. С. 268-277.
4. Наумчук В.І. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії та методики фізичного виховання і спорту / Володимир Іванович Наумчук . – Тернопіль: Видавництво Астон, 2013. – 96 с.
5. Положення про порядок здійснення інноваційної освітньої діяльності Наказ МОН України 07.11.2000 № 522 (у редакції наказу МОН України 11.07.2017 № 994) URL: <https://cutt.ly/YRcTfHi>
6. Скрипченко І.Т. Застосування інноваційних технологій у теоретичній підготовці майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до професійної діяльності у сфері дитячо-юнацького туризму. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). К.: Вид-во НПУ ім.. М.П.Драгоманова, 2019. Вип.3 К (100) 19. С. 523-527.
7. Скрипченко І.Т. Інновації в практичній складовій підготовки майбутніх фахівців до професійної діяльності у дитячо-юнацькому туризмі: практичний досвід. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць. К.: Вид-во НПУ ім.. М.П.Драгоманова, 2020. Вип. 3К (123) 20. С. 399-405.
8. Скрипченко І.Т., Шуба Л.В. Інноваційний підхід в організації самостійної роботи майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту при опануванні навчальних дисциплін туристської спрямованості. Науковий вісник ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2018. Том 2. № 1 (42). С. 368-372.
9. Функціональні резерви організму, як показник ефективності регуляторних процесів, що забезпечують адаптацію організму до дії факторів навколишнього середовища. ( Маракушин Д.І., Чернобай Л.В., Ісаєва І.М., Кармазіна І.С., Іащук М.А., Алексеєнко Р.В., Булініна О.Д. , Зеленська Г.М. ) Український журнал медицини, біології та спорту. 2020. Том 5, № 1 (23) С. 21- 28. DOI: 10.26693/jmbs05.01.021
10. Шепеленко Т.В., Буц А.М., Бодренкова І.О. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя: Навч. посібник. Харків: Укр.ДУЗТ, 2018. 2018. 125 с.

### **Інтернет-ресурси:**

1. Навчально-методичний комплекс знаходиться в електронному вигляді на платформі MOODLE кафедри теорії і методики фізичного виховання Бердянського державного педагогічного університету:
2. Міністерство освіти і науки України <http://www.mon.gov.ua/index.php/ua/>