

Дисципліна: Фізкультурно-оздоровчі технології

Кількість годин (кредитів ЕКТС): 150 (5)

Мета: надання студентам знань, умінь і навичок щодо застосування фізичних вправ, спеціальних технологій та методик в оздоровчій і реабілітаційній практиці.

Завдання навчальної дисципліни:

- проведення практичних занять з використанням фізичних вправ, масажу, фізіотерапевтичних процедур з метою відновлення функцій опорно-рухового апарату.
- аналіз ефективності застосування різних видів фізичної активності в процесі лікування та реабілітації.
- вивчення теоретичних аспектів фізіології рухової активності та її впливу на організм людини.
- розробка індивідуальних тренувальних програм для різних груп населення з метою підтримання та зміцнення здоров'я.
- проведення наукових досліджень з вивчення впливу фізичних вправ на психоемоційний стан людини та її загальний рівень життєвого комфорту.
- вивчення та практичне застосування основ медичної реабілітації через фізичну активність.
- організація та проведення спортивних заходів з метою популяризації здорового способу життя та фізичної культури.
- проведення аналізу впливу екологічних та соціальних чинників на рівень фізичної активності населення та розробка заходів щодо їхнього врахування у роботі фізіотерапевта.

Попередні умови для вивчення даної дисципліни:

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Фізкультурно-оздоровчі технології» є опанування таких навчальних дисциплін як: «Теорія та методика адаптивної фізичної культури», «Анатомія людини», «Реабілітаційна психологія» та ін.

Навчальні цілі дисципліни полягають у формуванні у студентів:

інтегральної компетентності: здатність здійснювати професійну діяльність фізичного терапевта, розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної терапії.

загальних компетентностей:

- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу
- здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
- здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
- здатність виявляти та вирішувати проблеми.
- здатність приймати обґрунтовані рішення.
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
- здатність працювати автономно.
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

фахових компетентностей:

- здатність розуміти клінічний та реабілітаційний діагноз пацієнта/ клієнта, перебіг захворювання і тактику лікування.
- здатність проводити фізичну терапію осіб різних вікових, нозологічних та професійних груп при складних прогресуючих та мультисистемних порушеннях.
- здатність планувати та контролювати тривалість та інтенсивність терапевтичних заходів для забезпечення їх відповідності стану здоров'я, функціональним можливостям пацієнта/клієнта та цілям фізичної терапії.

- здатність провадити наукову діяльність у сфері фізичної терапії.
- здатність здійснювати викладацьку діяльність (зокрема, як керівник/методист/супервізор клінічних практик).
- здатність провадити підприємницьку діяльність у фізичній терапії.

Результати навчання за навчальною дисципліною:

знати:

- методика навчання рухових дій, що використовуються в різних видах фізкультурно-оздоровчих технологій;
- техніку фізичних вправ, що становлять основу вивчених видів фізкультурно-оздоровчих технологій;
- методика розвитку і вдосконалення фізичних здібностей при використанні тих чи інших видів фізкультурно-оздоровчих технологій з метою корекції і компенсації наявних функціональних порушень, профілактики конкретних захворювань;
- показання та протипоказання для використання тих чи інших фізичних вправ з особами різних вікових і нозологічних груп;
- особливості організації та побудови занять при виборі конкретної фізкультурно-оздоровчої технології у різних видах адаптивної фізичної культури та фізичної реабілітації;
- особливості медичного та педагогічного контролю і самоконтролю на заняттях;
- способи надання допомоги і страховки, заходи забезпечення безпеки, профілактики травматизму, вміння створити психологічний комфорт на заняттях;
- спортивні снаряди, інвентар, технічні засоби та тренажери, які використовуються в різних фізкультурно-оздоровчих технологіях.

вміти:

- сформулювати завдання, підбирати засоби, методи, методичні прийоми навчання рухових дій, форми організації занять і розвивати фізичні здібності тих, що займаються;
- проводити заняття з використанням вивчених фізкультурно-оздоровчих технологій;
- регулювати фізичне і психоемоційне навантаження у процесі занять;
- проводити педагогічні спостереження, тестування, аналізувати діяльність тих, що займаються, і свою власну, вносити необхідні корективи в роботу.

Зміст дисципліни (тематика):

Змістовий модуль 1. Фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні

Тема 1. Фізкультурно–оздоровчі технології.

Тема 2. Суть та класифікація інноваційних педагогічних технологій.

Тема 3. Здоров'язберігаючі технології фізичного виховання.

Тема 4. Народні технології фізичного виховання.

Змістовий модуль 2. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичній реабілітації.

Тема 5. Спортивно-оздоровчі технології у фізичному вихованні.

Тема 6. Види фітнес-програм.

Тема 7. Організація та методика комплексного оцінювання рівня соматичного здоров'я студентів.

Тема 8. Методи оцінки стану здоров'я і рухової підготовленості.

Види робіт: лекції, практичні заняття, модульні контрольні роботи, індивідуальні роботи студентів з викладачем, самостійна робота студентів, консультації, підготовка до заліку.

Форма підсумкового контролю: залік.