

Київський національний університет
будівництва і архітектури
Кафедра **Фізичного виховання і спорту**

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017	Фізична культура і спорт, ОПП «Фізичне виховання і спорт»	ВК

«Затверджую»

Завідувач кафедри



/ Олександр ШАМИЧ /

Розробник силябуса



/ Валентина АНДРІЯНОВА /



СИЛАБУС

ІННОВАЦІЙНІ ЗАСОБИ У ФВіС

(назва, шифр освітньої компоненти (дисципліни))

1) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) вибіркова					
2) Контактні дані викладача: (зазначається посада, вчений ступінь, ПІБ викладача, корпоративна адреса електронної пошти, телефон, посилання на сторінку викладача на сайті КНУБА) Старший викладач кафедри ФВіС В.А. Андріянова, https://org2.knuba.edu.ua/user/profile.php?id=2766 andriianova.va@knuba.edu.ua, м/т: (063)209-55-88					
3) Пререквізити (дисципліни-попередники, які необхідно вивчити, щоб слухати цей курс): «Теорія та методика фізичного виховання», «Спортивні ігри з методикою навчання», «Управління в сфері фізичної культури», «Педагогіка», «Психологія».					
Предметом дисципліни є ознайомлення студентів з інноваційними формами, методами та засобами фізичного виховання, з метою виявлення певного набору технологічних елементів в рамках загальної структури інноваційної освітньої технології, впровадження якої в навчально-виховний процес дасть позитивний результат при спільній роботі педагогів (викладачів, тренерів тощо) та учнів (студентів, вихованців тощо).					
Мета навчальної дисципліни – оволодіння теоретичними знаннями, щодо особливостей застосування інноваційних засобів у фізичній культурі; особливостями їх застосування у фізичній підготовці різних груп населення; здобуття практичних умінь та навичок щодо застосування сучасних інноваційних технологій у фізичній культурі і спорті з метою підвищення ефективності процесу фізичного вдосконалення у дошкільних та навчальних закладах.					
Завдання дисципліни: · визначити інноваційні підходи щодо вдосконалення фізкультурно-оздоровчих програм; · надання студентам базових знань про нові підходи до формування теоретичних знань з фізичної культури; · надання студентам базових знань про інноваційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи; · пошук шляхів підвищення ефективності оздоровчо-фізкультурних заходів.					
5) Структура курсу:					
Лекції, год.	Практичні заняття, год.	Лабораторні заняття, год.	Курсовий проект/ курсова робота РГР/Контрольна робота	Самостійні робота здобувача, год.	Форма підсумкового контролю
16 10	14 10		Контрольна робота	60 70	Залік Залік
Загальна кількість кредитів ECTS			3		
Сума годин:			90		

Вид індивідуального завдання	Контрольна робота
Форма контролю	Залік

6) Зміст курсу: Денна форма навчання

Змістовий модуль 1. Фітнес програми

Лекція 1. Вступна лекція. Вихідні поняття інноваційних засобів фізичного виховання.

Лекція 2. Фітнес-програми аеробної та силової спрямованості.

Лекція 3. Програми ментального фітнесу.

Лекція 4. Комплексні фітнес-програми.

Практичне заняття 1. Тема для обговорення: Інноватика і терміни, пов'язані з поняттям інновація. Інноваційні технології: освітня, педагогічна. Інноваційна програма, її структура і принципи. Інноваційний процес.

Практичне завдання: Знати і вміти представити «Структурну модель інноваційної програми фізкультурно-оздоровчої роботи».

Практичне заняття 2. Тема для обговорення: Поняття фітнесу і його задачі. Фітнес-програми, їх типи і структура. Фітнес-програми аеробного спрямування. Фітнес-програми силового спрямування.

Практичне завдання: Дати визначення поняттю фітнес-програма. Сформулювати основні чинники, що визначають створення нових фітнес-програм.

Практичне заняття 3. Тема для обговорення: М'який фітнес. Напрямки ментального фітнесу.

Практичне завдання: Надати характеристики різновидам ментального фітнесу (розібрати в групі по одному з напрямів).

Практичне заняття 4. Тема для обговорення: Класифікація фітнес-програм за категоріями. Фітнес-програми для розвитку аеробної витривалості. Фітнес-програми для розвитку силової витривалості та корекції фігури. Фітнес-програми для розвитку координаційних здібностей, музично-ритмічних навичок, гнучкості та досягнення релаксації (розслаблення). Основні чинники фітнес-програм, що сприяють їх ефективній реалізації в сучасних умовах.

Практичне завдання: Знати що визначає категорійність фітнес-програм. Вміти сформулювати фітнес-цілі. Пояснити різницю між поняттями: програма і челенж і обґрунтувати їх застосування.

Змістовий модуль 2. Теоретико-методичні основи застосування інших рухових активностей

Лекція 5. Рекреаційно-оздоровчі технології.

Лекція 6. Зимові види рекреації.

Лекція 7. Акварекреація.

Лекція 8. Спортивна анімація.

Практичне заняття 5. Тема для обговорення: Поняття рекреації, її видів, рекреаційно-оздоровчої технології. Історія формування і теорії походження рекреації. Історія розвитку рекреаційної діяльності за кордоном. Рекреація як соціально-культурне явище. Чинники розвитку рекреаційно-оздоровчих технологій. Види рекреаційно-оздоровчої спрямованості.

Практичне завдання: Рекреація і відпочинок – розкрити ці поняття. Надати характеристики рекреаційно-оздоровчих технологій. Навести приклади елітарних і демократичних видів фізичної рекреації.

Практичне заняття 6. Тема для обговорення: Зимові розваги і зимовий фітнес. Активності зимового відпочинку. Нетрадиційні зимові види спорту і розваг. Акварекреація, її сутність. Спортивна анімація. Організація рекреативної фізичної культури в містах відпочинку і за місцем проживання населення.

Практичне завдання: Сформулювати правила зимового фітнесу. Назвати нетрадиційні зимові види спорту, що використовуються як засоби рекреації. Дати характеристику рекреаційно-оздоровчій руховій активності на основі засобів водних видів спорту та водного туризму. Дати визначення понять «інструктор фізкультури» та «спортивний аніматор». Сформулювати особливості організації рекреаційної фізичної культури за місцем проживання населення

Практичне заняття 7. Тема для обговорення: Підбиття підсумків. Залік.

Заочна форма навчання:

Змістовий модуль 1. Фітнес програми.

Лекція 1. Вступна лекція. Вихідні поняття інноваційних засобів фізичного виховання.

Лекція 2. Фітнес-програми аеробної та силової спрямованості.

Лекція 3. Комплексні фітнес-програми та програми ментального фітнесу .

Практичне заняття 1. Тема для обговорення: Інноватика і терміни, пов'язані з поняттям інновація. Інноваційні технології: освітня, педагогічна. Інноваційна програма, її структура і принципи. Інноваційний процес. Поняття фітнесу і його задачі. Фітнес-програми, їх типи і структура. Фітнес-програми аеробного спрямування. Фітнес-програми силового спрямування.

Практичне завдання: Знати і вміти представити «Структурну модель інноваційної програми фізкультурно-оздоровчої роботи». Дати визначення поняттю фітнес-програма. Сформулювати основні чинники, що визначають створення нових фітнес-програм.

Практичне заняття 2. Тема для обговорення: Класифікація фітнес-програм за

категоріями. Фітнес-програми для розвитку аеробної витривалості. Фітнес-програми для розвитку силової витривалості та корекції фігури. Фітнес-програми для розвитку координаційних здібностей, музично-ритмічних навичок, гнучкості та досягнення релаксації (розслаблення). Основні чинники фітнес-програм, що сприяють їх ефективній реалізації в сучасних умовах. М'який фітнес. Напрямки ментального фітнесу.

Практичне завдання: Знати що визначає категорійність фітнес-програм. Вміти сформулювати фітнес-цілі. Пояснити різницю між поняттями: програма і челенж і обґрунтувати їх застосування. Надати характеристики різновидам ментального фітнесу (розібрати в групі по одному з напрямів).

Змістовий модуль 2. Теоретико-методичні основи застосування інших рухових активностей.

Лекція 4. Рекреаційно-оздоровчі технології.

Лекція 5. Спортивна анімація.

Практичне заняття 3. Тема для обговорення: Поняття рекреації, її видів, рекреаційно-оздоровчої технології. Історія формування і теорії походження рекреації. Історія розвитку рекреаційної діяльності за кордоном. Рекреація як соціально-культурне явище. Чинники розвитку рекреаційно-оздоровчих технологій. Види рекреаційно-оздоровчої спрямованості.

Практичне завдання: Рекреація і відпочинок – розкрити ці поняття. Надати характеристики рекреаційно-оздоровчих технологій. Навести приклади елітарних і демократичних видів фізичної рекреації.

Практичне заняття 4. Тема для обговорення: Спортивна анімація. Організація рекреативної фізичної культури в містах відпочинку і за місцем проживання населення.

Практичне завдання: Дати визначення понять «інструктор фізкультури» та «спортивний аніматор». Сформулювати особливості організації рекреаційної фізичної культури за місцем проживання населення

Практичне заняття 5. Тема для обговорення: Підбиття підсумків. Залік.

Індивідуальне завдання:

(тематика, зміст)

1. Вихідні поняття інноваційних засобів фізичного виховання.
2. Фітнес-програми аеробної і силової спрямованості.
3. Програми ментального фітнесу.
4. Комплексні фітнес-програми.
5. Рекреаційно-оздоровчі технології.

6. Спортивна анімація.

7. Зимові види рекреації: орієнтування на лижах, спідскінг, зимовий віндсерфінг, пулка, скіджоринг.

8. Акварекреація.

9. Сили природи як засіб фізичного виховання.

10. Гігієнічні фактори як засіб фізичного виховання.

11. Інноваційні технології у системі фізичному вихованні.

12. Структурні та функціональні компоненти інноваційних педагогічних технологій.

13. Основні якості сучасних інноваційних педагогічних технологій у фізичному вихованні.

14. Класифікація аспектів інноваційних педагогічних технологій, їх особливості, можливість застосування у фізичному вихованні і спорті.

15. Модернізація фізкультурної освіти.

16. Готовність педагога до інноваційної діяльності.

17. Етапи інноваційної педагогічної діяльності.

18. Ресурсне та кадрове забезпечення інноваційної програми.

19. Інноваційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми шкільного віку в Україні.

20. Використання комп'ютерних технологій у фізичному вихованні різних груп населення.

21. Напрями використання мультимедійних технологій та мережі Інтернет у фізичному вихованні.

22. Сучасні підходи до організації шкіл здоров'я в Україні та за кордоном.

23. Поняття і зміст інноваційних технологій і технологічного підходу.

24. Структура і динаміка інноваційних процесів.

25. Класифікація інноваційних технологій навчання і виховання.

26. Структура, мета інноваційної програми.

27. Компоненти готовності педагога до інноваційної професійної діяльності.

28. Антиінноваційні бар'єри та шляхи їх подолання.

29. Потенціал творчості в інноваційній професійній діяльності.

30. Методичні особливості використання інноваційних технологій у фізичному вихованні.

7) Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни:

<https://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=4314>