


	Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Факультет фізичної культури Кафедра та методики фізичного виховання Силабус навчальної дисципліни «Коригуюча гімнастика та сучасні оздоровчі системи»		
Галузь знань	22 Охорона здоров'я		
Спеціальність	227 Фізична терапія.Ерготерапія		
Освітньо-професійна програма	Фізична реабілітація		
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)		
Статус дисципліни	із переліку вибіркового освітнього компонента		
Мова викладання	українська		
Викладач		ПІБ	Бабюк Сергій Миколайович
		Посада	доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
		Вчений ступінь	кандидат педагогічних наук
		Телефон	0964411053
		E-mail	babiuk@kpnu.edu.ua
		Робоче місце	навчальний корпус №1 (вул. Огієнка, 43), ауд. 106а (кафедра теорії та методики фізичного виховання)
		Профайл викладача	https://fizkultura.kpnu.edu.ua/babyuk-serhij-mykolajovich/
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=4834		
Консультації	Четвер: 14.00 – 17.00		
Анотація до курсу	<p>Навчальна дисципліна «Коригуюча гімнастика та сучасні оздоровчі системи», як дисципліна з переліку вибіркового освітнього компонента професійної підготовки здобувача першого (бакалаврського) рівня галузі знань 22 Охорона здоров'я, спеціальності 227 Фізична терапія. Ерготерапія спрямована на формування загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей у майбутніх фахівців, які спрямовані на підготовку конкурентоздатного фахівця, засвоєнні необхідних знань, вмінь та навичок для майбутньої діяльності. Навчальна дисципліна передбачає вивчення 11 тем, що розглядатимуться на лекційних та практичних заняттях. <i>Змістовий модуль-1</i> – Темі: «Завдання оздоровлення. Сучасні оздоровчі системи»; «Класифікація, структура та зміст сучасних оздоровчих систем.»; «Сучасні оздоровчі системи (Й. Пілатеса, М. Амосова, В. Дікуля, С. Бубновського, М. Норбекова, метод Маккензі)»; «Системи психоемоційного оздоровлення (М. Норбекова, біоритмологія, технології оздоровчого дихання)»; «Оздоровчі системи загартування та очищення організму»; «Теоретико-методичні засади коригуючої гімнастики. Завдання Коригуючої гімнастики»; «Коригуюча гімнастика при порушеннях постави. Коригуюча гімнастика при сколіозах»; «Коригуюча гімнастика при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок. Коригуюча гімнастика при плоскостопості»; «Коригуюча гімнастика в офтальмології»; «Корекція дихальної системи»; «Корекція м'язової системи».</p> <p>Опанування на належному рівні матеріалу навчальної дисципліни з переліку вибіркового освітнього компонента професійної підготовки забезпечить здобувачам вищої освіти першого рівня кваліфіковане використання набутих теоретичних знань, практичних умінь і навичок у подальшому, передусім у професійній діяльності з фізичної реабілітації.</p>		
Мета та цілі курсу	<p>Метою вивчення вибіркової навчальної дисципліни професійної підготовки «Коригуюча гімнастика та сучасні оздоровчі системи» є: формування системи знань з оздоровчих систем; опанування технікою гімнастичних коригуючих вправ, що сприяють вирішенню завдань фізичної реабілітації; набуття</p>		

	<p>студентами необхідних знань, умінь та навичок для підготовки їх до професійної діяльності фахівців з фізичної реабілітації.</p> <p>Узагальнені завдання курсу:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальності 227 Фізична терапія. Ерготерапія загальні та спеціальні (фахові) компетентності, що визначені освітньо-професійною програмою «Фізична реабілітація», шляхом опанування матеріалу навчальної дисципліни на високому рівні. 2. Ураховувати положення про академічну доброчесність під час опанування здобувачами навчального матеріалу, спрямованого на: формування системи знань з основного понятійного апарату навчальної дисципліни; розвиток професійної самосвідомості майбутніх фахівців; створення уявлення з ключових питань коригуючої гімнастики; формування умінь застосовувати набуті знання у професійній діяльності.
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний, комбіноване навчання, наприклад очний курс із елементами дистанційного навчання в системі Moodle).
Результати навчання	<p>За результатами вивчення вибіркової навчальної дисципліни професійної підготовки «Коригуюча гімнастика та сучасні оздоровчі системи» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Уміння оцінювати стан здоров'я людини та функціональні можливості її організму на підставі фізіологічних критеріїв. - Уміння використовувати сучасні методи моніторингу фізичного стану людини різного віку та статті. - Уміння застосовувати елементи коригуючої гімнастики та сучасні оздоровчі системи з урахуванням патології, діагнозу, періоду та перебігу захворювання в професійній діяльності. <p>За наслідками вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти повинні <i>знати</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сучасні оздоровчі системи, їх класифікацію, структуру та зміст; - основи техніки виконання та навчання гімнастичним вправам, що сприяють корекції порушень постави; - основи техніки виконання та навчання гімнастичним вправам, що сприяють корекції сколіотичної хвороби; - основи техніки виконання та навчання гімнастичним вправам, що сприяють корекції при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок; - основи техніки виконання та навчання гімнастичним вправам, що сприяють корекції зору; - основи техніки виконання та навчання гімнастичним вправам, що сприяють корекції дихальної системи; - основи техніки виконання та навчання гімнастичним вправам, що сприяють корекції м'язової системи; - характеристику сучасних оздоровчих систем. <p>Здобувачі повинні <i>вміти</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> підбирати оздоровчу систему відповідно показань; - скласти комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції порушень постави; - скласти комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції при сколіотичній хворобі; - скласти комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок; - скласти комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють профілактиці і корекції зору; - скласти комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції дихальної системи; - скласти комплекси корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції м'язової системи. <p>Здобувачі повинні <i>практично виконувати</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - практично виконувати: - комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють профілактиці і корекції при порушеннях постави; - комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції при сколіотичній хворобі; - комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок; - комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють профілактиці і корекції зору; - комплекси профілактично-корекційних гімнастичних вправ, що сприяють корекції і розвитку дихальної системи; - комплекси корекційно-розвивальних гімнастичних вправ, що сприяють корекції м'язів.

Компетентності:	Відповідно до освітньо-професійної програми у здобувачів вищої освіти першого рівня формуються <i>загальні та спеціальні компетентності</i> . Перші забезпечують здатність: до пошуку інформації, її аналізу, критичного оцінювання. Спеціальні компетентності забезпечують здатність до усвідомлення проблеми фізичної терапії при захворюваннях і травмах нервової, дихальної системи, опорно-рухового апарату, оволодіння сучасними досягненнями фізичної терапії щодо розуміння етіології, патогенезу, клінічних проявів і корекції захворювань як вроджених так і набутих; здатність визначити загальні підходи до вибору необхідної методики застосування фізичних вправ з лікувальним призначенням; здатність безпечно та ефективно реалізовувати уміння та навички, які необхідні для самостійної реабілітаційної діяльності при проведенні занять коригуючою гімнастикою.		
Пререквізити	Для вивчення курсу «Коригуюча гімнастика та сучасні оздоровчі системи» для здобувачів вищої освіти першого рівня необхідним є володіння базовими знанням із дисциплін «Фізична реабілітація», «Лікувальна фізична культура», психолого-педагогічні дисципліни і дисципліни медико-біологічного циклу.		
Пореквізити	Знання з дисципліни можуть бути використані під час проходження всіх навчальних та виробничих педагогічних практик.		
Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
	Рік навчання/ рік викладання	третій / 2020-2021	четвертий / 2021-2022
	Семестр вивчення	V	VII, VIII
	нормативна/вибіркова	вибіркова	
	Кількість кредитів ЄКТС	4	4
	Загальний обсяг годин	120	120
	Кількість годин навчальних занять	40	16
	Лекційні заняття	20	8
	Практичні заняття	20	8
	Семінарські заняття	-	-
	Лабораторні заняття	-	-
	Самостійна та індивідуальна робота	80	104
Форма підсумкового контролю	V семестр – залік	VIII семестр – залік	
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	Викладання навчальної дисципліни «коригуюча гімнастика та сучасні оздоровчі системи» потребує: потребує наявності гімнастичного залу, гімнастичних приладів, музичного супроводу . Також передбачається наявність мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до Інтернету для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle під час виконання визначених завдань (тестовий поточний контроль, самостійна робота, модульні контрольні роботи).		
Політики курсу	<p><i>Академічна доброчесність.</i> Очікується, що відповіді здобувачів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями, передбачатимуть недопущення академічної недоброчесності (відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших здобувачів тощо). Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від обсягу плагіату чи обману.</p> <p>«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1LIOReajanExMEnG2DygdafNACYWU00UL/view</p> <p>«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/0B_EBvdN4dQSIMUozdmc2Ti0xY3MzMS1hbjlXLVVQSDZmNjU4/view?resourcekey=0-WAE6ceQZqhHelYoJoPZ3Kg</p> <p><i>Відвідування занять.</i> Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1kXGZVxEIcG0Cmy33EvqF2c2E7hGHUrT8/view</p> <p>здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1mSgolphxhjS9dAP9pippTiBvdTLCVr5H/view</p> <p>відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, складати і перескладати заліки тощо, останні – у зв'язку з поважними причинами; подати підтверджувальні документи, які засвідчують поважну причину, що унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни.</p> <p><i>Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.</i> У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка</p>		

	<p>(Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю).</p> <p>В <i>неформальній освіті</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> -закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю); -підготовка конкурсної наукової роботи; -призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт; -призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді. <p>В <i>інформальній освіті</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> -наявність наукової публікації; -волонтерська діяльність. 							
Схема курсу	Денна форма навчання							
	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
		р а з о м	у тому числі					
			лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
	Змістовий модуль 1.							
	Тема 1. Завдання оздоровлення. Сучасні оздоровчі системи	10	2	2			6	
	Тема 2. Класифікація, структура та зміст сучасних оздоровчих систем.	8	2				6	
	Тема 3. Сучасні оздоровчі системи (Й. Пілатеса, М. Амосова, В. Дікуля, С. Бубновського, М. Норбекова, метод Маккензі)	12	2	2			8	
	Тема 4. Системи психоемоційного оздоровлення (М. Норбекова, біоритмологія, технології оздоровчого дихання)	12	2	2			8	
	Тема 5. Оздоровчі системи загартування та очищення організму	12	2	2			8	
	Тема 6. Теоретико-методичні засади коригуючої гімнастики. Завдання Коригуючої гімнастики.	8		2			6	
	Тема 7. Коригуюча гімнастика при порушеннях постави. Коригуюча гімнастика при сколіозах	14	2	2			10	
	Тема 8. Коригуюча гімнастика при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок. Коригуюча гімнастика при плоскостопості	14	2	2			10	
Тема 9. Коригуюча гімнастика в офтальмології	10	2	2			6		
Тема 10. Корекція дихальної системи	10	2	2			6		
Тема 11. Корекція м'язової системи	10	2	2			6		
Разом годин	120	20	20	-	-	80	-	
Заочна форма навчання								
Змістовий модуль 1								
Тема 1. Завдання оздоровлення. Сучасні оздоровчі системи	8					8		
Тема 2. Класифікація, структура та зміст сучасних оздоровчих систем.	10	2				8		
Тема 3. Сучасні оздоровчі системи (Й. Пілатеса, М. Амосова, В. Дікуля, С. Бубновського, М. Норбекова, метод Маккензі)	10		2			8		

	Тема 4. Системи психоемоційного оздоровлення (М. Норбекова, біоритмологія, технології оздоровчого дихання)	10		2			8	
	Тема 5. Оздоровчі системи загартування та очищення організму	8					8	
	Тема 6. Теоретико-методичні засади коригуючої гімнастики. Завдання Коригуючої гімнастики.	10	2				8	
	Тема 7. Коригуюча гімнастика при порушеннях постави. Коригуюча гімнастика при сколіозах	18	2	2			14	
	Тема 8. Коригуюча гімнастика при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок. Коригуюча гімнастика при плоскостопості	16	2	2			12	
	Тема 9. Коригуюча гімнастика в офтальмології	10					10	
	Тема 10. Корекція дихальної системи	10					10	
	Тема 11. Корекція м'язової системи	10					10	
	Разом годин	120	8	8			104	
Критерії оцінювання заліку	Загальним критерієм успішного проходження здобувачем підсумкового оцінювання є його допуск до складання заліку. Здобувач одержує його за наявності мінімально прийнятної оцінки за кожним видом роботи.							
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка	<ol style="list-style-type: none"> Єдинак Г.А. Концепція неперервної реабілітаційно-адаптивної рухової діяльності дітей з церебральним паралічем: наук.посібник. Кам-Под.: ПП Мошак М.І., 2003. 36 с. Козак Д.В., Давибіда Н.О. Лікувальна фізична культура: посібник. Тернопіль: ТДМУ, 2016. 108 с. Мелега К.П. Сучасні технології здоров'язбереження: навч. посіб. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2018. 200 с. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручн. для студентів вищих навч. закладів фіз. вихов. і спорту. Київ: Олімпійська л-ра, 2000. 424 с. Огнистий А.В. Сучасні фізкультурно-оздоровчі системи (короткий довідник). Тернопіль: СМТ «ТАЙП», 2009. 87 с. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. / За заг. ред. Л. О. Вакулєнко, В. В. Клапчука. Тернопіль: ТНПУ, 2010. 234 с. Совтисік Д.Д., Зданюк В.В. Лікувальна фізична культура: навч.-метод. посіб. Кам.-Под.: [б. в.], 2013. Ч. 1. 82 с. Соколовський В. С., Романова Н.О., Юшковська О.Г. Лікувальна фізична культура: підруч. Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. 234 с. 							
Локація	Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/							

Розробник силабуса



Сергій БАБЮК

Завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання



Юрій ЮРЧИШИН