

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра фізичної терапії, ерготерапії**

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Оздоровчо рухова активність із дітьми різного віку

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»
перший (бакалаврський) рівень
Спеціальність І7 Терапія та реабілітація
за спеціалізацією І7.01 Фізична терапія
Галузь знань І Охорона здоров'я та соціальне забезпечення

Затверджено на засіданні кафедри
фізичної терапії, ерготерапії
Протокол № 4 від “27” листопада 2025 р.

м. Івано-Франківськ – 2025

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до навчальної дисципліни
3. Мета та цілі навчальної дисципліни
4. Програмні компетентності та результати навчання
5. Організація навчання
6. Система оцінювання навчальної дисципліни
7. Політика навчальної дисципліни
8. Рекомендована література

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Оздоровчо рухова активність із дітьми різного віку
Викладач (і)	Дідоха Іванна Володимирівна Доктор PhD, доцент кафедри фізичної терапії, ерготерапії
Контактний телефон викладача	0986542580
E-mail викладача	ivanna.didokha@cnu.edu.ua
Формат дисципліни	Очний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/
Консультації	Згідно графіка

2. Анотація до дисципліни

Навчальна дисципліна спрямована на формування здорового способу життя, зміцнення фізичного стану та психологічного комфорту. У межах цієї теми досліджується значення фізичної активності для дітей різного віку, враховуючи їх фізіологічні, психологічні та соціальні особливості.

3. Мета та цілі дисципліни

Формування у студентів теоретичних знань, практичних умінь та навичок, необхідних для організації оздоровчо-рухової діяльності з дітьми різного віку. Зокрема, дисципліна спрямована на розвиток здатності планувати, проводити та оцінювати ефективність заходів, спрямованих на збереження та покращення здоров'я дітей, стимулювання їх фізичного розвитку, формування позитивного ставлення до рухової активності, а також врахування індивідуальних вікових, фізіологічних та психоемоційних особливостей кожної дитини.

Це включає:

- Вивчення основних принципів фізичного виховання дітей різного віку.
- Ознайомлення з сучасними методиками організації рухової активності.
- Формування навичок адаптації оздоровчих програм до потреб дітей різних вікових груп.
- Розвиток компетенцій у сфері педагогічного супроводу та мотивації до фізичної активності.

Основна мета дисципліни – виховання спеціаліста, здатного інтегрувати знання з фізіології, педагогіки, психології та медицини для забезпечення оптимального фізичного виховання та гармонійного розвитку дітей.

4. Програмні компетентності та результати навчання

Компетентності

Загальні компетентності

ЗК 01. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу компетентності

- ЗК 02. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК 03. Здатність до розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
- ЗК 04. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
- ЗК 05. Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології.
- ЗК 06. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями
- ЗК 07. Здатність до міжособистісної взаємодії
- ЗК 08. Здатність спілкуватися іноземною мовою.
- ЗК 09. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- ЗК 10. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
- ЗК 11. Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності

- СК 02. Здатність враховувати у практичній діяльності медико-біологічні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної терапії.
- СК 03. Здатність провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця професійну діяльність з фізичної терапії осіб різних професійних, соціальних, нозологічних та вікових груп
- СК 07. Здатність провадити професійну діяльність відновлення чи підтримки здоров'я пацієнта/клієнта відповідно до законів і правил, що регулюють практику фізичної терапії як самостійної професії, а також відповідних законодавчих та нормативних актів, етичного кодексу та професійного стандарту, загальнонаціональних цінностей та традицій населення України.
- СК 08. Здатність ефективно спілкуватися, зокрема навчати пацієнта/клієнта, його родину й опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та обмежень життєдіяльності та популяризувати здоровий спосіб життя.

Програмні результати навчання

- РН 01. Використовувати рухову активність людини для зміцнення та збереження індивідуального та громадського здоров'я шляхом.
- РН 02. Вміти спілкуватися українською та іноземною мовою у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом.

РН 03. Дотримуватися етики професійного спілкування, діяти етично дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.

РН 09. Аналізувати і застосовувати сучасні науково-доказові дані для виконання професійних завдань.

РН 16. Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, зокрема у мультидисциплінарній команді.

РН 17. Проводити інструктаж та навчання пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, опікунів.

РН 19. Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання з допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни	
Вид заняття	Загальні кількість годин 90
Лекції	10
Семінарські / практичні / лабораторні	20
Самостійна робота	60

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
4	Терапія та реабілітація	2	вибірковий

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	Кількість годин 90		
	Лекції	Практичні	Самостійна робота
Тема 1. Вступ до дисципліни. Значення оздоровчо-рухової активності для дітей різного віку	1	4	10
Тема 2. Фізіологічні та психологічні основи рухової активності дітей.	2	2	10
Тема 3. Методика організації оздоровчо-рухової активності в дошкільному віці.	2	4	10
Тема 4. Методика організації рухової активності дітей молодшого шкільного віку.	2	4	10

Тема 5. ухова активність підлітків та її організація.	2	4	10
Тема 6. Сучасні технології та методики оздоровчо-рухової активності.	1	2	10
Всього	10	20	60

6. Система оцінювання навчальної дисципліни

Робота на парах	Оцінка за контроль самостійної роботи	Оцінка за додаткову роботу	Разом
80	10	10	100

- Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.
- По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,8, відповідно – максимальний бал за всі отриманні заняття у підсумку може скласти 80 балів.
- Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 80 балів), отриманих балів за контроль самостійної роботи (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 10 балів), оцінки за письмову (додаткову) роботу (написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, зарахування результатів неформальної освіти і т.д.) (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал може скласти 10 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.
- При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.
- Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні вміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені

навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.

- *70-89 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.
- *50-69 балів* – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.
- *Менше 50 балів* – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи	Письмово виконуються контрольні роботи, які проводяться у вигляді тестового контролю рівня знань студентів на паперових носіях (або в системі дистанційного навчання). Під час контрольної роботи студент отримує 25-50 тестів, на розв'язання кожного з яких надається 1 хвилина. Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою у % правильних відповідей.
Академічна доброчесність	Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету: <ul style="list-style-type: none">➢ Наказ 255 від 31.03.2025 про внесення змін до складу Комісії з питань етики і академічної доброчесності➢ Наказ 1099 від 31.12.24р. Про зміну в складі Комісії з етики та академічної доброчесності➢ Наказ №529 від 27.09.2022 р. “Про внесення змін і доповнень до діючих положень університету”➢ Наказ №530 від 27.09.2022 р. “Про введення в дію нової редакції Кодексу честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника”➢ Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.➢ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.➢ Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника.➢ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-

	<p><u>дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Наказ 1093 про створення комісії</u> ➤ <u>Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</u> ➤ <u>Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”</u> ➤ <u>Корисні посилання</u> ➤ <u>Національне агентство із забезпечення якості вищої освіти: https://naqa.gov.ua/академічна-доброчесність/</u> ➤ <u>Ініціатива академічної доброчесності та якості освіти https://academiq.org.ua/</u> ➤ <u>Закон України “Про запобігання корупції”- https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18</u> ➤ <u>Закон України «Про внесення змін до Закону України “Про запобігання корупції” щодо викривачів корупції» – https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/198-IX</u> ➤ <u>Викривачі корупції (відповіді на поширені запитання на сайті Національного агентства з питань запобігання корупції) – https://nazk.gov.ua/uk/departament-organizatsiyi-roboty-iz-zapobigannya-ta-vyuvlennya-koruptsiyi/metodychni-rekomendatsiyi/</u> ➤ <u>Вебінари “Академічна доброчесність” – https://academiq.org.ua/vebinari-akademichna-dobrochesnist/</u> ➤ <u>Інформаційні бюлетені “Академічна доброчесність Infobulletin” в межах проекту сприяння академічній доброчесності в Україні (Strengthening Academic Integrity in Ukraine Project – SAIUP) – https://academiq.org.ua/novyny/informatsiini-bulleteni/</u> <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zarobihannia-plahiatu/</p>
<p>Пропуски занять (відпрацювання)</p>	<p>Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається <u>Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.):</u></p> <p>Пропуски семінарських, практичних, лабораторних занять відпрацьовуються в обов’язковому порядку. Студент зобов’язаний відпрацювати пропущене заняття, щоб бути допущеним до здачі екзамену.</p> <p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується <u>«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</u></p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
<p>Виконання завдання пізніше встановленого терміну</p>	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до <u>«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти».</u></p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням:</p>

Невідповідна поведінка під час заняття	https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/ Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» - ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Додаткові бали	Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу. Також за рішенням кафедри студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3.
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), таблиці та інше.
Література:	
Основна література: <ol style="list-style-type: none"> 1. Богініч О. М. Фізична культура дітей дошкільного віку: навчальний посібник. – Київ: КНТ, 2018. – 224 с. 2. Васкан І. Г., Єремія Я. І. Оздоровчі види рухової діяльності: навчально-методичний посібник. – Чернівці: ЧНУ, 2017. – 128 с. 3. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: підручник. – Харків: Основа, 2013. – 264 с. 4. Гейтенко, В. В. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник: / В. В. Гейтенко., Ю. С. Сорокін. – Електрон. дані. – Краматорськ–Тернопіль : ДДМА, 2024. 5. Дудник С. Г., Петренко О. А. Основи організації фізичної активності дітей: навчально-методичний посібник. – Харків: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2020. – 156 с. 6. Завалко Н. М. Рухова активність дітей дошкільного віку: навчально-методичний посібник. – Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2016. – 180 с. 7. Товт В. А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник. – Ужгород: Говерла, 2020. – 240 с. 8. Швесткова О. Фізична терапія: підручник / Швесткова Ольга, Сладкова Петра та ін. – 	

Київ: Чеський центр у Києві, 2019. – 272 с.

9. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підручник. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2012. – 416 с.
10. Шиян Б. М., Омеляненко І. О. Основи фізичного виховання молодших школярів: підручник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2014. – 320 с.

Додаткова література:

1. Бабюк С. Рухова активність та її вплив на фізичний та психічний розвиток дітей старшого дошкільного віку у підготовці до навчання / С. Бабюк // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 8. – Львів : НВФ «Українські технології», 2004. – Т. 3. – С. 10–14.
2. Бар-Ор О. Рухова активність та здоров'я дітей: від фізіологічних основ до практичного застосування / О. Бар-Ор, Т. Роуланд. – К. : Олімпійська література, 2009. – 530 с
3. Круцевич Т. Ю. Основи методики фізичного виховання різних вікових груп: підручник. – Київ: Олімпійська література, 2018. – 304 с.
4. Оздоровча рухова активність осіб різного віку і статі : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2017. – 40 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 1).

Викладач: Дідоха Іванна Володимирівна