

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії та методики фізичної



ЗАТВЕРДЖУЮ»

05 2024 р.

Я. СВИЩ

ПРОГРАМА КУРСІВ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ УЧИТЕЛІВ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, КЕРІВНИКІВ ГУРТКІВ

**«Психолого-педагогічна підтримка учасників освітнього процесу в
умовах воєнного стану та інклюзивної освіти»**

Програма підвищення кваліфікації розглянута та рекомендована до
затвердження засіданням кафедри теорії та методики фізичної культури
факультету педагогічної освіти (Протокол № 15 від 25.03.2024 р.)

Завідувачка кафедри _____ І.Р. Боднар

Схвалено вченою радою Львівського державного університету
фізичної культури

імені Івана Боберського (Протокол № 7 від 25.04.2024 р.)

I. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Найменування: Програма курсів підвищення кваліфікації для учителів фізичної культури, керівників гуртків **«Психолого-педагогічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану та інклюзивної освіти»**

Розробники: Сороколів Н.С., д.фіз.вих. і с., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури; Римар О.В., к.фіз.вих. і с., доцент, доцент кафедри теорії за методики фізичної культури; Ханікянц О.В., к.фіз. вих. і с., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури; Гук Г.І., викладач кафедри теорії та методики фізичної культури

Мета: науково-методичний супровід фахівців з фізичної культури з питань психолого-педагогічної підтримки, технік самоосвіти та інклюзивної освіти в умовах воєнного стану

Напрямок: Психологічна підтримка учасників освітнього процесу – 15 год.
Інклюзивна освіта – 15 год.

Завдання:

- сформулювати у слухачів усвідомлене розуміння значення психолого-педагогічної підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану;
- сформулювати професійні навички збереження психічного здоров'я в умовах стресу та конфлікту;
- озброїти фахівців з фізичної культури, керівників гуртків техніками самоопіки: навчання стресостійкості, релаксації та психологічного самозахисту;
- сформулювати навички підбору ефективних засобів, форм роботи для гіперактивних дітей та дітей з розладами аутичного спектра.

Обсяг: 30 годин.

Форма (форми) підвищення кваліфікації: інституційна дистанційна

**Перелік компетентностей, що
вдосконалюватимуться/набуватимуться:**

- ознайомлення слухачів зі значенням психологічної підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану;
- ознайомлення з основними техніками самоопіки;
- оволодіння компетентностями, які необхідні для ефективного проведення уроку фізичної культури з дітьми з особливими освітніми потребами
 - фахові:
 - оволодіння технологіями організації освітнього процесу з фізичного виховання з урахуванням вимог воєнного стану;
 - удосконалення професійної майстерності щодо використання технік самоопіки для учасників освітнього процесу;
 - удосконалення фахової майстерності щодо організації та проведення уроку фізичної культури в умовах воєнного стану та інклюзивної освіти.

Місце (місця) надання освітньої послуги:

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського (дистанційно).

Очікувані результати навчання: учитель фізичної культури:

- знає та застосовує техніки самоопіки для учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану;
- знає теоретичні та нормативні засади інклюзивної освіти;
- здійснює підбір ефективних засобів фізичного виховання для гіперактивних дітей та дітей з розладами аутичного спектра.

Вартість (у разі **встановлення**): інституційна (дистанційна) навчання — 650 грн.

Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації: сертифікат.

II. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Назва спецкурсу **«Психолого-педагогічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану та інклюзивної освіти»**

Модуль 1. Інклюзивна освіта в умовах воєнного стану

Тема 1.1.: Організаційне заняття.

Реєстрація учасників, ознайомлення з програмою курсів, вхідне діагностування. Укладання угод про підвищення кваліфікації. Виявлення очікувань слухачів.

Тема 1.2. Нормативно-програмне забезпечення фізичного виховання в умовах інклюзивної освіти

Законодавчі аспекти інклюзивної освіти: розгляд законодавчих норм та правил, які регулюють забезпечення фізичного виховання для всіх учнів, у тому числі з особливими освітніми потребами.

Особливості програмного забезпечення фізичного виховання в умовах інклюзивної освіти: обговорення корекційних програм (адаптація та модифікація) та методик, призначених для інклюзивного фізичного виховання: адаптивні програми, які враховують потреби різних учнів, в тому числі з фізичними або інтелектуальними обмеженнями.

Роль учителя фізичної культури та асистента вчителя в інклюзивному фізичному вихованні: аналіз ролі вчителя у створенні сприятливого середовища для всіх учнів, а також навичок та стратегій, які допомагають забезпечити ефективне включення кожного учня в заняття. Обов'язки вчителя фізичної культури та асистента вчителя в організації уроку фізичної культури.

Соціальний аспект в інклюзивній освіті: розгляд важливості інклюзивного фізичного виховання для формування позитивного соціального середовища, в якому кожен учень відчуває себе прийнятим і здатним до досягнень.

Оцінка та моніторинг освітніх досягнень: обговорення методів оцінки індивідуальних успіхів учнів у фізичному вихованні та способів моніторингу їх прогресу в інклюзивному середовищі.

Технології та інновації в інклюзивному фізичному вихованні: методичні рекомендації використання новітніх технологій та інноваційних підходів для поліпшення якості фізичного виховання в інклюзивному контексті.

Тема 1.3: Засоби фізичного виховання у роботі з гіперактивними дітьми в умовах воєнного стану

Особливості характеру та поведінки гіперактивних дітей. Стресові чинники та їх вплив на гіперактивних дітей під час воєнного стану, на фізичну та психічну стійкість. Особливості потреб гіперактивних дітей при розробленні програм фізичного виховання в умовах воєнного стану. Ефективні види фізичної активності для зменшення стресу та гіперактивності у дітей під час воєнного конфлікту. Підходи до організації занять фізичною активністю для гіперактивних дітей в умовах воєнного стану. Фізична активність як засіб для підвищення рівня самоконтролю та зосередженості у гіперактивних дітей. Безпека та захист дітей під час занять фізичною активністю в умовах воєнного стану. Ресурси та підтримка для вчителів, керівників гуртків, асистентів вчителя, які працюють з гіперактивними дітьми в умовах воєнного конфлікту. Індивідуальні потреби та можливості гіперактивних дітей при проведенні занять фізичною культурою.

Тема 1.4. Особливості фізичного виховання для дітей з розладами аутичного спектра (кращі практики фізичного виховання)

Індивідуальний підхід до учнів з розладами аутичного спектра (РАС): індивідуальний план фізичного виховання, врахування інтересів, здібностей та особливостей. Структурованість та передбачуваність: забезпечення структурованого та передбачуваного середовища під час фізичних вправ. Візуальні підказки у роботі з дітьми з розладами аутичного спектра: графіки розкладу занять чи інструкції у вигляді малюнків, як допомога дітям з РАС

розуміти порядок дій та очікування під час фізичних вправ. Сенсорна інтеграція: врахування сенсорної інтеграції в програмах фізичного виховання – допомога дітям з РАС регулювати свої емоції та покращити координацію рухів. Позитивне підкріплення уроку: похвала за зусилля або досягнення цілей, як засіб мотивації дітей з РАС до участі в фізичних вправах та розвитку їхніх навичок. Гнучкість та терпіння вчителя фізичної культури як ефективний підхід у роботі з дітьми з РАС. Соціальна взаємодія між дітьми з РАС та їхніми однолітками. Групові вправи та ігри як засіб інтеграції дітей з РАС і формування навичок спілкування та співпраці.

Модуль 2. Психолого-педагогічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану та техніки самоопіки

Тема 2.1. Теоретико-методичні аспекти підтримки власного психічного здоров'я в умовах стресу та конфлікту.

2.1.1. Психологія конфлікту (психологічні механізми виникнення конфліктів, їх подолання, розв'язання та вирішення).

Вступ у психологію конфлікту. Конфлікти та особистість. Управління конфліктами та психологія їх регулювання. Психологічні умови та прийоми попередження конфліктів. Конфліктогени спілкування, їх види та особливості. Культура спілкування й поведінки як психологічний чинник психопрофілактики конфліктів. Вирішення конфлікту: методи, стратегії, тактики. Форми завершення конфліктів. Психотехнології вирішення конфліктів. Медіація як сучасна психотехнологія вирішення конфліктів. Психологія переговорного процесу вирішення (розв'язання) конфліктів.

2.1.2. Поняття стресу, його вплив на людину.

Стрес та його роль в навчальній діяльності. Чинники стресу в екстремальних ситуаціях. Види стресу. Стрес у підлітків. Ознаки стресу. Керування стресами.

Тема 2.2. Техніки самоопіки: навчання стресостійкості, розвиток навичок самоопіки.

Техніки самоопіки як засоби зниження рівня стресу та заспокоєння.

Позитивне мислення та його вплив на подолання стресу. Розуміння власних меж. Практики медитації у допомозі зменшити стрес, зосередити увагу та покращити самопочуття. Значення фізичної активності у подоланні стресу. Планування та організація як ефективний підхід у боротьбі зі стресом.

Тема 2.3. Методики релаксації та психологічного самозахисту

Прогресивна м'язова релаксація: поетапне напруження та розслаблення різних м'язових груп тіла. Методика проведення релаксації. Візуалізація як засіб заспокоєння в умовах стресових ситуацій. Техніка глибокого дихання як ефективний підхід знизити рівень стресу та покращити кисневе живлення організму. Медитація як зосередження, зниження рівня стресу та покращення загального самопочуття. Автогенний тренінг – зосередження на фізичних відчуттях та автосугестіях для досягнення стану розслаблення та зняття стресу. Регулярна фізична активність як засоби відволікання від стресу та поліпшення настрою.

Контроль за знаннями слухачів проводиться на основі вхідного, вихідного діагностування та оперативного контролю, який проводиться послідовно і систематично: під час проведення практичних занять, індивідуального та фронтального опитування, виконання самостійної роботи; на лекціях — експрес- контроль, що передбачає постановку конкретних питань з теми.

Оцінювання розглядається як засіб одержання зворотної інформації про результативність підвищення кваліфікації та внесення коректив у методику роботи зі слухачами курсів.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з\п	Теми занять	Вид заняття	
		Лекція	Семінарс ьке
1.	Організаційно-мотиваційне заняття. Вхідне діагностування	1	1
2.	Нормативно-програмне забезпечення фізичного виховання в умовах інклюзивної освіти	2	

3.	Засоби фізичного виховання у роботі з гіперактивними дітьми в умовах воєнного стану	3	1
4.	Особливості фізичного виховання для дітей з розладами аутичного спектра (кращі практики фізичного виховання)	2	2
5.	Психологічна підтримка власного психічного здоров'я в умовах стресу та конфлікту	4	4
6.	Техніки самоопіки: навчання стресостійкості, розвиток навичок самоопіки	2	2
7.	Методики релаксації та психологічного самозахисту	2	2
	Вихідне діагностування		2
	Всього:	16	14