

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Код і найменування спеціальності, тип і назва освітньої програми	073 Менеджмент Менеджмент підприємства
Статус навчальної дисципліни	Обов'язкова
Курс, семестр	1,2 курс, 1-4 семестр
Трудомісткість	120 годин, 4 кредити
Мова(и) викладання	Державна
ННІ / факультет, кафедра	ННІ ЕУПІТ, кафедра фізичного виховання і спорту
Контактні дані розробника(ів)	Старший викладач: Олександр СУКАЧ Контакти: спортивний комплекс Тел.0662086012 oleksandr.sukach@pdau.edu.ua сторінка викладача: https://www.pdau.edu.ua/people/sukach-oleksandr-volodymyrovych
Мета вивчення навчальної дисципліни	Застосування фізичних вправ для збереження та зміцнення власного здоров'я і забезпечення фахової діяльності, профілактики захворювань, зміцнення здоров'я та підвищення розумової і фізичної працездатності; застосування засобів фізичної культури і спорту для покращення здоров'я та рухової підготовленості, як складових ефективною професійної діяльності; застосування методів самоконтролю за станом здоров'я фізичного розвитку та діяльності функціональних систем організму; дотримання гігієнічних вимог у процесі оздоровлення і тренувань з метою відновлення організму після психофізичних навантажень та запобігання, передчасній втоми під час інтенсивної, розумової і фізичної діяльності.
Компетентності	ЗК 2. Здатність зберігати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати 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 4. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК 11. Здатність до адаптації та дій у новій ситуації. СК15. Здатність формувати та демонструвати лідерські якості та поведінкові навички.
Результати навчання	РН02.Зберігати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати досягнення суспільства, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя.
Методи навчання	словесні методи (лекція, пояснення), наочні методи (демонстрування), практичні методи (вправи), методи формування пізнавальних інтересів (створення ситуації інтересу й новизни навчального матеріалу, метод використання життєвого досвіду), методи стимулювання і мотивації обов'язку й відповідальності (роз'яснення мети навчальної дисципліни, висування вимог до вивчення дисципліни, заохочення і покарання, оперативний контроль, вказування на

	недоліки, зауваження), інтерактивні методи (командні ігри), мультимедійні методи (використання мультимедійних презентацій), методи письмового контролю (тести, навчальні завдання), методи самоконтролю (самоаналіз, самооцінювання).
Програма навчальної дисципліни	Тема 1. Фізична культура і основи здорового способу життя. Тема 2. Легка атлетика. Тема 3. Гімнастика. Тема 4. Оздоровче і прикладне значення занять фізичною культурою і спортом. Тема 5. Волейбол. Тема 6. Баскетбол. Тема 7. Основи розвитку та вдосконалення фізичних якостей. Тема 8. Основи раціонального харчування при різноманітних видах і умовах праці та особливостях життєдіяльності.
Стратегія оцінювання результатів навчання	Форми поточного контролю знань: опанування навичок, вмінь та техніки виконання елементів на практичних заняттях (60 балів); виконання контрольних нормативів на практичних заняттях (16 балів); виконання завдань самостійної роботи (20 балів), участь у спортивних заходах (4 бали). Форма підсумкового контролю: залік
Політика навчальної дисципліни	Відвідування лекційних і практичних занять є обов'язковим, запізнення – лише з поважних причин. У разі відсутності здобувача вищої освіти на практичних заняттях надається право відпрацювати пропущене заняття у поза урочний час у спосіб, визначений викладачем. Усі завдання, передбачені робочою програмою навчальної дисципліни, мають бути виконані у встановлений термін. У разі порушення дисципліни, правил техніки безпеки здобувач вищої освіти отримує на занятті 0 балів. Документи стосовно академічної доброчесності наведені на сторінці АКАДЕМІЧНА ДОБРОЧЕСНІСТЬ ПДАУ: https://www.pdaa.edu.ua/content/akademichna-dobrochesnist На здобувачів вищої освіти поширюється право про визнання результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті перед опануванням даної освітньої компоненти. Набуття відповідних результатів навчання можливе після успішного опанування курсів (з документальним підтвердженням) на різноманітних навчальних платформах, зокрема: Prometheus. Coursera тощо.
Рекомендовані джерела інформації	Основні 1. Адирхаєв С. Г. Формування рухової активності студентів з обмеженими можливостями здоров'я в закладах освіти. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. 2016. № 01 (68). С. 4–8. (Серія 15: науково-педагогічні проблеми фізичної культури). 2. Єрмоєнко Е. А. Засади формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді засобами хортингу. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. С. 20-30. 3. Чепелюк, Анна Вікторівна. Формування психолого-педагогічної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури у вищому навчальному закладі / Чепелюк Анна Вікторівна, Кондрацька Галина Дмитрівна ; Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. Дрогобич : Ред.-вид. відд. Дрогоб. держ. пед. ун-ту ім. І. Франка, 2017. 175 с. : іл., табл. — (Університетська бібліотека). — Бібліогр.: с. 111-13 4. Адирхаєв С. Г. Сучасна технологія фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах інклюзивної освіти.

Педагогіка. Психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. 2016. № 2. С. 4–12.

5. Кашуба В. О., Голованова Н. Л. Інноваційні технології в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки учнівської молоді : монографія. Луцьк : Вежа Друк, 2018. 208 с.

6. Чернозуб А.А. Безпечні та критичні рівні фізичних навантажень для тренуваних та нетренуваних осіб в умовах м'язової діяльності силової спрямованості. Фізіологічний журнал. 2016. Т. 62, № 2.

Допоміжні

1. Язловецька, Оксана. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті європейських країн / Оксана Язловецька // Рідна школа. 2017. № 3/4. С. 75-80.

2. Адирхаєв С. Г. Сучасна технологія фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах інклюзивної освіти. Педагогіка. Психологія та медико біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. 2016. № 2. С. 4–12.

3. Грибан Г. П., Краснов В. П., Осипенко В. Є. Айунц В. І. Методичне забезпечення ефективності функціонування системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів України. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2017. № 143. С. 8–10. (Серія «Педагогічні науки»).

4. Короп М. Ю., Бойчук Р. І., Ковцун В. І. Спортивні ігри в системі професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців нафтогазової справи. Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту. Чернігів: ЧНПУ. 2017. № 143. С. 259–262. (Серія «Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт»).

5. Довгань Н. Ю. Функціональний тренінг як форма позааудиторної спортивно-масової роботи у вищому навчальному закладі. Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки: збірник наукових праць. 2017. № 1 (56). С. 55–61.

6. Медведєва І. М., Радзієвський В. П., Новікова І. В. Теоретичні та методичні основи навчання технологій оздоровчої спрямованості в системі фізичного виховання студентів ВНЗ. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. 2016. № 10. С. 67–72. (Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»).

Інформаційні ресурси

1. Закон України Про вищу освіту від 01 липня 2014 року № 1556 VII (редакція станом на 05.03.2017 р.). URL : <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> (дата звернення: 27.08.2020).

2. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» від 24 грудня 1993 року № 3808 XII (зі змінами). URL : <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page> (дата звернення: 27.08.2020).

3. Указ Президента України Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» від 09 лютого 2016 року № 42/2016. URL : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016> (дата звернення: 27.08.2020).

4. Указ Президента України Про пріоритети розвитку фізичної культури і спорту в Україні від 21 липня 2008 року № 640/2008 (зі змінами). URL <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/640/2008> (дата звернення: 27.08.2020).

5. Указ Президента України Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту від 28 вересня 2004 року № 1148/2004 (зі

змiнами). URL:<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004> (дата звернення: 27.08.2020).

6. Постанова Кабiнету Міністрiв України Про затвердження Державної цiльової соцiальної програми розвитку фiзичної культури i спорту на перiод до 2020 року вiд 01 березня 2017 року № 115. URL :<http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF> (дата звернення: 27.08.2020).

7. Розпорядження Кабiнету Міністрiв України Про схвалення Концепцiї Державної цiльової соцiальної програми розвитку фiзичної культури i спорту на перiод до 2020 року вiд 09 грудня 2015 року № 1320-р. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1320-2015-%D1%80> (дата звернення: 27.08.2020).

8. Наказ Міністерства освiти i науки України Про затвердження Положення про органiзацiю фiзичного виховання i масового спорту у вищих навчальних закладах вiд 11 сiчня 2006 року № 4. URL :<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06> (дата звернення: 27.08.2020).

9. Ажиппо, О. Ю., Криворучко Н. В. До питання пiдвищення iнтересу студентiв до занять фiзичного виховання. Актуальнi проблеми фiзичного виховання рiзних верств населення : зб. наук. ст. II Всеукр. наук.-практ. конф., X., 2016. С. 6–11. URL: <http://journals.uran.ua/hdafktmfv/article/view/70874> (дата звернення: 27.08.2020).

10. Коваль, О. Г., Гуска М. В. Особливостi нормування фiзичних навантажень при оздоровчому тренуваннi студентiв. Вiсн. Кам'янець-Подiл. нац. ун-ту. Фiз. виховання, спорт i здоров'я людини. 2016. Вип. 9. URL : <http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/76365> (дата звернення: 27.08.2020).

11. Постанова Кабiнету Міністрiв України Про затвердження Державної цiльової соцiальної програми розвитку фiзичної культури i спорту на перiод до 2020 року вiд 01 березня 2017 року № 115.

URL :<http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF>.

12. Ажиппо, О. Ю. До питання пiдвищення iнтересу студентiв до занять фiзичного виховання. О.Ю. Ажиппо, Н. В. Криворучко // Актуальнi проблеми фiзичного виховання рiзних верств населення : зб. наук. ст. II Всеукр. наук.-практ. конф., X., 2016. С. 6–11. URL:<http://journals.uran.ua/hdafktmfv/article/view/70874>.

13. Коваль, О. Г. Особливостi нормування фiзичних навантажень при оздоровчому тренуваннi студентiв. О. Г. Коваль, М. В. Гуска // Вiсн. Кам'янець-Подiл. нац. ун-ту. Фiз. виховання, спорт i здоров'я людини. – 2016. – Вип. 9. URL : <http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/76365>

14. Наказ Міністерства освiти i науки України Про затвердження Положення про органiзацiю фiзичного виховання i масового спорту у вищих навчальних закладах вiд 11 сiчня 2006 року № 4.

URL :<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06>.

Рiк введення

2023 рiк