

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТАВРІЙСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРОТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ДМИТРА МОТОРНОГО

Навчально-науковий інститут загальноуніверситетської підготовки
Кафедра фізичного виховання і спорту

СИЛАБУС

з навчальної дисципліни
«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

<https://op.tsatu.edu.ua/course/view.php?id=1036>,
<https://op.tsatu.edu.ua/course/view.php?id=1731>,
<https://op.tsatu.edu.ua/course/view.php?id=1485>,
<https://op.tsatu.edu.ua/course/view.php?id=1732>)

Викладач(і): Викладач(і): в.о. зав. кафедри Нестеров Олексій Сергійович
<http://www.tsatu.edu.ua/fvs/people/nesterov-oleksij-serhijovych/>

Кількість кредитів 4
Загальна кількість годин 120

Загальний опис навчальної дисципліни

Анотація курсу. Дисципліна «Фізичне виховання» вивчає соціально-виховний процес цілеспрямованого систематичного впливу на людину фізичними вправами, натуральними силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку рухових якостей, вдосконалення морфологічних та функціональних можливостей, формування та покращення головних життєво важливих рухових навичок та вмінь, а також пов'язаних з ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі в суспільному, виробничому та культурному житті.

Метою дисципліни «Фізичне виховання» є перманентне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти ("бакалавр"), виховання здорової, всебічно розвинутої, фізично досконалої людини – будівника суспільства, в якому вона живе, готової до праці та захисту своєї Батьківщини, виховання морально-вольових якостей та потреби у здоровому способі життя, використання здобутих цінностей фізичної культури у особистій, громадській, професійній діяльності та в сім'ї.

Завдання дисципліни «Фізичне виховання»:

- формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установа на здоровий спосіб життя,

- фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботи, сімейному фізичному вихованні;
 - зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності на протязі всього періоду навчання;
 - оволодіння системою практичних умінь і навичок занять головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;
 - набуття фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії;
 - придбання досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей;
 - формування здатності до виконання державних або відомчих тестів і нормативів на рівні вимог освітньо-кваліфікаційних характеристик та освітньо-професійних програм відповідного рівня.

Результати навчання (компетентності)

Компетентності, які студент набуває в результаті вивчення дисципліни

Спеціальність	Загальні компетентності (ЗК)	Спеціальні (фахові) компетентності (ФК)	Результати навчання (РН)
071 "Облік і оподаткування"	ЗК03. Здатність працювати в команді. ЗК04. Здатність працювати автономно. ЗК06. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК12. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. ЗК15. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей		РН19. Дотримуватися здорового способу життя, безпеки життєдіяльності співробітників та здійснювати заходи щодо збереження навколишнього середовища. РН20. Виконувати професійні функції з урахуванням вимог соціальної відповідальності, трудової дисципліни, вміти планувати та управляти часом. РН23. Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства на основі розуміння місця

	розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, вести здоровий спосіб життя.		предметної області у загальній системі знань, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя.
--	---	--	---

Орієнтовний перелік тем практичних занять

Змістовий модуль 1. Легка атлетика.

Тема 1. Техніка безпеки та правила поведінки на заняттях з легкої атлетики. Загальна і спеціальна розминка легкоатлета, вимоги щодо проходження курсу легкої атлетики. Ознайомлення з контрольними нормативами

Тема 2. Техніка бігу на короткі дистанції

Тема 3. Техніка бігу на середні дистанції

Тема 4. Розвиток витривалості: крос по пересіченій місцевості

Тема 5. Розвиток фізичних якостей (витривалості, швидкості, сили)

Тема 6. Техніка стрибку у довжину з місця

Тема 7. Прийом контрольних нормативів з легкої атлетики

Змістовий модуль 2. Спеціалізація.

У 2-му змістовому модулі для зміцнення здоров'я, удосконалення фізичного розвитку, статури, головних життєво важливих рухових якостей (витривалість, сила, швидкість, гнучкість, спритність), навичок і умінь студентам надається можливість самостійного обрання виду рухової активності з запропонованих, а саме: гирьовий спорт, аеробіка (жінки), вільна боротьба, спортивні ігри (волейбол, баскетбол).

Тема 8. Техніка безпеки на заняттях з обраного виду спорту. Вимоги щодо проходження курсу. Ознайомлення з контрольними нормативами.

Тема 9. Техніка виконання основних вправ обраного виду спорту.

Тема 10. Складання і виконання комплексу власної програми тренувань з обраного виду спорту.

Тема 11. Прийом контрольних нормативів з обраного виду спорту.

Політика курсу

Політика курсу визначається системою вимог, які пред'являються до здобувача вищої освіти при вивченні дисципліни та ґрунтується на засадах академічної доброчесності. Дотримуватися етики поведінки, яка прописана в Кодексу честі Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного. Пропущені заняття відпрацьовувати відповідно затвердженого графіку консультацій. Академічна недоброчесність є несумісною з принципами викладання курсу. Основні принципи проведення занять:

- відкритість до нових та неординарних ідей, толерантність, доброзичлива партнерська атмосфера, взаєморозуміння та творчого розвитку;
- усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін;
- різні моделі роботи на заняттях, у тому числі робота над вирішенням завдань, дає можливість здобувачам вищої освіти якнайширше розкрити свій власний потенціал, навчитись довіряти своїм партнерам, розвинути навички інтелектуальної роботи в команді;
- курс передбачає інтенсивне використання мобільних технологій навчання, що дає можливість здобувачам вищої освіти та викладачеві спілкуватись один з одним у будь-який зручний для них час, а для здобувачів вищої освіти, які відсутні на заняттях, отримати необхідну навчальну інформацію та представити виконані завдання;
- протягом усього курсу активно розвиваються автономні навички здобувачів вищої освіти, які можуть підготувати додаткову інформацію за темою, що не увійшла до переліку тем практичних занять змістових модулів та виступити з інформуванням додатково.

Рекомендована література

Базова

1. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24.12.1993 р. № 3808-ХІІ. Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1994, № 14, ст.80).
2. Про освіту : Закон України від 01.07.2014 р. № 1556-VII.
3. "Про внесення змін до деяких законів України щодо підтримки дитячо-юнацького спорту та фізичного виховання дітей" (від 19.05.2015 № 453-VIII)
4. Указ Президента України від 18.05.2019 № 286/2019 "Про Стратегію національно-патріотичного виховання" Концепція фізичного виховання в системі освіти України (1997).
5. Постанова Кабінету Міністрів України від 01.03.2017 № 115 "Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024 року".
6. Постанова Кабінету Міністрів України від 09.12.2015 № 1045 "Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України".

Допоміжна

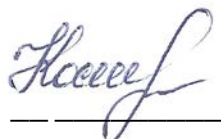
1. Абдуллаєв А.К., Нестеров О.С. Техніка й тактика вільної боротьби в групах спортивного удосконалення студентів внз. Методичні вказівки до практичних занять студентів всіх напрямів підготовки денної форми навчання. Тавр. держ. агр. університет. Мелітополь : ТДАТУ, 2016. 116 с., іл.

2. Газаєв В.Н., Артеменко В.В. Баскетбол для студентів ТДАТУ. Індивідуальні дії гравців в нападі та захисті. Методичні рекомендації до практичних занять студентів усіх напрямів підготовки. Тавр. держ. агр. університет. Мелітополь : ТДАТУ, 2019. 67 с.
3. Ігрові форми як засіб фізичного виховання в освітньому процесі студентів у закладах вищої освіти. Навчально-методичний посібник / В.Н. Газаєв та ін. Мелітополь: ФОП Белень В.В., 2021. 88 с.
4. Кубрак С.І., О.С. Нестеров. Основи гирьового порту в вузі: навчання руховим діям і методи тренування студентів. Методичні вказівки до практичних занять студентів ОКР "Бакалавр" всіх напрямів підготовки денної форми навчання. Тавр. держ. агр. університет. Мелітополь : ТДАТУ, 2016. 96 с., іл.
5. Рибницький А.В., Нестеров О.С. Методичні вказівки з легкої атлетики: для практичних занять студ. ОКР "Бакалавр" всіх напрямів підготовки денної форми навчання. Тавр. держ. агр. університет. Мелітополь : ТДАТУ, 2015. 52 с.
6. Оздоровчо-рекреаційні технології : навч. посіб. / Чеховська Л. та ін. Львів : ЛДУФК, 2019. 220 с.
7. Пангелова Н. Є., Круцевич Т. Ю., Данилко В. М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навчальний посібник / Н. Є. Пангелова, - Переяслав Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. 505 с.

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. Освітній портал Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного – <https://op.tsatu.edu.ua/>
2. Сайт кафедри фізичного виховання і спорту ТДАТУ імені Дмитра Моторного – <http://www.tsatu.edu.ua/fvs/>
3. Сайт спортивного клубу Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного "Таврія-Університет" – <http://sport.tsatu.edu.ua/>
4. Наукова бібліотека Таврійського державного агротехнологічного університету – <http://www.tsatu.edu.ua/biblioteka/>
5. Репозитарій Наукової бібліотеки ТДАТУ (кафедра фізичного виховання і спорту) – <http://elar.tsatu.edu.ua/handle/123456789/168>

Гарант освітньої програми



Анна КОСТЯКОВА