

**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=1485>)**

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

Кількість кредитів	1
Загальна кількість годин	30

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, установлення 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)
D1 "Облік і оподаткування"	ЗК03. Здатність працювати в команді. ЗК15. 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, вести здоровий спосіб життя.		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 предметної області у загальній системі знань,

			використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя.
--	--	--	---

Орієнтовний перелік тем практичних занять

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. Техніка безпеки на заняттях обраним видом рухової активності. Вимоги щодо проходження курсу. Ознайомлення з контрольними нормативами.

Тема 8. Техніка виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 9. Складання і виконання комплексу власної програми тренувань з обраного виду рухової активності.

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 не доброчесність 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

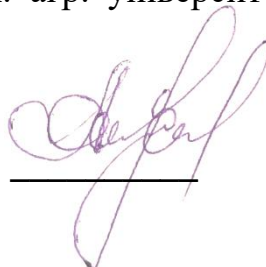
здобувачів вищої освіти, які відсутні на заняттях, отримати необхідну навчальну інформацію та представити виконані завдання;

- 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

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. Оздоровчо-рекреаційні технології : навч. посіб. / Чеховська Л. та ін. Львів : ЛДУФК, 2019. 220 с.
3. Пангелова Н. Є., Круцевич Т. Ю., Данилко В. М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навчальний посібник. Переяслав-Хмельницький : ФОП Домбровська Я. М., 2017. 505 с.
4. Присяжнюк Станіслав Фізичне виховання. Теоретичний розділ. Центр навчальної літератури, 2019. 504 с.
5. Газаєв В.Н., Нестеров О.С. Біомеханічні основи, особливості та методика навчання техніці волейболу студентів основної групи фізичного виховання ТДАТУ. Методичні рекомендації до практичних занять студентів усіх напрямів підготовки. Тавр. держ. агр. університет. Мелітополь : ТДАТУ, 2019. 54 с.

Гарант освітньої програми



Анна КОСТЯКОВА