



Уманський національний
університет садівництва

Інженерно-технологічний
факультет

Кафедра фізичного виховання і
психолого-педагогічних
дисциплін

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «Фізичне виховання»

Рівень вищої освіти:	<u>Початковий рівень</u> <u>(короткий цикл)</u>
Спеціальність:	<u>071 Облік і</u> <u>оподаткування</u>
Освітня програма:	<u>Облік і оподаткування</u>
Навчальний рік, семестр:	<u>2020-2021 н.р., семестр 1</u>
Курс (рік навчання)	<u>1 (1)</u>
Форма навчання:	<u>денна</u>
Кількість кредитів ЄКТС:	<u>3</u>
Мова викладання:	<u>українська</u>
Обов'язкова/вибіркова:	<u>обов'язкова</u>

Лектор курсу	Наталія Гребінюк
Профайл лектора	https://sport.udau.edu.ua/ua/pro-kafedru/vikladachi-ta-spivrobotniki/grebinyuk-nataliya-mikolaivna.html
Контактна інформація лектора	моб. тел. 063-220-95-06
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.udau.edu.ua/course/view.php?id=384

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета курсу	послідовне перманентне формування фізичної культури особистості, 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 в особистій, громадській, професійній діяльності та в сім'ї.
Завдання курсу	навчити студентів формувати розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготувати 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; формувати системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних в процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному фізичному вихованні; оволодіти 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
Компетентності	ЗК12. Здатність зберігати та примножувати моральні і культурні цінності, вести здоровий спосіб життя; СК06. Здатність застосовувати етичні принципи під час виконання професійних обов'язків.
Програмні результати навчання	ПР11. Вміти працювати самостійно та в команді, проявляючи відповідальність у роботі; ПР12. Дотримуватися здорового способу життя.

СТРУКТУРА КУРСУ

Тема	Години (лекції / практичні (семінарські, лабораторні))	Зміст тем курсу	Завдання	Оціню- вання (балів)
Змістовий модуль 1				
Тема 1. Техніка бігу на короткі дистанції	-/6	Особливості бігу, уява про правильну техніку бігу на короткі дистанції. Техніка бігу по прямій дистанції. Техніка бігу на повороті. Техніка низького старту і стартового розгону. Техніка фінішування.	Ознайомитись з особливостями бігу і мати про правильну техніку бігу на короткі дистанції, по прямій дистанції, на повороті, техніку низького старту і стартового розгону, техніку фінішування.	5
Тема 2. Техніка бігу на середні дистанції	-/8	Особливості техніки бігу на середні дистанції. Техніка бігу по прямій. Техніка бігу на повороті. Техніка високого старту і стартове прискорення. Техніка фінішування.	Ознайомитись з технікою бігу на середні дистанції, по прямій дистанції, на повороті, техніку низького старту і стартового розгону, техніку фінішування.	5
Тема 3. Розвиток витривалості	-/8	Особливості фізичного удосконалення за допомогою обраної системи фізичних вправ.	Ознайомитись з комплексом вправ та навчитися їх виконувати за допомогою обраної системи фізичних вправ.	5
Тема 4. Техніка стрибків у довжину	-/8	Особливості техніки стрибків у довжину. Техніка відштовхування. Техніка розбігу в сполученні з відштовхуванням. Техніка приземлення.	Ознайомитись з технікою стрибків у довжину, технікою відштовхування, технікою розбігу в сполученні з відштовхуванням, технікою приземлення.	5
Модульний контроль				10
Змістовий модуль 2				
Тема 5. Основні положення та переміщення у вибраній спортивній грі. Техніка безпеки на заняттях зі спортивних ігор.	-/14	Особливості техніки стійки і переміщення, передачі м'яча, подачі м'яча.	Ознайомитися з технікою стійки і переміщення, передачі м'яча, подачі м'яча.	10
Тема 6. Техніка гри у волейбол	-/16	Особливості поєднання переміщень із передачею м'яча зверху і прийманням знизу. Передача м'яча біля сітки. Передача м'яча двома руками зверху за спину. Нижня та верхня прямі подачі в різні зони майданчика.	Вивчити поєднання переміщень із передачею м'яча зверху і прийманням знизу, передачу м'яча біля сітки, передачу м'яча двома руками зверху за спину, приймання м'яча, що відскочив від сітки. Подачі в різні зони майданчика.	10
Модульний контроль				10
Змістовий модуль 3				
Тема 7. Основні положення та переміщення у вибраній спортивній грі. Техніка безпеки на заняттях зі спортивних ігор	-/14	Особливості правил пересування майданчиком, передачі м'яча, ловіння м'яча, ведення м'яча, кидки м'яча.	Ознайомитися з особливостями та вивчити правила пересування майданчиком, передачі м'яча, ловіння м'яча, ведення м'яча, кидки м'яча.	10
Тема 8. Техніка гри у баскетбол.	-/16	Особливості техніки нападу, відволікаючі рухи, навчальна ігра.	Ознайомитися з особливостями та вивчити техніки нападу, відволікаючих рухів, ігор.	10
Модульний контроль				10
Всього за семестр	-/90			
Залік				100
Всього за курс				100

ПОЛІТИКИ КУРСУ

Політика оцінювання	В основу рейтингового оцінювання знань закладена 100-бальна шкала оцінювання (максимально можлива сума балів, яку може набрати здобувач за всіма видами контролю знань з дисципліни з урахуванням поточної успішності, самостійної роботи, науково-дослідної роботи, модульного контролю, підсумкового контролю тощо). Встановлюється, що при вивченні дисципліни до моменту підсумкового контролю (заліку) здобувач може набрати максимально 100 балів.
Політика щодо академічної доброчесності	Під час підготовки рефератів та індивідуальних науково-дослідних завдань, проведення контрольних заходів здобувачі повинні дотримуватися правил академічної доброчесності, які визначено Кодексом доброчесності Уманського НУС. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (за погодженням із деканом факультету)

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену
90 – 100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	задовільно
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни