МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ПОЛТАВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичного виховання і спорту

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

(обов'язкова навчальна дисципліна)

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

освітньо-професійна програма Облік і оподаткування
спеціальність 071 Облік і оподаткування
галузь знань 07 Управління і адміністрування
освітній ступінь бакалавр
Факультет обліку та фінансів

Розробник
Віктор БОНДАРЕНКО, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту.

Гарант:
Наталія КАНЦЕДАЛ професор кафедри бухгалтерського обліку і оподаткування.

Полтава

2021/2022

Опис навчальної дисципліни та інформація про розробника

Назва навчальної дисципліни	Фізичне виховання
Назва структурного підрозділу	Кафедра фізичного виховання і спорту
Контактні дані розробників, які залучені до викладання	Викладач:Віктор БОНДАРЕНКО Контакти: спортивний комплекс : viktor.bondarenko@pdaa.edu.ua, : 0954279595, сторінка викладача: https://www.pdaa.edu.ua
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Спеціальність	спеціальність 071 Облік і оподаткування
Попередні умови для вивчення навчальної дисципліни	Цикл гуманітарних дисциплін на рівні загальної середньої освіти.
Мова викладання	Державна

Заплановані результати навчання

Мета вивчення навчальної дисципліни

– застосування фізичних вправ з метою збереження та зміцнення власного здоров'я і забезпечення фахової діяльності;

– застосування відповідних видів фізичних вправ та психофізичний тренінг для профілактики захворювань, зміцнення здоров'я та підвищення розумової і фізичної працездатності;

– застосування засобів фізичної культури і спорту з метою покращення здоров'я та рухової підготовленості, як складових ефективної професійної діяльності;

– застосування методів самоконтролю за станом здоров'я фізичного розвитку та діяльності функціональних систем організму;

– дотримання гігієнічних вимог у процесі оздоровлення і тренувань;

– простійших прийомів масажу і самомасажу з метою відновлення організму після психофізичних навантажень та запобігання передвчасній втомі під час інтенсивної, розумової і фізичної діяльності.

Основні завдання навчальної дисципліни:

– використовувати у своїй практичній діяльності набуті знання основних теоретичних положень з фізичного виховання;

– розвивати загальні фізичні якості за допомогою різновидів вправ легкої атлетики (біг, стрибки, метання та ін.);

– виконувати техніко-тактичні прийоми із спортивних ігор та мати навички суддівства (футбол, волейбол, настільний теніс, баскетбол, шахи);

– виконувати базові комплекси оздоровчої гімнастики та основні акробатичні та гімнастичні елементи що входять до різновидів гімнастики;

– планувати фізичне навантаження і здійснювати самоконтроль фізичного стану при виконанні швидкісно-силових прав та вправ з обтяженням;

– застосовувати комплекси фізичних вправ для підвищення ефективності праці з урахуванням особливостей прикладно-професійної фахової діяльності;

– застосовувати комплекси фізичних вправ для підвищення ефективності праці з урахуванням особливостей прикладно-професійної фахової діяльності.

Заплановані результати навчання:

Компетентності загальні:

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.

Програмні результати навчання:

ПР20. Виконувати професійні функції з урахуванням вимог соціальної відповідальності, трудової дисципліни, вміти планувати та управляти часом.

ПР23. 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.

Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Фізична культура і система фізичного виховання у закладах вищої освіти.

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.

Розподіл навчальної дисципліни за видами занять та годинами навчання

Система нарахування балів

Накопичування балів з навчальної дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Засвоєння матеріалу лекцій	4

Елементи характеристики	Денна форма навчання
	набір 2021 р.
Рік навчання (курс)	1-й, 2-й
Семестр	1-й – 4-й
Лекції (годин)	8
Лабораторні заняття (годин)	112
Засвоєння матеріалу на практичних заняттях	56
Виконання контрольних нормативів	28
Написання та проведення комплексів ранкової гігієнічної та виробничої гімнастики	2
Участь у спортивних заходах	10
Максимальна кількість балів	100

Система оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	Д	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
1-34	F	незадовільно з обов`язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов`язковим повторним вивченням дисципліни

Трудомісткість:

Загальна кількість годин – 120 год.

Кількість кредитів – 4,0

Форма кінцевого контролю – залік

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.Єрьоменко 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 тренованих та нетренованих 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 нафто-газової 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 21липня 2008 року № 640/2008 (зі змінами). URLhttp://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 змінами). URL:http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004 (дата звернення: 27.08.2020).

6. Постанова Кабінету Міністрів України Про затвердження Державної цільової соціальніпрограми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року від 01 березня 2017 року № 115. URL :http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF (дата звернення: 27.08.2020).

7. Розпорядження Кабінету Міністрів України Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року від 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 освіти і науки України Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах від 11 січня 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 підвищення інтересу студентів до занять фізичного виховання. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення : зб. наук. ст. II Всеукр. наук.-практ. конф., Х., 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. Особливості нормування фізичних навантажень при оздоровчому тренуванні студентів. Вісн. Кам'янець-Поділ. нац. ун-ту. Фіз. виховання, спорт і здоров'я людини. 2016. Вип. 9. URL : http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/76365 (дата звернення: 27.08.2020).