

Силабус навчальної дисципліни

«Фізичне виховання»

Спеціальність	<i>Усі</i>
Освітня програма	<i>Усі</i>
Освітній рівень	<i>Бакалавр</i>
Статус дисципліни	<i>Факультатив</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Курс / семестр	<i>1-2 курс, 1-4 семестр</i>
Кількість кредитів ЄКТС	<i>Позакредитна</i>
Розподіл за видами занять та годинами навчання	<i>Лекції – 8 год.</i>
	<i>Практичні (семінарські) – 260 год.</i>
	<i>Лабораторні – 0 год.</i>
	<i>Самостійна робота – 130 год.</i>
Форма підсумкового контролю	<i>Залік</i>
Кафедра	<i>Кафедра фізичного виховання та спорту, 61166, м. Харків, пр-т Науки, 9а, ХНЕУ ім. С. Кузнеця, перший навчальний корпус, ауд. 108. Тел. +38 (057) 702-18-36; 3-72 (внутр.).</i>
Викладач (-і)	<i>Маракушин Андрій Ігорович (завідувач кафедрою, доцент)</i>
Контактна інформація викладача (-ів)	<i>Маракушин Андрій Ігорович andrey.marakushyn@hneu.net Чередніченко Артем Вікторович surz@ukr.net</i>
Дні занять	<i>З понеділка по п'ятницю</i>
Консультації	<i>-</i>

Метою викладання даної навчальної дисципліни є набуття знань і вмінь стосовно розуміння необхідності формування фізичної культури як системної якості особистості, невід'ємного компонента загальної культури майбутнього фахівця, здатного реалізувати її в навчальній, соціально-професійній діяльності й родині.

Передумови для навчання шкільний курс “Фізична культура”

Зміст навчальної дисципліни

- Тема 1. Загальна фізична, спеціальна і спортивна підготовка, фізична реабілітація в системі фізичного виховання студентів*
- Тема 2. Проведення туристських подорожей з студентською молоддю*
- Тема 3. Організація та проведення занять з групою за обраним видом рухової активності*
- Тема 4. Базові технічні прийоми обраного виду рухової активності*
- Тема 5. Контроль засвоєння змістового модуля 1*
- Тема 6. Використання основних засобів розвитку гнучкості під час занять обраним видом рухової активності*
- Тема 7. Використання основних засобів розвитку швидкості під час занять обраним видом рухової активності*
- Тема 8. Використання основних засобів розвитку сили під час занять обраним видом рухової активності*
- Тема 9. Використання основних засобів розвитку витривалості під час занять обраним видом рухової активності*
- Тема 10. Використання основних засобів розвитку спритності під час занять обраним видом рухової активності*
- Тема 11. Контроль засвоєння змістового модуля 2*
- Тема 12. Контроль засвоєння блоку змістових модулів 1*
- Тема 13. Методи фізичного тренування та навчання фізичним вправам і прийомам у процесі підготовки до професійної діяльності*
- Тема 14. Використання основних методів розвитку сили під час занять обраним видом рухової активності*

- Тема 15. Використання основних методів розвитку швидкості під час занять обраним видом рухової активності
- Тема 16. Використання основних методів розвитку гнучкості під час занять обраним видом рухової активності
- Тема 17. Використання основних методів розвитку витривалості під час занять обраним видом рухової активності
- Тема 18. Використання основних методів розвитку спритності під час занять обраним видом рухової активності
- Тема 19. Варіанти психічної саморегуляції
- Тема 20. Фізичні вправи як засіб тренування вестибулярного аналізатора
- Тема 21. Вправи для очей
- Тема 22. Контроль засвоєння змістового модуля 3
- Тема 23. Навчання окремому елементу (прийому) методом цілісної вправи
- Тема 24. Навчання окремому елементу (прийому) методом розчленовано-конструктивної вправи
- Тема 25. Навчання окремому елементу (прийому) з допомогою підготовчих вправ
- Тема 26. Контроль засвоєння змістового модуля 4
- Тема 27. Контроль засвоєння блоку змістових модулів 2
- Тема 28. Тактичний прийом як одне з основних елементів змісту тактики під час занять в обраному виді рухової активності
- Тема 29. Навчання індивідуальним тактичним прийомам за обраним видом рухової активності
- Тема 30. Навчання груповим тактичним прийомам за обраним видом рухової активності
- Тема 31. Навчання груповим тактичним прийомам за обраним видом рухової активності
- Тема 32. Контроль засвоєння змістового модуля 5
- Тема 33. Загальна структура занять в обраному виді рухової активності
- Тема 34. Основна педагогічна спрямованість занять в обраному виді рухової активності
- Тема 35. Типи та організація тренувальних занять в обраному виді рухової активності
- Тема 36. Побудова тижневих мікроциклів тренувальних занять в обраному виді рухової активності
- Тема 37. Структура мікроциклів різних типів в обраному виді рухової активності
- Тема 38. Побудова мезоциклів тренувальних занять в обраному виді рухової активності
- Тема 39. Контроль засвоєння змістового модуля 6
- Тема 40. Контроль засвоєння блоку змістових модулів 3
- Тема 41. Роль професійно-прикладної рухової підготовки в забезпеченні оптимальної працездатності
- Тема 42. Розвиток швидкості реакції
- Тема 43. Розвиток точності рухів і диференціювання м'язових зусиль
- Тема 44. Формування правильної постави і вдосконалення пози, стоячи у вертикальному положенні
- Тема 45. Розвиток статичної витривалості
- Тема 46. Розвиток якостей, які необхідні при роботі в умовах висоти і вузької опори
- Тема 47. Удосконалення уміння розслабляти м'язи
- Тема 48. Розвиток дихального апарату
- Тема 49. Контроль засвоєння змістового модуля 7
- Тема 50. Виховання стійкості до низьких температур і різких коливань температури
- Тема 51. Організація і проведення змагань з окремих видів спорту
- Тема 52. Виховання стійкості до високих температур і різких коливань температури
- Тема 53. Контроль засвоєння змістового модуля 8
- Тема 54. Контроль засвоєння блоку змістових модулів 4

Матеріально-технічне (програмне) забезпечення дисципліни

Спортивні споруди з обладнанням.

Сторінка курсу на платформі Moodle (персональна навчальна система)

Інформаційно-методична складова.
<https://pns.hneu.edu.ua/mod/folder/view.php?id=59369>

Рекомендовані джерела

Основна

1. Методичні рекомендації щодо оволодіння технічними прийомами гри в настільний теніс з навчальної дисципліни "Фізичне виховання" для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання / укл. В. П. Складенко, Л. В. Бондар, А. В. Чередніченко. – Х. : Вид. ХНЕУ, 2011. – 48 с. (Укр. мов.)
2. Методичні рекомендації до занять з боротьби дзюдо для студентів усіх напрямків підготовки денної форми навчання / Укл. Д. Ю. Стеценко. – Харків: Вид. ХНЕУ, 2010. – с. (Укр. мов.)
3. Методичні рекомендації з організації та проведення занять з аеробіки для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання / уклад. І. М. Погребняк, І. А. Подмарьова, О. П. Наговіцина. – Х. : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2016. – 48 с. (Укр. мов.)
4. Методичні рекомендації з навчальної дисципліни "Фізичне виховання" для студентів спеціальних навчальних груп усіх напрямів підготовки / укл. Куделко В. Е., Улаєва Л. О., Собко І. М. – Х. : Вид. ХНЕУ, 2012. – 44 с. (Укр. мов.)
5. Методичні рекомендації до занять з атлетизму для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання / укл. В. В. Мирний, Ю. І. Кривець. – Харків : Вид. ХНЕУ, 2010. – 44 с. (Укр. мов.)
6. Методичні рекомендації з організації та проведення занять із волейболу для студентів усіх спеціальностей денної форми навчання [Електронний ресурс] / уклад. Ю. І. Кривець, О.В. Пономаренко. – Харків : Вид. ХНЕУ.2005 — 44с. (Укр. мов.)

Додаткова

7. Спортивні ігри : навч. пос. для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів : у 2-х т. : / Ж. Л. Козіна, Ю. М. Поярков, О. В. Церковна, та ін. – Т. 2. – Х. : 2010, вид. «Гочка», 2010. – 228 с.

Система оцінювання результатів навчання

Студента слід вважати атестованим, якщо сума балів, одержаних за результатами підсумкової/семестрової перевірки успішності, дорівнює або перевищує 60 балів. Сумарний результат у балах за семестр складає: «60 і більше балів – зараховано», «59 і менше балів – не зараховано» та заноситься у залікову «Відомість обліку успішності» навчальної дисципліни. У випадку отримання менше 60 балів студент обов'язково здає залік після закінчення екзаменаційної сесії у встановлений деканом факультету термін, але не пізніше двох тижнів після початку семестру. Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в технологічній карті дисципліни.

Розподіл балів за темами

Поточне тестування та самостійна робота													Сума		
Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2										
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12				
10	7	2	18	7	7	7	7	7	7	7	14	100			
Поточне тестування та самостійна робота													Сума		
Змістовий модуль 3							Змістовий модуль 4								
T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20	T21	T22	T23	T24	T25	T26	T27	
10	8	8	8	8	8	3	4	3	7	4	4	4	7	14	100
Поточне тестування та самостійна робота													Сума		
Змістовий модуль 5					Змістовий модуль 6										
T28	T29	T30	T31	T32	T33	T34	T35	T36	T37	T38	T39	T40			
10	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	14	100		
Поточне тестування та самостійна робота													Сума		
Змістовий модуль 7							Змістовий модуль 8								
T41	T42	T43	T44	T45	T46	T47	T48	T49	T50	T51	T52	T53	T54		
10	11	7	7	4	4	2	2	7	6	13	6	7	14	100	

Політики навчальної дисципліни

Відвідування навчальних занять дисципліни є обов'язковим.

Виконання завдань пізніше встановленого терміну неприпустиме.

Доброчесність згідно кодексу.

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни <https://pns.hneu.edu.ua/mod/folder/view.php?id=59369>

Силабус затверджено на засіданні кафедри «28» вересня 2020 р. Протокол №3.