

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЗ «ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»

Кафедра Спортивних дисциплін

СИЛАБУС ОBOB'ЯЗKOBOTO OCBITHЬOTO KOМПОНЕНТА

«Фізичне виховання»

Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

Спеціальність 073 «Менеджмент»

Освітня програма Менеджмент організацій і адміністрування

Гарант освітньої програми д.е.н., професор Колосов Андрій Миколайович

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Назва освітнього компонента. | «Фізичне виховання» |
| 2. Рік (роки) навчання | 1 |
| 3. Семестр / семестри. | 2 |
| 4. Кількість кредитів ECTS. | 3 |
| 5. Відомості про викладача (викладачів). | Полулященко Т. Л., доцент, к.п.н., e-mail: tatyana_brovar@i.ua |
| 6. Мета вивчення освітнього компонента (в термінах результату навчання й компетентностей) | <p>Мета фізичного виховання у закладі вищої освіти – формування всебічно розвинутих особистостей, підготовка їх до високопродуктивної праці за обраним фахом, до захисту Батьківщини, здатність використовувати фізичну культуру і спорт в умовах майбутньої професійної діяльності, дати знання з основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухомої діяльності й уміння застосовувати їх на практиці у своїй фізичній активності, виконання відомчих нормативів професійно прикладної психофізичної підготовленості.</p> <p>Здійснення фізичного виховання у вузі ґрунтується на загальних соціальних принципах виховної стратегії суспільства, загально педагогічних принципах: особистого підходу, фундаментальності, гуманізації, демократизації педагогічного процесу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - загально методичних: свідомості, активності, доступності, систематичності, послідовності; - специфічних принципів фізичного виховання: безперервності, систематичного чергування навантаження і відпочинку, циклічної побудови системи занять, вікової і загальноосвітньої адекватності напрямків фізичного виховання. <p>У процесі фізичного виховання використовуються традиційні і нетрадиційні засоби і методи фізкультурної освіти та фізичного вдосконалення. Добір засобів і методів здійснюється за розсудом викладачів з урахуванням фізкультурних, спортивних інтересів та індивідуальних особливостей студентів. Забороняється застосування засобів і методів пов'язаних з ризиком для життя тих, хто займається, а також формування культури насильства і жорстокості.</p> <p>Досягнення мети і вирішення завдань фізичного виховання студентів забезпечуються за допомогою двох взаємозалежних змістовних дидактичних компонентів: <i>обов'язкового базового</i>, що формує основи фізичної культури особистості фахівців рівня (бакалавр) і <i>елективного</i>, що спирається на базовий і доповнює його з урахуванням професійної фізичної підготовки, індивідуальних мотивів, стану здоров'я.</p> <p>Навчальний матеріал фізичного виховання реалізується через розділи робочої навчальної програми: теоретична підготовка, професійно-прикладна підготовка, фізична підготовка і контроль.</p> |
| 7. Методи навчання | <p>Вербальні – лекції.</p> <p>Наочні – схематично-графічні, пояснювально-ілюстративні.</p> <p>Самостійні – самостійне опанування теоретичного матеріалу.</p> <p>Контрольно-звітні – виконання практичних завдань, виконання групових</p> |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | або індивідуальних завдань. |
| 8. Навчальний освітній компонент забезпечує формування ряду загальних та спеціальних компетентностей | Загальні компетентності (ЗК) ЗК2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати 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, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. ЗК11. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. |
| 9. Програмні результати навчання | ПРН2. Зберігати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати досягнення суспільства, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя. ПРН 4. Демонструвати навички виявлення проблем та обґрунтування управлінських рішень. ПРН 10. Мати навички обґрунтування дієвих інструментів мотивування персоналу організації. ПРН 16. Демонструвати навички самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним. |
| 10. Передумови (актуальні знання, необхідні для опанування освітнього компонента) | Шкільний курс “Фізична культура”. |
| 11. Зміст освітнього компонента | Навчання здійснюється під час практичних занять, самостійної позааудиторної роботи та індивідуальних консультацій з викладачем. Див. табл.1. |
| 12. Список рекомендованої навчальної літератури | Див. п.18. |
| 13. Форми та методи оцінювання | – оцінювання теоретичної підготовки – 10 балів; – оцінювання фізичної підготовки – 50 балів; – оцінювання контрольних нормативів (за власним бажанням здобувача) - 40 балів Всього 100 балів. |
| 14. Шкала оцінювання | За діючим у ЗВО положенням (Табл.2). |
| 15. Технічні вимоги до комп’ютерного та іншого технічного обладнання, яке забезпечує навчальний процес: | Обладнання та інвентар спеціального призначення відповідно до певного виду спорту, за допомогою якого здійснюється освітній процес. програмне забезпечення: ОС Windows, Офісний пакет Microsoft Office. вільний доступ до мережі Інтернет, Локальна мережа Wi-Fi, наявність програм Viber, Zoom, Microsoft Teams, Освітній портал (http://do.luguniv.edu.ua). |
| 16. Мова викладання | Українська |
| 17. Feedback | Наприкінці курсу ЗВО пропонується Анкета, що містить питання щодо |

| | |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| курсу | змістової частини, форм та методів подання навчального матеріалу, а також передбачає висловлення вражень від проходження курсу. Отримані відповіді допоможуть удосконалити викладання курсу. |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Таблиця 1

Зміст освітнього компонента

| № | Тематика та їхня структура | денна форма навчання | | | | |
|---------------|-----------------------------------|----------------------|--------|-------------------|--------------------|-------------------|
| | | загальна кількість | лекції | практичні заняття | лабораторні роботи | самостійна робота |
| 1 – 2 семестр | | | | | | |
| 1.1. | Теоретична підготовка | 4 | | | | 4 |
| 1.2. | Фізична підготовка: | | | | | |
| | - Гімнастика | 16 | | 10 | | 10 |
| | - Легка атлетика | 16 | | 10 | | 10 |
| | - Спортивні ігри | 36 | | 22 | | 6 |
| | - Професійно-прикладна підготовка | 18 | | 10 | | 8 |
| | ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ГОДИН | 90 | | 52 | | 38 |

Таблиця 2

Шкала оцінювання: національна та ECTS

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ECTS | Оцінка за національною шкалою | |
|----------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| | | для екзамену, курсового проекту (роботи), практики | для заліку |
| 90 – 100 | A | відмінно | Зараховано |
| 83-89 | B | добре | |
| 75-82 | C | | |
| 63-74 | D | | |
| 50-62 | E | задовільно | |
| 21-49 | FX | незадовільно з можливістю повторного складання | не зараховано з можливістю повторного складання |
| 0-20 | F | незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни | не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни |

18. Рекомендована навчальна література

Основна навчальна література

1. Булкіна Н.П., Бабич В.І. Теоретична підготовка студентів з дисципліни „Фізичне виховання” (модульний курс). Навчальний посібник. Луганськ, 2010. – 197 с.
2. Дубинська О.Я. Курс лекцій з теорії фізичної культури, фізичне виховання різних груп населення. Суми : Видавництво СумДПУім. А.С. Макаренка, 2013. 249 с. URL : <https://bit.ly/3jMF2Da>.
3. Кушнірюк С.Г. Основи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів : підручник. Бердянськ : Видавець Ткачук О.В., 2013. 288 с. URL :

<https://bit.ly/2OtZWek>.

4. Н. Добре та інші. Техніка і тактика ойни : навч. метод. посіб. для вчителів і викл. вишів / Франгулеа С., Мойе К., Роата Р., Сіклован Л., Сердечний В. В., Полулященко Т. Л. ; за ред. Н. Добре / пер. з рум. І.-Л. Горват. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». Полтава : Вид-во ТОВ «ТАЛКОМ», 2022. 126 с.

5. Н. Добре, Сердечний В.В., Полулященко Т.Л. Правила гри в ойну : навч-метод. посіб. для вчителів і викл. Вишів / за ред. Н. Добре / пер. з рум. Л. Горват. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», Полтава : Вид-во ТОВ «ТАЛКОМ 2022. 95 с.

6. Пилипей Л.П. Основи фізичного виховання для самостійних занять студентів закладів вищої освіти : навчально-методичний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2020. 89 с. URL : <https://bit.ly/3rMuruO>.

7. Полулященко Т.Л. Легка атлетика з МВ. Легка атлетика з методикою викладання: навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти інститутів фізичного виховання і спорту Полтава, ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2022. 89 с.

8. Фізичне виховання. Навчальна програма для загальних спеціальностей ЗД «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», Полтава, 2022р. 8 с.

Додаткова навчальна література

1. Віровський Л.П. Атлетична гімнастика: Навчальний посібник. / Л.П. Віровський. – К.: ІСДО, 1994. – 100 с.

2. Дейнека Кароліс. Рух, дихання, психофізичне тренування. / Кароліс Дейнека. – 2-е вид., перероб. і доп. - К.: Здоров'я, 1988. – 176 с.

3. Дубогай О.Д., Тучак А.М., Костікова С.Д., Єфімов А.О. Основні поняття і терміни оздоровчої фізичної культури та реабілітації. / О.Д. Дубогай, А.М. Тучак, С.Д. Костікова, А.О. Єфімов. – Луцьк, 1997.

4. Завацький В.І. Фізіологічна характеристика рухів як цілеспрямованої поведінки людини: Навчальний посібник. / В.І. Завацький. – Луцьк: Надстир'я, 1993. – 284 с.

5. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. / О.С. Куц. – Вінниця: 1995, част. І. – 123.

Інформаційні ресурси

1. Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту. URL: <https://www.tmfv.org>

2. Журнал «Теорія та методика фізичного виховання». URL: <https://tmfv.com.ua/journal/index>

3. <https://www.tmfv.org> – Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту.

4. <https://tmfv.com.ua/journal/index> – Журнал «Теорія та методика фізичного виховання».

5. <http://sportmon.org> – Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України.

6. <http://fizra.ippo.kubg.edu.ua> – Інформаційно-методичний сайт з фізичного виховання.

<http://sportsience.ldufk.edu.ua/index.php/fazis> – Журнал «Фізична активність, здоров'я і спорт».