

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

Кафедри спортивних дисциплін

РОБОЧА ПРОГРАМА

освітнього компонента «**Фізичне виховання**»

для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
галузь знань: 23 Соціальна робота

спеціальність (спеціальності): 231 Соціальна робота

освітня програма (освітні програми): Соціальна робота. Соціальна педагогіка.
Практична психологія

ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні кафедри
Протокол № 1 від 25 серпня 2022 р.

Завідувач кафедри  Т.Л. Полулященко
(підпис)

1. Назва освітнього компонента.

Фізичне виховання

2. Тип освітнього компонента.

Обов'язковий

3. Рік (роки) навчання.

1 рік

4. Семестр / семестри.

1 та 2 семестри

5. Кількість кредитів ECTS.

3 кредити

6. Відомості про викладача (викладачів).

Полулященко Тетяна Леонідівна – доцент кафедри спортивних дисциплін, кандидат педагогічних наук, tatyana_brovar@i.ua, +380 953556858

7. Очікувані результати навчання.

Вивчення курсу сприяє:

Набуттю загальних компетентностей:

ЗК 2. 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, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 13. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 14. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

ЗК 15. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

Спеціальних компетентностей:

СК 18. Здатність до генерування нових ідей та креативності у професійній сфері, здійснювати соціально-виховну та анімаційну діяльність з різними категоріями клієнтів, дітьми та молоддю з особливими потребами.

Вивчення курсу повинно забезпечити досягнення здобувачами таких *програмних результатів навчання*:

ПРН 1. Здійснювати пошук, аналіз і синтез інформації з різних джерел для розв'язування професійних і встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між соціальними подіями та явищами.

ПРН 5. Теоретично аргументувати шляхи подолання проблем та складних життєвих обставин, обирати ефективні методи їх вирішення, передбачати наслідки.

ПРН 8. Критично аналізувати й оцінювати чинну соціальну політику країни, соціально-політичні процеси на загальнодержавному, регіональному та місцевому рівнях.

ПРН 25. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Soft skills: уміння вирішувати складні проблеми; контекстне мислення; вміння налагоджувати міжособистісні контакти; вміння прогнозувати; гнучкість, швидка адаптація до змін, оцінка та прийняття рішень та ін.

8. Передумови (актуальні знання, необхідні для опанування освітнього компонента).

Компетентності з фізичної культури, набуті в закладі загальної середньої освіти.

9. Зміст освітнього компонента.

№	Тематика та їхня структура	денна форма навчання				
		Загальна кількість	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні роботи	Самостійна робота
Змістовий модуль 1.						
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ						
1.1.	Фізична культура і основи здорового способу життя студента як оздоровче і прикладне значення.	6	–	2	–	4
1.2.	Основи професійно-прикладної фізичної підготовки.	6	–	2	–	4
1.3.	Фізична культура, фізичне удосконалення і здоровий спосіб життя в різні вікові періоди.	6	–	2	–	4
1.4.	Оздоровче-прикладне значення різних видів спорту (гімнастика, легка атлетика, спортивні ігри, рухливі ігри, туризм).	6	–	2	–	4
Змістовий модуль 2.						
ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ						
2.1.	Гімнастика	12	–	8	–	4
2.2.	Легка атлетика	12	–	8	–	4
2.3.	Спортивні ігри	30	–	20	–	10
2.4.	Професійно-прикладна підготовка	12	–	8	–	4
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ГОДИН		90	–	52	–	38

10. Список рекомендованої навчальної літератури.

Основна навчальна література

1. Голубева В. А., Ускова С. М., Пру Н. М. Фізичне виховання як засіб формування культури здоров'я у студентів закладів вищої освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2022 №8 (153). С. 7–9. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8\(153\).01](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).01)

2. Кондес Т.В. Фізична культура і здоров'я: навчальний посібник. Київ : Університет економіки та права «КРОК», 2017. 126 с.

3. Пилипей Л.П. Основи фізичного виховання для самостійних занять студентів закладів вищої освіти : навчально-методичний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2020. 89 с.

4. Полулященко Т. Л., Іванов К. О. Нові види спорту в оздоровчо - реабілітаційній роботі зі здобувачами освіти. *The world of science and innovation : The 1st International scientific and practical conference, August 19-21, 2020. Cognum Publishing House, London, United Kingdom*. 2020. 493 p.

5. Полулященко Т. Л. Психологічна стратегія в процесі тренувань на витривалість. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. № 4 (318), 2018. С. 143–153..

6. Рядова, Л. О., Подмарьова, І. А., Цигановська, Н. В., Гончар, В. В., Батулін, Д. С. Вплив фізичних вправ на фізичний та функціональний стан здобувачів вищої освіти: теоретичний аспект. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* 2022. №8 (153). С. 79-82. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8\(153\).18](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).18)

7. Теорія та методика фізичного виховання. 2017. URL: <https://tmfv.com.ua/journal/indexSloterdijk>.
8. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Вип. 4 (23). Житомир: Видавець О. О. Євенко, 2017. 312 с.
9. Шепеленко Т. В., Буц А. М., Бодренкова І. О. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя: навч. посібник. Харків : УкрДУЗТ, 2018. 125 с.
10. Problems and prospects of physical culture and sports development and healthy lifestyle formation of different population groups. Editors: Iryna Ostopolets, Olha Shevchenko, Tadeusz Pokusa. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020. pp. 286.
11. Sannikova, Marina. (2018). Legal regulation of physical culture and sports activities in Ukraine. Слобожанський науково-спортивний вісник. 33-38.
12. The correlation between intelligence and competitive activities of elite female handball players Strykalenko Ye., Shalar O., Huzar V., Voloshinov S., Yuskiv S. Journal of Physical Education and Sport, Vol.20 (1), Art 8, 2020. PP. 63-70.

Додаткова навчальна література

1. Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту. URL: <https://www.tmfv.org>
2. Гакман А. Мотиваційні передумови активного сімейного дозвілля для підростаючого покоління. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2022. №8(153), С. 30–34. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8\(153\).07](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).07)
3. Матеріали V Всеукраїнської студентської наукової Інтернет-конференції (в рамках XVIII Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я: стан, проблеми та перспективи») (Харків, 14 грудня 2018 р.). Харків: ХДАФК, 2018. 118 с.
4. Ніколенко, О. І., Ногас, А. О., Гуцман, С. В., Орел, І. О., Гайнуліна, І. М., Гамма Т. В. Фізична культура і спорт як засоби попередження передчасного старіння людини. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & Recreation)*. 2022 (9). С. 182–186. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.24>
5. Слухеньська Р., Литвинюк Н., Бамбурак В. Б., Тодераш В., Маланий В. І. Організація навчання дисципліни «фізична культура та спорт» в умовах дистанційного навчання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2022. №8(153). С. 90-93. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8\(153\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).21)
6. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів, «Фест-Прінт», 2017. 179 с.
7. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія / за загальною редакцією проф. Г. П. Грибана. Житомир: Рута, 2020. 384 с.
8. Фізичне виховання студентів у проблемному полі соціально-комунікативних трансформацій сучасного суспільства / І. І. Вржесневський, Г. І. Вржесневська, І. В. Дейнеко, Т. І. Ракітіна. 2020. URL: <https://er.nau.edu.ua/bitstream/NAU/43144/1/9.pdf>
13. Хома Т. В. Педагогіка фізичного виховання і спорту: теоретико-практичний супровід до самостійної роботи студентів: навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 104 с.
14. Ціпов'яз А.Т., Бондаренко В.В. Організація і управління фізичною культурою і спортом: навч. посіб. Кременчук: КПК, 2019. 128 с.
15. Kurnikova, Maria. (2021). Physical culture and sport as a social space. *Izvestia of Saratov University. New Series. Series: Sociology. Politology*. 21. 175-181.
16. Suhachevskaya, A., & Nalimova, M.N. Physical culture and sport in the life of a modern person. *SCIENTIFIC DEVELOPMENT TRENDS AND EDUCATION*. 2019.

Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua>
2. Національна академія педагогічних наук України URL: <https://naps.gov.ua/ua/>
3. Державна служба статистики України URL: <http://www.ukrstat.gov.ua/>
4. Офіційний портал Верховної Ради України. URL: <https://www.rada.gov.ua/>
5. Міністерство освіти і науки України URL: <https://mon.gov.ua/ua>
6. Бібліотека Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. URL: <http://libr.luguniv.edu.ua/>
7. Цифровий репозиторій Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. URL: <http://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/>
8. Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України – <http://sportmon.org>
9. Інформаційно-методичний сайт з фізичного виховання – <http://fizra.ippp.kubg.edu.ua>

11. Технології викладання та атестації.

Діяльність здобувача освіти:

- самостійне опанування теоретичного матеріалу;
- виконання практичних завдань;
- виконання групових або індивідуальних завдань.

Поточний контроль:

Поточний контроль здійснюється за допомогою, усного опитування; виконання практичних занять, самостійної роботи, тестувань.

Форма семестрового контролю:

Залік

12. Критерії оцінювання (у %).

Семестрову рейтингову оцінку розраховують, виходячи з критеріїв:

- теоретична підготовка (самостійна) – 10%;
- фізична підготовка – 50%;
- контрольні нормативи – 40%.

13. Мова викладання.

Українська