

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД УКООПСІЛКИ
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»

Навчально науковий інститут денної освіти
Кафедра педагогіки та суспільних наук,
сектор фізичного виховання

СИЛАБУС

навчальної дисципліни
«Фізичне виховання»
на 2022-2023 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	1 курс, 1,2 семестр
Освітня програма/спеціалізація	«Готельно-ресторанна справа»
Спеціальність	241 Готельно-ресторанна справа
Галузь знань	12 Інформаційні технології
Ступінь вищої освіти	Бакалавр

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну,
науковий ступінь і вчене звання,
посада

Симоненко Наталія Олександрівна
старший викладач
сектору фізичного виховання

Контактний телефон	+380994076144
Електронна адреса	
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	очна www.Sport.puet@gmail.com он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00
Сторінка дистанційного курсу	https://el.puet.edu.ua/

Опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни	Формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготування її до професійної діяльності, необхідності фізичного вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом.
Тривалість	3 кредити ЄКТС/90 годин (практичні заняття 36 год., самостійна робота 54 год.)
Форми та методи навчання	Практичні заняття, самостійна робота поза розкладом
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: відвідування занять; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; доповіді з рефератами та їх обговорення; тестування. Підсумковий контроль: залік (ПМК)
Базові знання	Знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й умінь застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності.
Мова викладання	Українська

**Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна,
програмні результати навчання**

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
ПР22. 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.	ЗК01. 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.
	ЗК10. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
	СК10. Здатність працювати з технічною, економічною, технологічною та іншою документацією та здійснювати розрахункові операції суб'єктом готельного та ресторанного бізнесу.

Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Фізичне виховання		
Тема 1. Легка атлетика.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; самостійної роботи.	Оздоровча хода, оздоровчий біг.
Тема 2. Баскетбол..	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри у баскетболі.
Тема 3. Атлетична гімнастика.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; самостійної роботи.	Виконання вправ для розвиток сили м'язів.
Модуль 2. Фізичне виховання		
Тема 4. Волейбол.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри у волейболі.
Тема 5. Колове тренування.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; самостійної роботи.	Виконання вправ для розвитку силової витривалості.
Тема 6. Футбол (чол.); атлетична гімнастика (жін).	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри у футболі.(чол.); Виконання вправ для розвиток сили м'язів (жін.).

Інформаційні джерела

1. Артюшенко О. Ф., Стеценко А. І. Легка атлетика: навч. посіб. [для студ. ф-тів фіз. культури] / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. – Черкаси, 2006. – 424 с.
2. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. 280 с.
3. Горбуля В.Б. Баскетбол: Фізична підготовка: навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки /В.Б. Горбуля, В.О. Горбуля, О.В. Горбуля. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 91 с.

4. Горбуля В.Б., Горбуля В.О., Єсіонова Г.О. Баскетбол: техніка гри в нападі та методика навчання / В.Б.Горбуля, В.О.Горбуля, Г.О.Єсіонова. – Запоріжжя. ЗНУ – 2007. – 96 с.
5. Зотов А. В. Атлетична гімнастика: навчальний посібник / А. В. Зотов, В. І. Терещенко. – К., 2004. – 160с.
6. Кічук С.Ф., Авраменко В.Г., Лобанков В.С., Гавров Ю.Л. Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання. Тестові завдання. Тернопіль. 2003. 186 с.
7. Круцевич Т. Ю. Теорія и методика фізичного виховання : підручник для вузів фіз. вих і спорту : у 2-х т. / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2003. – Т. 2. – 390 с.
8. Огарь Г. О. Влияние программ силового тренинга с нагрузками различной направленности на физическое развитие и подготовленность юнаков 15-17 лет / Г. О. Огарь, В. А. Санжаров, В. И. Ласица, С. Г. Огарь // Теория и методика физического воспитания. – 2011. – №10. – С.37-42.
9. Пустовалов В.О. Волейбол (теорія і методика навчання): навчально-методичний посібник. Черкаси. 2011. 65с.
10. Соломонко В. В. Футбол / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. - К. : Олімпійська література, 2005. - 294 с.
11. Терещенко В. І. Атлетична гімнастика / В. І. Терещенко, О. В. Терещенко, І. Й. Малинський. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2011. – 234 с.
12. Терещенко В. І. Здоров'я і фізичне виховання студентів : навчальний посібник / В. І. Терещенко, В. П. Чаплигін. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2010. – 290 с.
13. Терещенко В. І. Фізична підготовка студентів засобами легкої атлетики : навч. пос. / В. І. Терещенко, О. В. Терещенко. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2012. – 316 с.
14. Терещенко В. І. Здоров'я в системі цінностей студентів / В. І. Терещенко, Л. І. Коцеруба, С. А. Рябіна // Науковий часопис. – 2013. – С. 35–39.
15. Терещенко В. І. Спеціальніправи легкоатлета : навч. пос. / В. І. Терещенко. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2014. – 215 с.
16. Терещенко О. В. Загальні принципи організації самостійних занять : навч. пос. / О. В. Терещенко, В. І. Терещенко, І. Н. Малинський. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2015. – 200 с.
17. Ханікянц О. Атлетична гімнастика як засіб профілактики порушень постави студентської молоді / О. Ханікянц, В. Максим // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – №1 (17), 2012. – С.108- 112.

Додаткові

1. Атлетична гімнастика: Навчальний посібник для самостійної роботи студентів / Т.В. Кондес. – Київ: Університет економіки та права «КРОК», 2015. – 43 с.
2. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с.
3. Методичні рекомендації та завдання до практичних занять з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» (Атлетична гімнастика) (для всіх освітніх програм Університету) / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О.М. Бекетова ; уклад. Н. В. Борисенко. – Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2018. – 71 с.

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

- Пакет програмних продуктів Microsoft Office.

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

- Політика щодо термінів виконання та перескладання: завдання, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75 % від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу провідного викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- Політика щодо відвідування: відвідування занять є обов'язковим компонентом. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба,

працевлаштування, стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі (Moodle) за погодженням із провідним викладачем.

- Політика зарахування результатів неформальної освіти: <http://puet.edu.ua/uk/publiczna-informaciya>

Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1 (теми 1-3): відвідування занять (36 балів); завдання самостійної роботи (54 балів); поточна модульна робота (10 балів)	100
Разом	100
Модуль 2 (теми 4-6): відвідування занять (36 балів); завдання самостійної роботи (54 балів); поточна модульна робота (10 балів)	100
Разом	100

Шкала оцінювання здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Відмінно
82-89	B	Дуже добре
74-81	C	Добре
64-73	D	Задовільно
60-63	E	Задовільно достатньо
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням навчальної дисципліни