

**БІЛГОРОД-ДНІСТРОВСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ, БУДІВНИЦТВА ТА
КОМП'ЮТЕРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

Циклова комісія суспільно-гуманітарних дисциплін



ЗАТВЕРДЖЕНО

**Заступник директора
з навчальної роботи**

Зуп **Марина ЗАЙЧЕНКО**

08 **2024 р.**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Фізичне виховання»**



Рік навчання

**Кількість кредитів
ЄКТС**

Статус дисципліни

Форма навчання

Мова викладання

Галузь знань

12 Інформаційні технології

Спеціальність

123 Комп'ютерна інженерія

Освітньо-професійна програма

«Комп'ютерна інженерія»

Освітньо-професійний ступінь

Фаховий молодший бакалавр

3-4й, семестр 5й-6й-7й

5,5 / 165 год., зокрема лекції – 6 год., практичні – 80 год.,

самостійна робота – 79 год

обов'язкова, цикл загальної підготовки

денна

українська

Викладач

Холостенко Тамара Володимирівна,

кваліфікаційна категорія «спеціаліст першої категорії»

Контактна інформація викладача:

e- mail

t.kholostenko@bdkpbkt.org.ua

посилання

оприлюднено на офіційному сайті та інформаційних
ресурсах структурних підрозділів коледжу.

РОЗГЛЯНУТО ТА СХВАЛЕНО

Цикловою комісією
суспільно-гуманітарних дисциплін
Білгород-Дністровського фахового
коледжу природокористування,
будівництва та комп'ютерних
технологій

Протокол №1 від 28.08.2024р.

Голова циклової комісії

Вас **Світлана ВАСІЛАШКО**

ПОГОДЖЕНО

Голова групи кадрового забезпечення

освітньо-професійної програми

«Комп'ютерна інженерія»

спеціаліст вищої категорії

ТТЯ **Сергій ТІТЯПКИН**

«*29*» *08* 2024 р.

Анотація дисципліни

Курс забезпечує формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя, а також формування практичних навичок для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку

Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)

Метою навчальної дисципліни є виховання всебічно розвинутих, активних та здорових членів суспільства, які органічно поєднують в собі гуманістичні і загальнолюдські позитивні риси особистості, гармонію фізичного і психічного розвитку.

Що буде вивчатися (предмет навчання)

Курс призначений для ознайомлення здобувачів освіти з методами збереження та покращення свого здоров'я шляхом виконання фізичних вправ, покращення фізичного розвитку та фізичної підготовки, забезпечення гармонійного розвитку природних здібностей та психічних якостей, а також для використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Важливим завданням курсу є розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво-необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності, а також розширення функціональних можливостей організму здобувачів освіти через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей.

Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)

ЗК1. Здатність до пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК2. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК4. Здатність працювати у колективі та команді.

ЗК6. Здатність до виявлення, постановки та вирішення проблем.

ЗК7. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК8. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК9. Здатність до саморегуляції та здорового способу життя.

ЗК11. Прагнення до збереження навколишнього середовища.

Чому можна навчитися (результати навчання)

Застосовувати правові норми, норми з охорони праці безпеки життєдіяльності у професійній діяльності.

Дотримуватися кодексу професійної етики, застосовувати і використовувати різні види та форми рухової активності ведення здорового способу життя.

ПРН8. Уміння дотримуватися кодексу професійної етики, керуватися в поведінці моральними нормами та цінностями, дотримуватися правил етикету.

Методи навчання

Поєднання традиційних та нетрадиційних методів викладання із використанням інноваційних технологій: – пояснювально-демонстраційний метод, – метод проблемного викладання – метод демонстрацій – практичний метод – застосування інформаційних технологій

Пререквізити

Базується на попередньо вивчених навчальних дисциплінах: «Фізична культура», «Безпека життєдіяльності».

Постреквізити

Закладає основи для вивчення студентами безпеки життєдіяльності, та формування умінь застосовувати знання з фізичного виховання в процесі подальшого вивчення фахових дисциплін і в майбутній професійній діяльності.

Навчальна логістика

1. Легка атлетика.
2. Баскетбол.
3. Волейбол
4. Гімнастика.
5. Футбол.
6. Загальна фізична підготовка.

Оцінювання результатів навчання

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти здійснюється відповідно до «Положення про оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти у Білгород-Дністровському фаховому коледжі природокористування, будівництва та комп'ютерних технологій».

Формою семестрової атестації є диференційований залік – 5й, 6й, 7й

семестр 3-4го року навчання (денна форма).

Результати навчання здобувачів фахової передвищої освіти Коледжу з теоретичної та практичної підготовки можуть оцінюватись за 100-бальною шкалою, оцінкою в ЄКТС.

Відповідно рейтинг здобувача освіти із засвоєння навчальної дисципліни може складатися з рейтингу з навчальної роботи – 70 балів та рейтингу з атестації – 30 балів. Таким чином, на оцінювання засвоєння змістових модулів, на які поділяється навчальний матеріал дисципліни, передбачається 70 балів. Рейтингові оцінки із змістових модулів, як і рейтинг з атестації, теж обчислюються за 100-бальною шкалою.

Для занесення оцінок у екзаменаційну відомість, залікову книжку та журнал рейтингової оцінки знань здобувача освіти його рейтинг з різних видів навчальної роботи у балах переводиться у національну та ЄКТС (Європейська кредитна трансферно-накопичувальна система) оцінки згідно з таблицею.

Відповідність результатів контролю знань за різними шкалами і критерії оцінювання

Оцінка ЄКТС	Сума балів за 100 бального шкалою	Національна шкала (12-бальна)	Національна шкала (4-бальна)	Рівень компетентності	Критерії оцінювання
A	90 – 100 (відмінно)	12-10	відмінно	Високий рівень	Здобувач освіти виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для ухвалення рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили.
B	85 – 89 (дуже добре)	9-8	добре	Достатній рівень	Здобувач освіти вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна.
C	75 – 84 (добре)	7			Здобувач освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок.
D	70 – 74 (задовільно)	6-5	задовільно	Середній рівень	Здобувач освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих.
E	60 – 69 (достатньо)	4			Здобувач освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні.
FX	35 – 59 (незадовільно)	3	незадовільно	Початковий рівень	Здобувач освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.
F	1 – 34 (незадовільно)	2			Здобувач освіти володіє матеріалом на елементарному рівні засвоєння, викладає його уривчастими реченнями, виявляє здатність викласти думку на елементарному рівні.
		1			Здобувач освіти володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів, що позначаються здобувачем освіти окремими словами чи реченнями.

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин.
Політика щодо академічної доброчесності:	Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Роботи / проекти повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин навчання може відбуватись за індивідуальним графіком (в он-лайн формі за погодженням із завідувачем відділення)

Рекомендовані джерела інформації:

1. Ахметов Р.Ф., Максименко Г.М., Кутек Т.Б. Легкая атлетика. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. 340 с., укр.
2. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019.
3. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посіб. В. Л. Волков. К. : Освіта України, 2008. 256 с.
4. Воробойов М. І., Круцевич Т. Ю. Практика в системі фізкультурної освіти. К: Олімпійська література, 2006. – 192 с.
5. Гацко О.В., Дерка Т.Г., Гнутова Н.П. Легкоатлетичні вправи: навчально-методичний посібник. Київський університет імені Бориса Грінченка. Київ, 2017р. 148с.
6. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів: монографія Г. П. Грибан . Житомир : Рута, 2009. 594 с.
7. Костюкевич В.М. Організація і проведення змагань із спортивний ігор. В: Центр учбової літератури, 2017. 216 с., укр.
8. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: Підручник для вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту В. І. Григор'єв, М.О.Третьяков, за ред. Т. Ю. Круцевич. [том 2] К.: Олімп. лра, 2008. 391 с.
9. Паффенбаргер Р., Ольсен Е. Здоровий спосіб життя. К: Олімпійська література, 2019. 123 с.
10. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навчальний посібник. Київ: ЦУЛ, 2018. 502 с.
11. Савченко М.І. Волейбол. Навчально-методичний посібник студентів факультетів фізичного виховання вищих навчальних закладів. Кіровоград:.. 2008. 287 с.
12. Спортивні ігри. Загальні основи теорії і методики спортивних ігор : [навч. посіб. для вищ. навч. закладів у 2 т. Т. 1] / [ред. Ж. Л. Козіна]. Х. : Точка, 2010. 200 с.

Допоміжна

13. Арефьев В. Г. Основы теории і методики фізичного виховання: підручник. Кам'янець-Подільський. 2011. 368 с.
14. Блавт О. З. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів спеціальної медичної групи: метод. вказівки / О. З. Блавт. Л.: Видавництво «Львівська політехніка», 2013. 20с.
15. Волков В. Л. Развитие фізичних здібностей студентів у системі фізичної підготовки : [монографія] / В. Л. Волков. К. : Освіта України, 2011. 420
16. Порада А.М., Солодовник О.В., Прокопчук Н.Є. Основы фізичної реабілітації. Навчальний посібник К. : Медицина, 2008. 248 с., укр.
17. Прозар М.В., Слюсарчук В.В., Зубаль М.В., Телебей С.М Теорія і методика викладання спортивних ігор: навчально-методичний посібник Кам'янецьПодільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 198 с., укр.
18. Сергієнко В.М. Контроль та оцінка рухових здібностей студентів у процесі фізичного виховання: монографія /В.М.Сергієнко. Суми: Сумський державний університет, 2015. 39с.

Інформаційні ресурси

19. Бабанін О.О., Биба Л.М. Самостійні заняття з фізичного виховання для студентів спеціальної медичної групи. Методичний посібник Ужгород: ЗакДУ, 2008. 59с., укр., ел.верс. URL: <https://www.uzhnu.edu.ua › infocentre › get>.
20. Еркомайшвілі І.В. Основы теорії фізичної культури. URL: <http://ibib.ltd.ua/osnovyi-teorii-fizicheskoy.html>
21. Закон України про вищу освіту від 16.01.2016 // електронний ресурс // <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>. 9. Указ президента України № 42/2016 Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація" // електронний ресурс // zakon.rada.gov.ua
22. Закон України про фізичну культуру і спорт від 11.06.2015 р. // електронний ресурс – <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
23. Національна стратегія реформування системи охорони здоров'я в Україні на період 2015–2020 років // електронний ресурс // http://healthsag.org.ua/wpcontent/uploads/2014/11/Strategiya_UKR.pdf. 19
24. Положення "Про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах" від 11.01.2006 р. // електронний ресурс // <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06>
25. Офіційний сайт Федерації баскетболу України (FBU). URL: <https://www.fbu.ua>.

26. Офіційний сайт Федерації волейболу України (ФВУ). URL:
<https://www.fvu.in.ua>.

27. Офіційний сайт Асоціації футзалу України (АФУ). URL:
<https://www.futsal.com.ua>.

28. Офіційний сайт Федерації легкої атлетики України (ФЛАУ). URL:
<https://uaf.org.ua>.