

Кафедра фізичної реабілітації

Назва навчальної дисципліни	Фізичне виховання
Мова викладання	Українська
Курс та семестр вивчення	I-II курс, 1-4 семестр, для усіх спеціальностей
Викладач	<i>Викладачі кафедри фізичної реабілітації НУ «Чернігівська політехніка»</i>
Профайли викладачів	http://zdorovya.stu.cn.ua/kafedra
Контакти викладачів	Чернігів, вул. Козацька, 1-В, с/к 9, каб. 21. Телефон: +380-462-665-249

1. Анотація курсу. Навчальна дисципліна належить до циклу обов'язкових дисциплін. Предмет вивчення – педагогічний процес, спрямований на формування здорового, фізично та духовно вдосконаленого підростаючого покоління, зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та творчого довголіття людини. Навчальна дисципліна відображена у системі дистанційного навчання НУ «Чернігівська політехніка». Курс: Фізичне виховання. (ІІрЗ). – [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://eln.stu.cn.ua/course/view.php?id=4899>.

2. Мета та цілі курсу. Мета вивчення дисципліни – послідовне формування оздоровчо-фізкультурного світогляду особистості майбутніх фахівців, що навчаються у НУ «Чернігівська політехніка», а також формування фізичних здібностей здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня та уміння реалізовувати їх у соціально-професійній та фізкультурно-спортивній діяльності.

Загальні та фахові компетентності, які повинні одержати слухачі курсу:

ЗК5 - Здатність працювати в команді;

ЗК9 - Здатність зберігати та примножувати культурно-мистецькі, екологічні, моральні, 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.

3. Результати навчання

Програмні результати навчання згідно з освітньо-професійною програмою:

ПРН5 Розуміти і сумлінно виконувати свою частину роботи в команді; визначати пріоритети професійної діяльності.

Здобувач має досягти або вдосконалити 1 програмний результат навчання, і у підсумку повинен розширити коло застосування набутих знань, умінь та практичних навичок із галузі фізичної культури для вирішення різноманітних оздоровчих завдань, спрямованих на формування професійно-прикладної фізичної підготовки, гармонійно розвиненої особистості майбутнього фахівця з високим рівнем фізичного здоров'я для вирішення професійних завдань відповідно фахової діяльності.

4. Обсяг курсу. Загальна кількість кредитів – 12, кількість годин самостійної і індивідуальної роботи – 104.

Вид заняття	Загальна к-ть годин
лекції	16
практичні заняття	240
самостійна робота	104

5. Пререквізити – Передумовою вивчення дисципліни є комплекс пов'язаних між собою та з зовнішнім середовищем морфологічних, функціональних, біохімічних, психічних і інших властивостей організму і обумовлених цим своєрідністю запасом фізичних сил. Високий рівень фізичного розвитку при цьому поєднується з високими показниками фізичної підготовки, м'язової та розумової працездатності.

6. Система оцінювання та вимоги.

Поточний контроль – до 80 балів, в тому числі:

присутність та активність на заняттях – до 60 балів; методична підготовка – до 10 балів; фізична підготовка – до 10 балів.

Семестровий контроль проводиться під час заліково-екзаменаційної сесії з двома теоретичними (по 10 балів максимум за кожне) питаннями. Підсумкова оцінка за результатами вивчення дисципліни формується шляхом додавання результатів поточного контролю до залікової оцінки.

Загальна система оцінювання курсу	Поточний контроль протягом семестру та семестровий контроль у вигляді заліку
Присутність та активність на заняттях	Присутність на занятті відповідно до розкладу. Виявляє максимальну рухову активність протягом заняття. Творчо виконує усі поставлені рухові завдання
Методична підготовка	Виконання чотирьох практичних завдань на кожен семестр та написання конспекту цього завдання до кожного змістового модуля
Фізична підготовка	Виконання тестів з визначення рівня фізичної підготовленості
Умови допуску до підсумкового контролю	Мінімум 40 балів за результатами поточного контролю

7. Політики курсу – у випадку повторного складання заліку всі набрані протягом семестру бали

анулюються, а повторний залік складається з трьох питань: двома теоретичними (по 30 балів максимум за кожне) та одним практичним (40 балів максимум). У випадку, якщо здобувач протягом семестру не виконав в повному обсязі передбачених робочою програмою всіх видів навчальної роботи, має невідпрацьовані практичні заняття або не набрав мінімально необхідну кількість балів (40), він не допускається до складання заліку під час семестрового контролю, але має право ліквідувати академічну заборгованість у порядку, передбаченому «Положенням про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів НУ “Чернігівська політехніка”». Повторне складання заліку з метою підвищення позитивної оцінки не дозволяється.

8. Рекомендована література

1. Lee E. Brown. Strength Training. 2nd Edition. Human Kinetics Publishers, 2017. 400 p. URL: <https://ru.ua1lib.org/book/2872480/ccdcfc>. (дата звернення: 13.03.2021)
2. Ian Wellard. Sport, Masculinities and the Body (Routledge Research in Sport, Culture and Society). Taylor & Francis Group, 2019. 174 p. URL: <https://ru.ua1lib.org/book/919776/4b9c39>. (дата звернення: 13.03.2021)
3. Rhonda L Clements Amy Meltzer Rady. Urban physical education instructional practices and cultural activities. Human kinetics, 2012. 160 p. URL: <https://ru.ua1lib.org/book/2365537/d98851>. (дата звернення: 13.03.2021)
4. Steve Barrett. Total Dumbbell Workout Trade Secrets of a Personal Trainer. A&C Black, 2012. 160 p. URL: <https://ru.ua1lib.org/book/3312934/19d9e3>.
5. Ареф'єв В. Г. Основи теорія та методики фізичного виховання: підручник для студ. К.: вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. 327 с.
6. Бендель В. П., Ковальчук К.М., Завацький В.І. Цілеспрямовані дії фізичних вправ на розумову працездатність людини: навч. посібник. Луцьк.: «Надстир'я», 1996. 104 с.
7. Бірук І. Д. Настільний теніс: навч.-метод. посібник. Рівне : НУВГП, 2014. 164 с.
8. Основи підготовки студентів в провідних видах спорту НТУУ «КПІ»: навч.-метод. посібник / під загал. ред. доц., к.п.н. В. О. Гетмана, Ю. В. Новицького. Київ: НТУУ «КПІ», 2007. 187 с.
9. Присяжнюк С. І., Оленев Д. Г. Курс лекцій з фізичного виховання: навч. посібник для студентів технічних вищих навчальних закладів. К.: Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.
10. Пустовалов В. О. Волейбол (теорія і методика навчання): навчально-методичний посібник. Черкаси, 2011. 65 с.
11. Соломонко В. В., Фалес Й. Г., Хоркавий Б. В. Футбол: навч.-метод. посібник. Львів, 2007. 134 с.
12. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: підручник / за ред. Т.Ю. Круцевич. Том 1. Київ: Олімпійська література, 2012. 392 с.
13. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення: підручник / за ред. Т.Ю. Круцевич. Том 2. Київ: Олімпійська література, 2012. 368 с.
14. Фізичне виховання і основи здорового способу життя студентів: навч. посібник для викладачів і студентів непрофільних ВНЗ / уклад.: В. О. Акімова, І. І. Вржесневський, Г. І. Вржесневська, Н. І. Турчина, Е. Г. Черняєв. К.: НАУ, 2011. 116 с.
15. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник. 2-е вид. випр. Харків: ОВС, 2008. 406 с.
16. Черняков В. В. Способи проведення загальнорозвивальних вправ: метод. розробка для студ. пед. вузів. Чернігів: ЧНПУ, 2010. 36 с.
17. Черняков В. В., Желізняк М. М., Литвин Т. С. Гімнастична термінологія: навч. посібник. Чернігів: ЧНПУ, 2016. 128 с.
18. Шолопак П. В., Шолопак Л. Ф. Легка атлетика у вищих навчальних закладах: навчально-методичний посібник. Рівне: НУВГП, 2010. 85 с.