

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД УКООПСПІАКИ  
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»

Факультет харчових технологій готельно-ресторанного та туристичного бізнесу  
Кафедра фізичного виховання

## СИЛАБУС

навчальної дисципліни  
**«Фізичне виховання»**  
на 2020-2021 навчальний рік

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| Курс та семестр вивчення       | 1 курс, 1,2 семестр                                |
| Освітня програма/спеціалізація | «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність»   |
| Спеціальність                  | 076 Підприємництво, торгівля та біржова діяльність |
| Галузь знань                   | 07 Управління та адміністрування                   |
| Ступінь вищої освіти           | Молодший бакалавр                                  |

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

**Новицька Наталія Анатоліївна**  
старший викладач кафедри фізичного виховання

|                              |   |
|------------------------------|---|
| Контактний телефон           | +38-0505831064  |
| Електронна адреса            |   |
| Розклад навчальних занять    | <a href="http://schedule.puet.edu.ua/">http://schedule.puet.edu.ua/</a>   |
| Консультації                 | очна <a href="http://www.sport.puet.edu.ua">www.sport.puet.edu.ua</a><br>он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00 |
| Сторінка дистанційного курсу | <a href="https://el.puet.edu.ua/">https://el.puet.edu.ua/</a>   |

### Опис навчальної дисципліни

|   |   |
|---|---|
| <b>Мета вивчення навчальної дисципліни</b>        | Формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, необхідності фізичного вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом. |
| <b>Тривалість</b>                                 | 2 кредити ЄКТС/60 годин (практичні заняття 24 год., самостійна робота 36 год.)  |
| <b>Форми та методи навчання</b>                   | Практичні заняття, самостійна робота поза розкладом   |
| <b>Система поточного та підсумкового контролю</b> | Поточний контроль: відвідування занять; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; доповіді з рефератами та їх обговорення; тестування.<br>Підсумковий контроль: <b>залік (ПМК)</b>                            |
| <b>Базові знання</b>                              | Знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності.   |
| <b>Мова викладання</b>                            | Українська, англійська  |

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

| Програмні результати навчання  | Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач  |
|--|---|
| РН 1. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, усвідомлюючи необхідність навчання впродовж усього життя, проявляти толерантність та готовність до інноваційних змін. | <b>ЗК 2.</b> 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. |
|  | <b>ЗК 3.</b> Здатність вчитися та бути сучасно навченим   |

### 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; завдання самостійної роботи. | Оздоровча ходьба, оздоровчий біг.   |
| Тема 2. Баскетбол..                                | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Ознайомлення з правилами гри у баскетболі.  |
| Тема 3. Атлетична гімнастика.                      | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання вправ для розвиток сили м'язів.   |
| Модуль 2. Фізичне виховання                        |   |   |
| Тема 4. Волейбол.                                  | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Ознайомлення з правилами гри у волейболі.   |
| Тема 5. Колове тренування.                         | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Виконання вправ для розвитку силової витривалості.  |
| Тема 6. Футбол (чол.); атлетична гімнастика (жін). | Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи. | Ознайомлення з правилами гри у футболі.(чол.); Виконання вправ для розвиток сили м'язів (жін.). |

### Інформаційні джерела

1. Загорський Б.І./ ФК/ Вища школа 1989р.-с.382
2. Коробкова А.В./ Школа легкої атлетики/ Фізкультура і спорт 1989р.-с.335
3. Айрапетьянц Л.П., Годяк М.А./ Спортивные игры/ Ташкент: Изд-во им. Ибн Сипы, 1991г.
4. Беляев А.В./ Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование/ М:ВФВ 1995г.
5. Волейбол/ под. ред. Ю.Н. Клещева, А.Г. Айриянца/ Учебник для ИФК/ М:ФиС, 1985г.
6. Железняк Ю.Д., Иванова В.И./ Волейбол: учебник для ИФК/ М: ФиС, 1991г.
7. Волейбол для всіх. Методичні рекомендації для самостійних занять студентів волейболом/ ПУСКУ, 2001р.
8. Ц. Весловуцкий/ Фізичне виховання з обтяженнями/ Київ. Здоров'я, 1984р.
9. Журнал «Фізкультура і спорт» №1, 1988г.
10. Методичні рекомендації до практичних занять з баскетболу для студентів усіх спеціальностей ПКІ кафедра фізичного виховання і спорту/ Автори старший викладач: Кузьменко Т.О., Чуб В.М., 2001р.
11. Келлер В.С., Платонов В.Н./ Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів/ Л.: 1993р.-с.269
12. Боберський І./ Забавні рухові ігри/ Кожаний м'яч.-№4, 1996р.-с.37
13. Ранкова гігієнічна гімнастика в розпорядку дня студента/ Методичні рекомендації/ Полтава, 2001р.-с.21

### 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

| <b>Види робіт</b>   | <b>Максимальна кількість балів</b> |
|---|------------------------------------|
| Модуль 1 (теми 1-3): відвідування занять (24 балів); завдання самостійної роботи (16 балів); поточна модульна робота (10 балів) | 50                                 |
| Модуль 2 (теми 4-6): відвідування занять (24 балів); завдання самостійної роботи (16 балів); поточна модульна робота (10 балів) | 50                                 |
| Разом   | 100                                |

**Шкала оцінювання здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни**

| <b>Сума балів за всі види навчальної діяльності</b> | <b>Оцінка за шкалою ЄКТС</b> | <b>Оцінка за національною шкалою</b>                                  |
|---|------------------------------|---|
| 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 |