



Силабус освітнього компонента

Програма навчальної дисципліни



Фізичне виховання

Шифр та назва спеціальності
133 - Галузеве машинобудування

Інститут
ННІ Соціально-гуманітарних технологій

Освітня програма
Галузеве машинобудування

Кафедра
Фізичне виховання (302)

Рівень освіти
Бакалавр

Тип дисципліни
Загальна, обов'язкова

Семестр
1,2,3,4,5,6

Мова викладання
Українська

Викладачі, розробники



Глядя Сергій Олександрович

SERNII.HLIADIA@khpi.edu.ua

Доцент кафедри фізичного виховання НТУ «ХПІ».
Суддя національної категорії з важкої атлетики.

Досвід роботи - 32 роки. Автор та співавтор понад 50 наукових та навчально-методичних праць. Відповідальний за підготовку збірної команди НТУ «ХПІ» з важкої атлетики.

[Детальніше про викладача на сайті кафедри](https://web.kpi.kharkov.ua/sport/uk/4739-2)
<https://web.kpi.kharkov.ua/sport/uk/4739-2>



Блошенко Олена Іванівна

Olena.Bloshenko@khpi.edu.ua

Доцент кафедри фізичного виховання НТУ "ХПІ"
Майстер спорту України.
Суддя національної категорії з водного поло.

Досвід роботи - 30 років. Автор та співавтор понад 50 наукових та навчально-методичних праць.

[Детальніше про викладача на сайті кафедри](https://web.kpi.kharkov.ua/sport/uk/bloshenko-elena-ivanovna/)

<https://web.kpi.kharkov.ua/sport/uk/bloshenko-elena-ivanovna/>

Загальна інформація

Анотація

Предметом вивчення дисципліни "Фізичне виховання" є процес удосконалення функцій організму, формування рухових вмінь, навичок, пов'язаних з ними знань й розвиток основних фізичних якостей студентів, формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, придбання досвіду творчого використання фізкультурно – оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.

Мета та цілі дисципліни

Мета викладання передбачає: виховання у студентів потреби оволодівати знаннями, уміннями й навичками засобами зі спеціалізацій з видів спорту, з видів рухової активності; формування вміння застосовувати набуті цінності в життєдіяльності майбутніх фахівців; збереження і зміцнення здоров'я; послідовне формування фізичної культури особистості фахівця

Формат занять

Практичні заняття. Підсумковий контроль – диференційований залік.

Компетентності

ЗК8. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК11. Здатність працювати в команді

ЗК14. Навички здійснення безпечної діяльності.

Результати навчання

РН10. Розуміти проблеми охорони праці та правові аспекти інженерної діяльності у галузевому машинобудуванні, навички прогнозування соціальних й екологічних наслідків реалізації технічних завдань.

РН 17. Забезпечувати здоровий спосіб життя та безпечні умови виконання робіт.

Обсяг дисципліни

Загальний обсяг дисципліни 360 год. (12 кредитів ECTS): практичні заняття - 184 год, самостійна робота – 176 год.

Передумови вивчення дисципліни (пререквізити)

Для успішного проходження дисципліни необхідно мати знання та навички з дисципліни «Фізична культура».

Особливості дисципліни, методи та технології навчання

Очна та дистанційна форма проведення занять.

При викладанні дисципліни використовуються наступні методи навчання: словесні методи – пояснення, відповіді на питання, дискусії, тощо; наочні методи – демонстрація, ілюстрація; практичні методи – практичне виконання фізичних, технічних, вправ і прийомів, ігровий та змагальний метод.

З навчальних технологій використовуються технології особисто-орієнтованого, пояснювально-ілюстративного, диференційованого та рейтингового навчання.

Програма навчальної дисципліни

Теми лекційних занять

Лекційні заняття в рамках дисципліни не передбачені

Теми практичних занять

Тема 1. Фізичне виховання як навчальна дисципліна

Практичні заняття зі спеціалізацій (теоретична підготовка, методична підготовка, фізична підготовка, контроль).

Контрольні випробування (фізична підготовленість, спеціальна підготовленість).

Комплексні змагання з видів спорту.

Тема 2. Оволодіння засобами зі спеціалізацій, розвиток рухових здібностей.

Практичні заняття зі спеціалізацій (теоретична підготовка, методична підготовка, фізична підготовка, контроль).

Контрольні випробування (фізична підготовленість, спеціальна підготовленість).

Комплексні змагання з видів спорту.

Тема 3. Закріплення чільних професійно важливих якостей фахівців, удосконалення основних фізичних і виховання психічних якостей, рухових навичок і умінь засобами зі спеціалізацій.

Практичні заняття зі спеціалізацій (теоретична підготовка, методична підготовка, фізична підготовка, контроль).

Контрольні випробування (фізична підготовленість, спеціальна підготовленість).

Комплексні змагання з видів спорту.

Тема 4. Удосконалення техніки виконання рухів та фізичних вправ зі спеціалізацій.

Практичні заняття зі спеціалізацій (теоретична підготовка, методична підготовка, фізична підготовка, контроль).

Контрольні випробування (фізична підготовленість, спеціальна підготовленість).

Комплексні змагання з видів спорту.

Тема 5. Оволодіння передовими прийомами підвищення тренувального ефекту на практичних заняттях зі спеціалізацій з видів спорту, з видів рухової активності.

Практичні заняття зі спеціалізацій (теоретична підготовка, методична підготовка, фізична підготовка, контроль).

Контрольні випробування (фізична підготовленість, спеціальна підготовленість).

Комплексні змагання з видів спорту.

Тема 6. Формування індивідуальної системи використання зручних засобів і прийомів підвищення фізичного стану та швидкому відновленню у різних видах рухової активності.

Практичні заняття зі спеціалізацій (теоретична підготовка, методична підготовка, фізична підготовка, контроль).

Контрольні випробування (фізична підготовленість, спеціальна підготовленість).

Комплексні змагання з видів спорту.

Теми лабораторних робіт

Лабораторні роботи в рамках дисципліни не передбачені

Самостійна робота

Самостійна робота студента є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних занять на основі повної добровільності й ініціативи або як завдання викладача (домашнє завдання).

Самостійна робота студента передбачає:

- фізичне удосконалення та самовиховання потреби в регулярних заняттях фізичними вправами;
- уміння застосовувати передові методи та засоби оздоровчої фізичної культури для профілактики захворювань та зміцнення здоров'я шляхом упровадження фізкультурно-оздоровчих заходів;
- уміння розвивати психофізичні якості відповідно до специфічних вимог професійної діяльності.

Література та навчальні матеріали

Основна література

1. Булатова, М.М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти. К.: ПП "Перша друкарня", 2019. 912 с.
2. Земцова І.І. Спортивна фізіологія: навчальний посібник. К.: Олімпійська література, 2019. 208 с.
3. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія. Вінниця: ТОВ «Планер», 2018. 418 с.
4. Круцевич, Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищих навчальних закладів фіз. виховання і спорту. К.: Олімпійська література, 2018. 384 с.
5. Хома Т.В. Педагогіка фізичного виховання і спорту: навчальний посібник. Ужгород, УжНД, 2020. 84 с.
6. Friends Textbook Series / Dr. Mandeep Singh Nathial Friends Publications (India), 2020. 112 p.

Додаткова література

1. Беляк Ю.І. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу: навчальний посібник. Львів: ЛДУФК, 2018. 208 с.
2. Дорожкіна, С. Інструментальні засоби для дистанційних уроків: платформи та інструменти. Завуч. – 2021. – № 1-2.

3. Ковальчук Н. М., Санюк В. І. Рухливі ігри на заняттях із гімнастики: методична розробка. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 92 с.
4. Товт В.А. Фізичне виховання дорослого населення: навчальний посібник. Ужгород: «ТОВ "РіК-У"», 2020. 165 с.
5. Тулайдан В. Г. Оздоровчий фітнес. Львів, «Фест-Прінт». 2020. 139 с.
6. Pedagogies, Physical Culture, and Visual Methods [Routledge Studies in Physical Education and Youth Sport](#) / Laura Azzarito, David Kirk. Routledge, 2013. 272 p.

Система оцінювання

Критерії оцінювання успішності студента та розподіл балів

Види навчальної діяльності	Кількість заходів	Бали
Відвідування навчальних занять	1 - 32	1 - 80
Контрольні випробування (з фізичної підготовленості; зі спеціалізацій з видів спорту)	3 - 5	0 - 25
Участь у спортивних змаганнях	1 - 5	0 - 10
Заохочуючи бали		

Спеціальна медична група

Види навчальної діяльності	Кількість заходів	Бали
Відвідування навчальних занять	1 - 32	1 - 80
Методико-практичні нормативи, підготовка реферату	1 - 5	0 - 15
Участь у організації спортивно-масових заходів	1 - 5	0 - 10
Заохочуючи бали		

Шкала оцінювання

Сума балів	Національна оцінка	ECTS
90-100	Відмінно	A
82-89	Добре	B
75-81	Добре	C
64-74	Задовільно	D
60-63	Задовільно	E
35-59	Незадовільно (потрібне додаткове вивчення)	FX
1-34	Незадовільно (потрібне повторне вивчення)	F

Норми академічної етики і політика курсу

Студент повинен дотримуватися «Кодексу етики академічних взаємовідносин та доброчесності НТУ «ХПІ»: виявляти дисциплінованість, вихованість, доброзичливість, чесність, відповідальність. Конфліктні ситуації повинні відкрито обговорюватися в навчальних групах з викладачем, а при неможливості вирішення конфлікту – доводитися до відома співробітників дирекції інституту. Нормативно-правове забезпечення впровадження принципів академічної доброчесності НТУ «ХПІ» розміщено на сайті: <http://blogs.kpi.kharkov.ua/v2/nv/akademichna-dobrochesnist/>

Погодження

Силабус погоджено

Дата погодження, підпис

Завідувач кафедри
Олексій ЮШКО



30.06.2023

Дата погодження, підпис

Гарант ОП
Ірина ТИНЬЯНОВА

30.06.2023

