

СИЛАБУС**НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ****«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»**

Шифр та назва спеціальності	Для усіх спеціальностей	Факультет/інститут	Факультет соціально-гуманітарних технологій
Назва освітньої програми	Фізичне виховання. Спеціалізація з виду спорту «Теніс»	Кафедра	Фізичне виховання

ВИКЛАДАЧ

МІНАК Олександр Федорович, <i>aleksandr19451705@meta.ua</i> Старший викладач кафедри «Фізичне виховання», майстер спорту з волейболу
НАТАРОВА Вікторія Вікторівна, <i>natarova1965@gmail.com</i> Старший викладач кафедри «Фізичне виховання»
НЕДБАЙЛО Ірина Анатоліївна, <i>nedbaylo50@gmail.com</i> Старший викладач кафедри «Фізичне виховання»

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

Анотація	<p>Дисципліна спрямована на оволодіння студентами знаннями, вміннями і навичками з волейболу; компетенціями з управління фізичним розвитком людини.</p> <p>Основними завданнями є:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки фахівця до професійної діяльності, установлення на здоровий спосіб життя; - зміцнення показників здоров'я, розвиток й покращення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, підтримка високого рівня психофізичного стану на протязі всього періоду навчання; - покращення функціональних та морфологічних можливостей організму, профілактика захворювань та травматизму; - виховання потреби у фізичному удосконаленні та самовихованні, в регулярних заняттях фізичними вправами та спортом; - придбання теоретичних знань, практичних і методичних здібностей з волейболу, оздоровчому тренуванні, спортивному тренуванні; - набуття об'єму рухових умінь і навичок, забезпечення загальної й професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників закладу вищої освіти до життєдіяльності й обраної професії; - придбання спортивно-технічних умінь та навичок до виконання державних або відомчих тестів та контрольних нормативів на рівні вимог освітньо-кваліфікаційних характеристик та освітньо-професійних програм відповідного фахівця.
Мета та цілі	Полягає у вихованні і навчанні особистості студента засобами волейболу, відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих, сприяння послідовному формуванню фізичної культури фахівця, здатного реалізувати її в професійній діяльності, військової служби, забезпечення високого рівня працездатності протягом усього життя.
Формат	Практичні заняття. Підсумковий контроль – диференційований залік.
Результат навчання	<p>Знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - значення та місце фізичного виховання у навчальному процесі; • - мету, зміст, основні принципи, форми практичних занять зі спеціалізації з виду спорту волейбол; • - основи організації проведення практичних занять з фізичного виховання; • - основи методики побудови визначеної форми занять системами фізичних вправ; • - основи методики самоконтролю в процесі занять фізичними вправами та контролем за навантаженнями; • - основи виконання технічних та тактичних прийомів у грі волейбол; • - основи здорового способу життя й роль регулярної рухової активності в підвищенні стійкості організму до фізичних і розумових навантажень, шкідливих впливів зовнішнього середовища; • - основи загартування організму; • - правила гри у волейбол, вимоги техніки безпеки, охорони праці щодо організації та проведення спортивних змагань.

	<p>Вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - вивчати та вдосконалювати технічні та тактичні прийоми у грі волейбол; • - опанувати систему зберігання і зміцнення показників здоров'я, систему розвитку й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості; • - проводити навчальні заняття з волейболу; • - виконувати державні або відомчі тести і нормативи на рівні вимог освітньо-професійних програм; • - організовувати та проводити спортивні змагання з волейболу; • - застосовувати фізичні вправи в процесі самостійних занять й здійснювати самоконтроль за станом здоров'я; • - використовувати в соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності знання, уміння й навички, які набуті у освітньому процесі. <p>Набути практичні уміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - здатність використовувати різні види рухів та отримані знання для подальшого застосування на практиці; • - проводити самостійні заняття з використанням фізичних вправ.
--	---

Обсяг	Практичні заняття – 60 год.
--------------	-----------------------------

Пререквізити	Фізичне виховання.
---------------------	--------------------

Вимоги викладача	Студент зобов'язаний відвідувати всі практичні заняття за розкладом, не запізнюватися. Пройти медичний огляд, мати допуск лікаря до занять. На заняттях бути у спортивній формі, що не стискує рухи і у спортивному взутті. Забороняється самовільно залишати заняття. Виконувати тільки ті вправи, які пропонує викладач. Пропущене навчальне заняття без поважної причини підлягає відпрацюванню. Диференційований залік проводиться за єдиною методикою в кінці кожного навчального семестру в терміни, встановлені навчальним планом, студенти завчасно інформуються про зміст та порядок його проведення. Студентам, які не з'явилися на залік без поважних причин, оцінка може бути виставлена за результатами поточного контролю.
-------------------------	--

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1	Охорона праці. Фізичне виховання в НТУ «ХП».	Практичне заняття 1	Техніка безпеки на заняттях з тенісу. Інструктування студентів, запис у журнал.
Тема 2	Технічна підготовка. Скелети рухів, основні ланки і деталі техніки виконання базових прийомів гри.	Практичні заняття 2-15	Вивчення та вдосконалення технічних прийомів: пересування по майданчику, верхня і нижня передача, подачі, атакуючі удари і блок Проведення контрольних тестувань з технічної підготовки.
Тема 3	Тактична підготовка. Фактори обрання тактики гри, прийняття рішень у тактичних ситуаціях, гра за базовими тактичними моделями.	Практичні заняття 16-30	Вивчення факторів, що впливають на тактику гри. Навчання діям у тактичних ситуаціях. Основи тактики одиночної гри - реалізація технічними прийомами базових тактичних моделей. Основи тактики парної гри. Проведення контрольних змагань.

ЛІТЕРАТУРА ТА НАВЧАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

Основна

1. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: підручник / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. – К.: «МП Леся», 2015. – 396с.
2. Платонов В.Н. Загальна теорія підготовки спортсменів у олімпійському спорті / В.Н. Платонов – К.: Олімпійська література, 1997. – 584 с.
3. Прохоров А.А. Методичні вказівки до виконання вимог техніки безпеки и профілактики спортивного травматизму на заняттях з фізичної культури і спорту / А.А. Прохоров, М.М. Мізеров – Львів: ЛПІ, 1991. - 24 с.

Додаткова

1. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III–IV рівнів акредитації: Наказ Міністерства освіти і науки України від 14 жовтня 2003 р. № 757.
2. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в Національному технічному університеті «Харківський політехнічний інститут» / Вик. Глядя С.О., Любієв А.Г., Юшко О.В., Борейко Н.Ю., Колісниченко А.О. – Харків: НТУ «ХП», 2019. – 30 с.
3. ПРОГРАМА нормативної навчальної дисципліни «Фізичне виховання» / Любієв А.Г., Юшко О.В., Борейко Н.Ю., Глядя С.О., Блошенко О.І. - Харків: НТУ «ХП», 2020. - 34 с.
4. Навчальна програма з фізичного виховання зі спеціалізації з виду спорту «Теніс» для студентів всіх спеціальностей денної форми навчання, основна медична група / Роз.: Донець Ю.Г. – Харків: НТУ «ХП», 2018.

- 49 с.

5. Організація та проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів НТУ «ХП». Методичні вказівки для викладачів кафедри «Фізичного виховання НТУ «ХП»» / Роз.: Глядя С.О., Любієв А.Г., Юшко О.В., Колісниченко А.О. - Харків: НТУ «ХП», 2020. – 19 с.
6. Сайт бібліотеки НТУ «ХП» Електронний ресурс. Режим доступу - library.kpi.kharkov.ua.

ПЕРЕЛІК ЗАПИТАНЬ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАЛІКУ

Техніка безпеки на заняттях з тенісу. Основи техніки і тактики гри у тенісі. Методичні основи спортивного тренування у тенісі. Самоконтроль за фізичним станом.

ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ

Тенісні кори, тренувальні стінки, тенісні ракетки, тенісні м'ячі, збирачі м'ячів, фішки та мішені.

СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ

Шкала оцінювання знань та вмінь студентів

100 - бальна	ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
75-81	C	
64-74	D	задовільно
60-63	E	
35-59	Fx	незадовільно
0-34	F	

Розподіл балів, які отримують студенти за видами навчальної діяльності

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
Заохочуючі бали		

НОРМИ АКАДЕМІЧНОЇ ЕТИКИ

Студент повинен дотримуватися «Кодексу етики академічних взаємовідносин і доброчесності НТУ« ХП»: проявляти дисциплінованість, вихованість, повагу до старших, чесність, відповідальність, доброзичливість. Визначати цінності, якими керуються учасники університетської спільноти Національного технічного університету« Харківський політехнічний інститут », і встановлює етичні норми відносин в академічному середовищі.

Силабус за змістом повністю відповідає робочій програмі навчальної дисципліни