

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД УКООПСПІАКИ  
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»

Навчально-науковий інститут харчових технологій готельно-ресторанного  
та туристичного бізнесу  
Кафедра фізичного виховання

## СИЛАБУС

навчальної дисципліни  
**«Фізичне виховання»**  
на 2021-2022 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	1-2 курс, 1-4 семестр
Освітня програма/спеціалізація	«Туризм»
Спеціальність	242 Туризм
Галузь знань	24 Сфера обслуговування
Ступінь вищої освіти	бакалавр

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

**Симоненко Наталія Олександрівна**  
старший викладач кафедри фізичного виховання

Контактний телефон	+38050-583-10-64
Електронна адреса	sport@puet.edu.ua
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> 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>	4 кредити ЄКТС/120 годин (практичні заняття 48 год., самостійна робота 72 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. Підсумковий контроль: залік (ПМК).
<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

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

<b>Програмні результати навчання</b>	<b>Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>управляти своїм навчанням з метою самореалізації в професійній туристичній сфері (ПР17);</li><li>адекватно оцінювати свої знання і застосовувати їх в різних професійних ситуаціях (ПР18).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>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 (К02);</li><li>здатність діяти соціально відповідально та свідомо (К03);</li><li>здатність працювати в команді та автономно (К14).</li></ul>

### Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1-2		
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 3-4		
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 (чоловіки); атлетична гімнастика (жінки).	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри у футболі (чоловіки); Виконання вправ для розвиток сили м'язів (жінки).

### Інформаційні джерела

1. Артюшенко О. Ф. Легка атлетика: навч. посіб. [для студ. ф-тів фіз. культури] / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. – Черкаси, 2006. – 424 с.
2. Атлетична гімнастика: навчальний посібник для самостійної роботи студентів / Т.В. Кондес. – Київ: Університет економіки та права «КРОК», 2015. – 43 с.
3. Борисов О.О. Основи теорії методики викладання волейболу і футболу. Навальний посібник / О. О. Борисов. – Київ, 2004. – 664 с.
4. Вознюк Т. В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник / Т. В. Вознюк, А. А. Ковальчук, О. В. Ковальчук. – Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. – 280 с.
5. Горбуля В. Б. Баскетбол: техніка гри в нападі та методика навчання / В.Б.Горбуля, В.О.Горбуля, Г.О.Єсіонова. – Запоріжжя. ЗНУ, 2007. – 96 с.
6. Горбуля В. Б. Баскетбол: Фізична підготовка: навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки /В. Б. Горбуля, В. О. Горбуля, О. В. Горбуля. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 91 с.
7. Зотов А. В. Атлетична гімнастика: навчальний посібник / А. В. Зотов, В. І. Терещенко. – К., 2004. – 160 с.
8. Кічук С.Ф., Авраменко В.Г., Лобанков В.С., Гавров Ю.Л. Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання. Тестові завдання. Тернопіль. 2003. 186 с.
9. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для вузів фіз. вих і спорту : у 2-х т. / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2003. – Т. 2. – 390 с.
10. Пустовалов В. О. Волейбол (теорія і методика навчання): навчальнометодичний посібник / В. О.Пустовалов. – Черкаси. 2011. –65 с.
11. Соломонко В. В. Футбол: навчальний посібник / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімпійська література, 2005. - 294 с.
12. Терещенко В. І. Атлетична гімнастика / В. І. Терещенко, О. В. Терещенко, І. Й. Малинський. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2011. – 234 с.
13. Терещенко В. І. Здоров'я і фізичне виховання студентів : навчальний посібник / В. І. Терещенко, В. П. Чаплигін. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2010. – 290 с.
14. Терещенко В. І. Спеціальні прави легкоатлета : навч. посібник / В. І. Терещенко. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2014. – 215 с.
15. Терещенко В. І. Фізична підготовка студентів засобами легко атлетики : навч. пос. / В. І. Терещенко, О. В. Терещенко. – Ірпінь : Національна академія ДПС України, 2012. – 316 с.

### 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>
1 семестр	
Модуль 1: відвідування занять (36 балів); завдання самостійної роботи (54 балів); поточна модульна робота (10 балів)	100
Підсумковий контроль: ПМК (залік)	
2 семестр	
Модуль 2: відвідування занять (36 балів); завдання самостійної роботи (54 балів); поточна модульна робота (10 балів)	100
Підсумковий контроль: ПМК (залік)	
3 семестр	
Модуль 3: відвідування занять (36 балів); завдання самостійної роботи (54 балів); поточна модульна робота (10 балів)	100
Підсумковий контроль: ПМК (залік)	
4 семестр	
Модуль 4: відвідування занять (36 балів); завдання самостійної роботи (54 балів); поточна модульна робота (10 балів)	100
Підсумковий контроль: ПМК (залік)	

### 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