

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

(повне найменування вищого навчального закладу)

Кафедра (циклова комісія) Управління фізичною культурою та спортом

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Ректор (перший проректор)

В.Г. Прушківський

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20 17 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Фізичне виховання у вищих навчальних закладах**

(код і назва навчальної дисципліни)

спеціальність 017 Фізична культура і спорт  
(код і назва спеціальності)

освітня програма «Фізичне виховання»

інститут, факультет, Управління фізичною культурою та спортом  
(назва інституту, факультету, відділення)

Робоча програма Фізичне виховання у вищих навчальних закладах для студентів  
(назва навчальної дисципліни)

за освітньою програмою «Фізичне виховання» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

“ 28 ” серпня 20 17 року - 12 с.

Розробники: Шуба Людмила Вікторівна, канд. пед. наук,  
доцент кафедри управління фізичною культурою та спортом

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри управління фізичною культурою та спортом

Протокол від “ 28” серпня 20 17 року № 1

Завідувач кафедри управління фізичною культурою та спортом

\_\_\_\_\_ ( Мазін В.М. )  
(підпис) (прізвище та ініціали)

“ 28 ” серпня 20 17 року

Схвалено науково-методичною комісією факультету управління фізичною культурою та спортом

Протокол від “ 29 ” серпня 20 17 року № 1

“ 29 ” серпня 20 17 року Голова \_\_\_\_\_ ( Пуцина І.В. )  
(підпис) (прізвище та ініціали)

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3,5	Галузь знань <u>01 «Освіта»</u> (шифр і назва)	Нормативна (за вибором)	
Модулів – 2	Спеціальність <u>017 «Фізична культура і спорт»</u>	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 2		5-й	5-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання <u>пункт 6, 7</u> (назва)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 105		10-й	10-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 5,5	Освітньо-кваліфікаційний рівень: <u>магістр</u>	<b>Лекції</b>	
		14 год.	4 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		14 год.	4 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		- год.	- год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		71 год.	84 год.
<b>Індивідуальні завдання:</b>			
6 год.	13 год.		
Вид контролю: іспит			

### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 26,7% до 73,3%

для заочної форми навчання – 7,6% до 92,4%

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** – є реалізація уявлення про Вищу школу України та різних регіонів світу. Необхідно розглянути особливості роботи викладача фізичної

культури; проаналізувати нормативно-правові документи на яких базується специфіка викладання та документи, які відображають новітні тенденції з фізичного виховання для вищих навчальних закладах; ознайомити з Програмою фізичного виховання у вищих навчальних закладах; надати характеристику особливостей роботи викладача фізичного виховання; ознайомити з правами та обов'язками викладачів; надати уявлення про зміст та організацію професійно-педагогічної освіти у ВНЗ.

**Завдання.** Засвоїти знання з предмету «Фізичне виховання для вищих навчальних закладах»; теорію та методику навчання студентів різних спеціальностей, різновиди тренування у різних видах спорту та вміння підбирати оптимальних вид активної діяльності для студентів різних спеціальностей; психологічні та адаптивні прийоми, підходи до розв'язання нестандартних ситуацій.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

**знати:** законодавчу базу вищої школи України та інших регіонів світу; особливості роботи викладача фізичного виховання у вищих навчальних закладах; зміст Програми з фізичного виховання; форми організації навчального процесу; структуру вищого закладу освіти; права та обов'язки викладачів ВНЗ.

**вміти:** проводити лекційні та практичні заняття з фізичної культури з студентами різних курсів; працювати з документами планування (навчальних план, навчальна програма, робоча програма та ін.); розробити програму з дисципліни «Фізична культура» для різних курсів з урахуванням віку, статі, рівня фізичної підготовки та медичної групи.

*Перелік дисциплін, які необхідні для вивчення дисципліни, та дисциплін, які будуть забезпечуватися цією дисципліною.*

Вивчення дисципліни «Фізичне виховання у вищих навчальних закладах» пов'язано з наступними дисциплінами: «Педагогіка», «Біомеханіка», «Теорія та методика фізичного виховання», «Гімнастика з методикою викладання», «Оздоровчі технології фізичної культури та спорту», «Організація та проведення спортивних змагань», «Теорія спорту», «Загальна психологія» та ін.

### 3. Програма навчальної дисципліни

#### *Змістовий модуль 1. Програмно-нормативні документи та теоретичні особливості процесу фізичної підготовки студентів у Вузі*

Правові основи управління фізичною культурою у вищих навчальних закладах України. Основи програмно-нормативного забезпечення процесу фізичного виховання у вітчизняних вищих учбових закладах. Особливості організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладах у різних регіонах світу: держави європейського регіону, сполучені Штати Америки, держави Азіатського регіону, російська Федерація. Теоретичні основи функціонування системи фізичної підготовки

у вищих навчальних закладах. Поняття та види фізичної підготовки. Методичні принципи фізичної підготовки майбутніх спеціалістів.

### **Змістовий модуль 2. Методичне забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах**

Методичні особливості розвитку основних компонентів фізичної підготовленості майбутніх спеціалістів. Основні компоненти розвитку фізичної підготовленості. Фізичні якості та методи їх розвитку. Технологічні основи розробки професійно-прикладної фізичної підготовки студентів різного професійного профілю: громадянські професії, професії воєнної спрямованості. Форми та методи організації фізичної підготовки студентської молоді.

## **4. Структура навчальної дисципліни**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма						Заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<i>Змістовий модуль 1. Програмно-нормативні документи та теоретичні особливості процесу фізичної підготовки студентів у Вузі</i>													
<b>Тема 1.</b> Правові, організаційні та програмно-нормативні основи процесу фізичної підготовки у системі фізичного виховання студентської молоді	15	2	2	-	1	10	17	1	-	-	2	14	
<b>Тема 2</b> Особливості організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладах у різних регіонах світу	15	2	2	-	1	10	17	-	1	-	2	14	
<b>Тема 3.</b> Теоретичні основи функціонування системи фізичної підготовки у вищих навчальних закладах	16	2	2	-	1	11	17	1	-	-	1	15	
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	<b>46</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>3</b>	<b>31</b>	<b>51</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>	<b>43</b>	
<i>Змістовий модуль 2. Методичне забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах</i>													
<b>Тема 1</b> Методичні особливості розвитку основних компонентів фізичної підготовленості майбутніх спеціалістів	29	4	4	-	1	20	22	-	1	-	4	17	
<b>Тема 2.</b> Технологічні основи розробки професійно-прикладної фізичної підготовки студентів різного професійного профілю	15	2	2	-	1	10	17	1	1	-	2	13	
<b>Тема 3.</b> Форми та методи	15	2	2	-	1	10	15	1	1	-	2	11	

організації фізичної підготовки студентської молоді												
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	<b>59</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>3</b>	<b>40</b>	<b>54</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>41</b>
ІНДЗ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Усього годин</b>	<b>105</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>71</b>	<b>105</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>13</b>	<b>84</b>

### 5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кіл-сть годин
1	Аналіз нормативних документів управління фізичного виховання у ВНЗ	2
2	Порівняльний аналіз фізичної культури у різних регіонах світу	2
3	Види фізичної підготовки. Особливості використання різновидів підготовки. Принципи.	2
4	Загальна характеристика фізичних якостей студентів та методики їх удосконалення.	2
5	Особливості фізичної підготовленості юнаків та дівчат	2
6	Технологія виявлення спрямованості професійно-прикладної фізичної підготовки у вищих навчальних закладах різного професійного профілю (громадянські професії та професії воєнної спрямованості).	2
7	Форми організації занять. Фізичне виховання у гуртожитках	2

### 6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кіл-сть годин
1	Причини виникнення Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'є нації».	4
2	Різновиди програм з фізичного виховання студентської молоді та причини їх виникнення.	4
3	Задачі та зміст теоретичного розділу програми з фізичного виховання майбутніх спеціалістів.	3
4	Принципи побудови процесу фізичного виховання.	3
5	Особливості організації фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вузів США.	3
6	Гнучкість і методика її розвитку	4
7	Сенситивні періоди розвитку фізичних якостей та їх вплив на організм студента.	3
8	Методика розвитку швидкості і швидкісних здібностей.	4
9	Особливості організації фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вузів Європи.	4
10	Розвиток координаційних здібностей людини.	3
11	Методика розвитку силових здібностей.	4

12	Особливості впливу географічного чинника на формування структури фізичного виховання студентської молоді.	4
13	Рухова витривалість і методика її розвитку.	4
14	Особливості організації фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вузів Азіатського регіону.	4
15	Особливості фізичного виховання студентів, які мають відхилення у стані здоров'я.	4
16	Рухлива активність і здоров'я студентів.	4
17	Чинники та мотивація студентської молоді до здорового способу життя.	4
18	Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.	4
19	Поняття, мета та завдання професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів.	4

### 7. Індивідуальні завдання

Для студентів денної форми навчання – 2 індивідуальних домашніх завдання з кожного змістовного модуля.

Для студентів заочної форми навчання – контрольна робота.

### 8. Методи навчання

Під час викладання курсу використовуються наступні методи навчання:

- розповідь – для оповідної, описової форми розкриття навчального матеріалу;
- пояснення – для розкриття сутності певного явища, закону, процесу;
- бесіда – для усвідомлення за допомогою діалогу нових явищ, понять;
- ілюстрація – для розкриття предметів і процесів через їх символічне зображення (малюнки, схеми, графіки);
- практична робота – для використання набутих знань у розв'язання практичних завдань;
- аналітичний метод – мисленевого або практичного розкладу цілого на частини з метою вивчення їх суттєвих ознак;
- індуктивний метод – для вивчення явищ від одиничного до загального;
- дедуктивний метод – для вивчення навчального матеріалу від загального до окремого, одиничного;
- проблемний виклад матеріалу – для створення проблемної ситуації.

### 9. Методи контролю

Для студентів денної форми навчання: усне опитування на практичних заняттях, захист індивідуального домашнього завдання.

Для студентів заочної форми навчання: захист контрольної роботи, тестування.

## 10. Розподіл балів на екзамені

Кожен змістовний модуль оцінюється за 100-бальною шкалою.

Під час контролю по кожному змістовному модулю враховуються наступні види робіт:

- активність роботи студента на практичному занятті оцінюється до 20 – 26 балів (3 практичних заняття по 26 балів = 80 балів; 4 практичних заняття по 20 балів = 80 балів);
- захист індивідуального домашнього завдання студента оцінюється до 20 балів.

Підсумковий контроль визначається як середня двох контролів за перший та другий змістовні модулі.

Студент має право скласти екзамен у письмовій або усній формі, який оцінюється за 100 шкалою, і має пріоритет при визначенні підсумкової оцінки.

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>	задовільно	
60-63	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 11. Методичне забезпечення

1. Шуба Л.В. Курс лекцій з дисципліни «Фізичне виховання у вищих навчальних закладах» для студентів спеціальності 8.010201 «Фізичне виховання» усіх форм навчання / Укл.: Л.В. Шуба - Запоріжжя: ЗНТУ, 2013. – 38с.

2. Шуба Л.В. Курс лекцій з дисципліни «Фізичне виховання у вищих навчальних закладах» для студентів спеціальності 8.010201 «Фізичне виховання» усіх форм навчання / Укл.: Л. В. Шуба - Запоріжжя: ЗНТУ, 2014. – 50 с.



## 12. Рекомендована література

### Базова

1. Волков В.Л. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді / В.Л. Волков - К.: Знання України, 2008. - 82 с.
2. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, Постанова кабінету міністрів України від 15 січня 1996 року №80, м. Київ. -31с.
3. Евсеев Ю.И. Физическая культура. Серия «Учебники, учебные пособия» / Ю.И. Евсеев - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. - 384 с.
4. Закон України про фізичну культуру і спорт // Відомості Верховної Ради України, 2012.
5. Раевский Р.Т. Професнонально-прикладная физическая подготовка студенток технических вузов: Учебное пособие / Р.Т. Раевский - М.: Высшая школа, 2005. - 136 с.
6. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олимпийская литература, 2003. - Т.1. - С. 423.
7. Теория и методика физического воспитания: Учебник для студентов факультетов физической культуры пед. ин-тов / Под ред. Б.А. Ашмарина. - М.: Просвещение, 2006. - 280 с.
8. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації» // Спортивна газета. - 1998. - 27, 28 листопада, 8, 10, 11 грудня.

### Допоміжна література

1. Бернштейн Н.Л. О ловкости и ее развитии. / Н.Л. Бернштейн - М.: Медицина, 1991. -290 с.
2. Бондаревский Е.Я. Структура, методы оценки уровня развития и пути совершенствования равновесия у спортсменов. / Е.Я. Бондаревский, Б.Л. Нариманов. – М.: ГЦОЛИФК, 2005. - 55 с.
3. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. / Э.Г. Булич. – М.: Высшая школа, 2006. - 255 с.
4. Волков Л.В. Физическое воспитание учащихся. Учебно-методическое пособие. / Л.В. Волков - К.: Рад. шк., 2008. - 184с.
5. Глазунов С.И. Экспресс-контроль специальной физической подготовленности военнослужащих механизированных подразделений сухопутных войск. Автореф. дис. ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту. - К.: НУФВСУ. 2003. - 21 с.
6. Дубогай О.Д.. Методика фізичного виховання студентів віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: навчальний посібник. / О.Д. Дубогай, В.І. Завацький, Ю.О. Короп. – Луцьк.: Надстир'я, 2007. - 220 с.
7. Закорко І.П. Спеціальна фізична підготовка: Організаційно-методичні вказівки до викладання курсу. / І.П.Закорко. - К.: РВВ КІВС, 2001. - 33 с.
8. Зимкин Н.В. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости. / Н.В. Зимкин. – М.: Физкультура и спорт, 1996. - 206 с.

9. Ильинич В.М. Профессионально-прикладная физическая подготовка работников сельского хозяйства. / В.М. Ильинич, А.А. Костин – Саратов.: Коммунист, 2002. - 125 с.

10. Профессиограммы и профессиокарты основных профессий / Под ред. В.В. Ерасова. - М.: Книга, 2008. - 143 с.

11. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самоудосконалення студентства. / С.М. Канішевський - К.: ІЗМН, 2007. - 270 с.

12. Коростылев Н.Б. Слагаемые здоровья: рекреация по-американски. / Н.Б. Коростылев. - М.: Знание, 2008. - 188 с.

13. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. / О.С. Куц. – Київ-Вінниця: Контингент-ПРИМ, 2005. - 113 с.

14. Основы теории и методики физической культуры /Под ред. А. А. Гужаловского. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 352 с.

15. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.

16. Терованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. / А.А. Терованесян - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 206 с.

17. Физическая культура студента: Учебник для студентов высш. учебн. заведений / Под ред. В.И. Ильинича. - М.: Гардарики, 2007. -с. 447.

18. Финогенов Ю.С. Физическая подготовка в вооруженных силах // Теория и методика физического воспитания: в 2 т. /Под ред. Т.О. Круцевич, 2003. - Т.2. - С. 184-200.

19. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України І-ІІ, ІІІ-ІV рівнів акредитації. Затверджена наказом Міністерства освіти і науки України 14. 11. 2003. - Київ, 2003. - 44 с.

20. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 480 с.

### 13. Інформаційні ресурси

Електронні видання:

1. <http://www.nbu.gov.ua>
2. <http://lib.sportedu.ru>
3. <http://fizkult-ura.ru/books>
4. <http://www.fizkulturaisport.ru>