Форма № 4

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
(найменування центрального органу виконавчої влади у сфері освіти і науки)

Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

Кафедра Фізичної культури, олімпійських та неолімпійських видів спорту
(найменування кафедри, яка відповідає за дисципліну)

"ЗАТВЕРДЖУЮ"
Ректор (перший проректор)
"18" 09 2020 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ЗПВ06 Фізичне виховання
(код і назва навчальної дисципліни)

спеціальність 173 Авіоніка,
(код і назва спеціальності)

освітня програма (спеціалізація) Електротехнічні комплекси та системи літальних апаратів
(назва спеціалізації)

інститут, факультет Фізико-технічний інститут, Електротехнічний факультет
(назва інституту, факультету)

мова навчання українська

2020 рік

Робоча програма Фізичне виховання для студентів
(назва навчальної дисципліни)
спеціальності 173 – Авіоніка
освітня програма (спеціалізація) Електротехнічні комплекси та системи літальних апаратів
(назва освітньої програми (спеціалізації))
„___” _____ 2020 року - ___ с.

Розробники: Атаманюк С.І., завідувач кафедри фізичної культури,
(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)
олімпійських та неолімпійських видів спорту, кандидат наук з фізичного виховання, доцент, Кокарева С. М., старший викладач

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри Фізичної культури,олімпійських та неолімпійських видів спорту

Протокол від “___”_____2020 року №____

Завідувач кафедри Фізичної культури,олімпійських та неолімпійських видів спорту
(найменування кафедри)

«____» _____20_____ року _____ (Атаманюк С.І.,.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

Схвалено науково-методичною комісією _____ЕТФ_____факультету
_____Електротехнічний_____
(найменування факультету)

Протокол від “_17__”__вересня_____2020 року №__1__

«17» вересня 2020 року Голова _____ (Антонов М.Л.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

Узгоджено групою забезпечення освітньої програми*
_____
_____
__

«____» _____20_____ року Керівник групи _____ (_____)
(підпис) (прізвище та ініціали)

*Якщо дисципліна викладається невипусковою кафедрою

© НУ «Запорізька політехніка», 2020 рік

1. Опис навчальної дисципліни

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень</td><td>Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна
форма навчання</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Кількість кредитів – 8</td><td>Галузь знань
<u>09 «Фізичне виховання»</u>
(шифр і назва)</td><td rowspan="2">Нормативна
(за вибором)</td></tr>
<tr><td></td></tr>
<tr><td>Модулів – 8</td><td rowspan="5">Спеціальність (напрям підготовки)
141 <u>«Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка»</u>
(код і назва)
Освітня програма (спеціалізація)
«Електромеханічні системи автоматизації та електропривод»</td><td>Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>Змістових модулів – 16</td><td>1,2-й</td></tr>
<tr><td>Індивідуальне науково-дослідне завдання -відсутнє</td><td>Семестр</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Загальна кількість годин - 240</td><td>1-4-й</td></tr>
<tr><td>Лекції</td></tr>
<tr><td rowspan="8">Тижневих годин для денної форми навчання:
практичних – 4</td><td rowspan="8">Освітній ступінь:
бакалавр</td><td>16год.</td></tr>
<tr><td>Практичні, семінарські</td></tr>
<tr><td>224</td></tr>
<tr><td>Лабораторні</td></tr>
<tr><td>-</td><td>-</td></tr>
<tr><td>Самостійна робота</td></tr>
<tr><td>120</td><td>-</td></tr>
<tr><td>Індивідуальні завдання:</td></tr>
<tr><td>Вид контролю: залік</td></tr>
</table>

Примітка.

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

для денної форми навчання –66% /34%

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання» - формування фізичної культури особистості.

Завдання дисципліни:

- формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення й самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності та навчання;
- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму;
- оволодіння системою практичних умінь і навичок занять основними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, зберігання і зміцнення здоров'я;
- набуття рухових умінь і навичок, забезпечення загальної фізичної підготовленості.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен засвоїти:

загальні компетентності:

ЗК 5. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово

ЗК7. Здатність реалізувати свої права і обов’язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК8. 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.

Фахові компетентності

Здатність обґрунтовувати прийняті рішення, ефективно працювати автономно та у складі колективу (ФК 10).

Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

Здатність реалізувати свої права і обов’язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

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.

Здатність працювати в команді.

Здатність планувати та управляти часом.

Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

Навички міжособистісної взаємодії.

Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. Легка атлетика. Загальна фізична підготовка. Початкове навчання у групах за обраними видами спорту (занять)

Тема 1. Фізична культура як навчальна дисципліна. Техніка безпеки на заняттях з фізичного виховання та спорту.

Тема 2.Вводна лекція з обраного виду спорту. Техніка безпеки на заняттях з обраного виду спорту

Тема 3 Загальна фізична підготовка. Легка атлетика

Тема 4 Спеціальна фізична підготовкав обраному виді спорту.

Модуль2. Початкова підготовка у обраному виді спорту

Тема 5 Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 6 Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 7. Практикування в в обраному виді спорту.

Тема 8. Підготовка до участі в змаганнях

Модуль3. Вивчення основ техніки у обраному виді спорту

Тема 9. Природно-наукові основи фізичного виховання

Тема 10. Основи техники виконання вправ у обраному виді спорту.

Тема 11 Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 12 Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 13 Практикування в обраному виді спорту.

Модуль4. Засвоєння та закріплення навичок основних елементів техніки виконання вправ в обраному виді спорту

Тема 14 Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 15 Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 16 Практикування в в обраному виді спорту.

Модуль5. Співдія розвитку здатності командноївзаємодії за участі у змаганнях різного рівня

Тема 17. Природно-наукові основи фізичного виховання.

Психологічна підготовка в обраному виді спорту.

Тема 18. Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 19. Практикуванняв обраному виді спорту.

Модуль6.

Тема 20. Практикування в обраному виді спорту.

Тема 21 Підготовка до участі у змаганняхв обраному виді спорту.

Тема 22.Участь у змаганнях, виконання нормативів масових спортивних розрядівв обраному виді спорту.

Модуль7.

Тема 23.Техніко-тактична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 24. Практикування в обраному виді спорту.

Модуль8.

Тема 25 Підготовка до участі у змаганняхв обраному виді спорту.

Тема 26 Участь у змаганнях, виконання нормативів масових спортивних розрядівв обраному виді спорту.

4.Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		лекц.	практ.	лаб.	індив.	сам. р.
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1. Легка атлетика. Загальна фізична підготовка. Початкове навчання у групах за обраними видами спорту (занять)						
Тема 1. Фізична культура як навчальна дисципліна. Техніка безпеки на заняттях з фізичного виховання та спорту. Тема 2.Вводна лекція з обраного виду спорту. Техніка безпеки на заняттях з обраного виду спорту		4				
Тема 3 Загальна фізична підготовка. Легка атлетика			20			
Тема 4 Спеціальна фізична підготовкав обраному виді спорту.			6			
Усього годин за 1 модуль	30	4	26			15
Модуль2. Початкова підготовка у обраному виді спорту.						
Тема 5 Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			4			
Тема 6 Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			**6**			
Тема 7. Практикування в в обраному виді спорту.			**16**			
Тема 8. Підготовка до участі в змаганнях			**4**			

Усього годин за 2 модуль	**30**		**30**			15
Модуль3. Вивчення основ техніки у обраному виді спорту						
Тема 9. Природно-наукові основи фізичного виховання Тема 10. Основи техники виконання вправ у обраному виді спорту.		4				
Тема 11 Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			*4*			
Тема 12 Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			*6*			
Тема 13 Практикування в в обраному виді спорту.			**16**			
Усього годин за 3 модуль	**30**	**4**	**26**			15
Модуль4. Засвоєння та закріплення навичок основних елементів техніки виконання вправ в обраному виді спорту						
Тема 14 Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			4			
Тема 15 Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			**4**			
Тема 16 Практикування в в обраному виді спорту.			**22**			
Усього годин за 4 модуль	**30**		**30**			15
Модуль5. Співдія розвитку здатності командної взаємодії за участі у змаганнях різного рівня						
Тема 17. Природно-наукові основи фізичного виховання. Психологічна підготовка в обраному виді спорту.		**4**				
Тема 18. Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.			**10**			
Тема 19. Практикуванняв обраному виді спорту.			**16**			
Усього годин за 5 модуль	**30**	**4**	**26**			15
Модуль6.						
Тема 20. Практикування в обраному виді спорту.			**20**			
Тема 21 Підготовка до участі у змаганняхв обраному виді			**4**			

спорту.						
Тема 22.Участь у змаганнях, виконання нормативів масових спортивних розрядівв обраному виді спорту.			**6**			
Усього годин за 6 модуль	**30**		**30**			15
Модуль7.						
Тема 23.Техніко-тактична підготовка в обраному виді спорту.		4				
Тема 24. Практикування в обраному виді спорту.			**26**			
Усього годин 7 за модуль	**30**	**4**	**26**			
Модуль8.						
Тема 25 Підготовка до участі у змаганняхв обраному виді спорту.			20			
Тема 26 Участь у змаганнях, виконання нормативів масових спортивних розрядівв обраному виді спорту.			**10**			
Усього годин за 8 модуль	**30**		**30**			15
Усього годин	**240**	**16**	**224**			120

5.Теми семінарських занять

Не передбачені навчальним планом

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Загальна фізична підготовка. Легка атлетика	20
2.	Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту.	12
3.	Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту.	32
4.	Практикування в в обраному виді спорту.	116
5.	Підготовка до участі у змаганнях в обраному виді спорту.	28
6.	Участь у змаганнях, виконання нормативів масових спортивних розрядів в обраному виді спорту.	16
	ВСЬОГО	224

7. Теми лабораторних занять

Не передбачені навчальним планом

8. Самостійна робота

Теоретична частина

Підготування есе та рефератів за темами з питань техніки, тактики, оснащення та матеріального забезпечення обраного виду спорту.

Практична частина

Добірка вправ зі спеціальної фізичної підготовки з обраного виду спорту.

9. Індивідуальні завдання

Теоретична частина. За темами, вказаними в тематичному плані дисципліни та у методичних рекомендаціях до самостійної роботи, пропонуються наступні види індивідуальних завдань: - виступ на наукових конференціях (друковані тези); - участь у інтернет-конференціях; - реферат з теми (модуля) або вузької проблематики; - написання есе, творчих завдань тощо. Реферативна доповідь та участь в її обговоренні можуть бути предметом окремого оцінювання викладачем або враховуватись ним при оцінці інших форм контролю.

10 Методи навчання

Викладання курсу «Фізичне виховання» передбачає використання наступних груп методів навчання:

1) словесні методи : - розповідь – цей метод передбачає оповідну, описову форми розкриття навчального матеріалу з метою спонукання здобувачів вищої освіти до створення в уяві певного образу; - пояснення – метод, який передбачає розкриття сутності певного явища, процесу, закону; - бесіда, як метод, передбачає використання попереднього досвіду здобувачів вищої освіти з певної галузі знань і на основі цього залучення їх за допомогою діалогу до усвідомлення нових явищ, понять або відтворення вже наявних знань;лекція – передбачає розкриття у словесній формі сутності явищ, наукових понять, процесів, які знаходяться між собою в логічному зв'язку, об'єднані загальною темою; використовується для забезпечення закінченості і цілісності сприйняття здобувачами вищої освіти навчального матеріалу в його логічних опосередкуваннях і взаємозв'язках за темою в цілому;

2) наочні методи (джерелом знань яких є спостережувані предмети, явища, наочні посібники): - ілюстрація – передбачає розкриття сутності предметів і процесів через їх символічне зображення; використовується для показу здобувачам вищої освіти відеоматеріалів, ілюстративних посібників, плакатів, таблиць, графіків, схем, зарисовок на дошці, моделей і т.п.; - демонстрація – метод, який характеризується рухомістю засобу демонстрування; використовується для показу здобувачам вищої освіти предметів і процесів в натурі і динаміці (наприклад, перегляд навчального відеофільму, презентації);

3) практичні методи (здобувачі вищої освіти отримують знання і виробляють вміння, виконуючи практичні дії, які сприяють формуванню та

закріпленню практичних умінь при застосуванні раніше набутих знань). - навчання вправ по частинах; методи вдосконалення та закріплення рухових дій; змагальний метод; ігровий метод; метод комбінованої вправи; колове тренування та інші.

4) інтерактивні методи навчання (навчання, побудоване на активній взаємодії викладача та здобувачів вищої освіти): ділова гра – метод пошуку рішень в умовній проблемній ситуації, що застосовується як метод активного навчання її учасників з метою вироблення у них навичок прийняття рішень в нестандартних ситуаціях, а також як засіб тестування здібностей.

11. Очікувані результати навчання з дисципліни

Програмні результати навчання
РН 1 Адаптуватися до змін технологій професійної діяльності, прогнозувати їх вплив на кінцевий результат.
РН 6 Критично осмислювати основні теорії, принципи, методи і поняття у професійній діяльності
РН 10 Ефективно планувати і організовувати свій робочий час, підтримувати власні здоров’я та працездатність, у тому числі за допомогою активного відпочинку та здорового способу життя.

12. Засоби оцінювання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів з дисципліни «Фізичне виховання», згідно Рекомендації з навчально-методичного забезпечення у НУ «Запорізька політехніка» є: - відеозвіти виконання вивчених вправ або розроблених з них комплексів, реферати, есе;презентації результатів виконаних завдань та досліджень; - студентські презентації та виступи на спортивних заходах.

13. Критерії оцінювання

Засвоєння програми фізичного виховання у вищому закладі освіти припускає систему контрольних заходів, що включає оперативний, поточний, підсумковий контроль і підсумкову атестацію.

Вхідний контроль проводиться на початку вивчення нового курсу з метою визначення рівня підготовки здобувачів вищої освіти з дисциплін, які забезпечують цей курс. Контроль проводиться на першому занятті за завданнями, які відповідають програмі попередньої дисципліни. Для дисципліни «Фізичне виховання» такою дисципліною є шкільний курс фізичної культури. За результатами вхідного контролю розробляються заходи з надання індивідуальної допомоги здобувачам вищої освіти, коригування освітнього процесу.

Поточний контроль ставить своїм завданням виявити ступінь засвоєння студентами окремих розділів і тем навчальної програми з фізичного виховання на контрольному етапі освіти.

Формами і методами оперативного і поточного контролю є педагогічні і лікарсько-педагогічні спостереження: усне і письмове опитування студентів, виконання контрольних робіт, завдань, вправ, тестів, практичного виконання модульного контролю й інші.

Підсумковий контроль проводиться з метою оцінки кінцевих результатів фізичного виховання на окремих його завершених етапах.

За кожне заняття, яке відвідав студент, йому нараховується 2 бали за умови активної роботи на занятті; студент, який недостатньо працював під час заняття отримує 1 бал; студент, який пропустив заняття з будь-якої причини отримує 0 балів.

Протягом навчального року студенти складають 16 обов'язкових тестових нормативів (4 – у першому модулі, 4 – у другому модулі, 4 – у третьому модулі і 4 – у четвертому модулі). Максимальна оцінка за кожний тест –7 балів, мінімальна – 1 бал.

Самостійна робота оцінюється таким чином:

- підготовка та проведення комплексу загально-розвиваючих вправ з групою або комплексу вправ основної частини заняття - 15 б.

- участь у Спартакіаді НУ "Запорізька політехніка" з окремих видів спорту – 15 б.

- участь у організації та проведенні змагань з окремих видів спорту. Студенти, які приймають активну участь в організації та проведенні змагань Спартакіади НУ "Запорізька політехніка"- 20 б.

.

Схема нарахування балів з навчальної дисципліниПриклад для заліку

Поточне тестування та самостійна робота				Сума
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль № 2		
Т1	Т2	Т3	Т4	100
25	25	25	25	

Критерії оцінювання знань та умінь студентів

Порядок перерахунку рейтингових показників нормованої 100-бальної університетської шкали оцінювання у традиційну 4-бальну шкалу та європейську шкалу ECT

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ЗА ШКАЛОЮ ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано

B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		

14. Методичне забезпечення

1. Методичні рекомендації до практичного розділу дисципліни «Фізичне виховання» Використання нетрадиційних методів і засобів фізичної культури при самостійних заняттях студентів для студентів усіх спеціальностей денної форми навчання / Укладачі: Крюков Ю.М., Соловйова М.Г., Михайленко Н.В., Голєва Н.П. - Запоріжжя: ЗНТУ, 2012. - 74с.
2. Методичні рекомендації до практичного розділу дисципліни «Фізичне виховання» Стрільба кульова пневматична для студентів всіх спеціальностей денної форми навчання. / Укл.: Голєва Н.П., Грищенко Л.Я., - Запоріжжя: ЗНТУ, 2012. – 14 с.
3. Методичні вказівки з дисципліни "Фізичне виховання". Самоконтроль фізичного розвитку та функціональних можливостей організму при заняттях фізичними вправами і спортом - / Укладачі: Напалкова Т.В., Мілкіна О.В. ЗНТУ, 2009 – 10с.
4. Методичні рекомендації щодо розвитку витривалості при самостійних заняттях фізичними вправами для студентів усіх спеціальностей денної форми навчання / Укладачі: Ю.М. Крюков, Н.П. Голєва– Запоріжжя: ЗНТУ, 2013. – 38 с.
5. Методичні вказівки до практичних занять з дисципліни "Фізична культура і спорт". Теоретичні основи фізичної підготовленості для студентів усіх спеціальностей денної форми навчання відділень спортивного та фізичного виховання / Укладачі: В.І. Кемкіна , О.С. Сокирко, В.О. Пономарьов – Запоріжжя: ЗНТУ, 2013. – 26 с.
6. Методичні рекомендації до практичного розділу занять з дисципліни «Фізичне виховання» «Використання комплексів атлетичної гімнастики при самостійних заняттях фізичними вправами силового характеру» для студентів усіх спеціальностей /Укл.: Ю.М.Крюков, Ю.Г.Журавльов, О.О.Щокін, Т.В.Напалкова, Ю.І.Дудник. - Запоріжжя: ЗНТУ, 2014. - 26 с.

15. Рекомендована література

Базова

1. Методические рекомендации по самооценке физического состояния и самостоятельных занятий физическими упражнениями студентов педагогических вузов во внеурочное время. - Киев, КГПИ, 1989.
2. Путров С.Ю., Соловйова Л.Г. Мотиваційно-ціннісне ставлення до фізичного виховання студентів технічного університету і шляхи його формування: Навчальний посібник. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2004. – 56 с.
3. Тестові завдання до теоретичної частини дисципліни «Фізичне виховання» «Стрільба кульова пневматична» для студентів вищих навчальних закладів /Укл.: Грищенко Л.Я., Голєва Н.П. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2009. –38 с.

16. Інформаційні ресурси

1. Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека імені О.М. Горького [Електронний ресурс] – Режим доступу http://zounb.zp.ua/
2. Наукова бібліотека Запорізького національного університету [Електронний ресурс] – Режим доступу http://library.znu.edu.ua/
3. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського [Електронний ресурс] www.nbuv.gov.ua
4. Теорія та методика фізичного виховання / науково-методичній журнал [Електронний ресурс] – Режим доступу до журн. http://www.tmfv.com.ua/

СИЛЛАБУС
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Тип: нормативна

Курс (рік навчання): 1, 2-й

Семестр:1, 2, 3, 4

Кредити: 8

Викладач: Атаманюк С. І, к. н. з фіз. вихов. та спорту, доцент; Кокарева С. М., старший викладач

Розподіл годин: загальна кількість 360 годин (16 - лекцій, 224 - практичні заняття, 120 - самостійні заняття).

Мета: формування фізичної культури особистості.

- **Завдання:** формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення й самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності та навчання;
- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму;
- оволодіння системою практичних умінь і навичок занять основними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, зберігання і зміцнення здоров'я;
- набуття рухових умінь і навичок, забезпечення загальної фізичної підготовленості.

Вміст курсу:

Оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками у обраному виді спорту. Підвищення спортивної майстерності та виконання розрядних нормативів у обраному виді спорту

Структура курсу(на прикладі стрільби кульової з пневматичної зброї):

1. Фізична культура, як навчальна дисципліна. Природно-наукові основи фізичного виховання. Основи здорового способу життя студентів. Основи спортивного тренування у обраному виді спорту.
2. Стрільба кульова з пневматичної зброї. Ознайомлення з технікою виконання пострілу. Спеціальна фізична підготовка.
3. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з технікою стрілецької ізготовки. 2. Спеціальна фізична підготовка.
4. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з технікою стрілецької ізготовки. 2. Спеціальна фізична підготовка.

5. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з технікою стрілецької хватки. 2. Спеціальна фізична підготовка.

6. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з технікою стрілецької хватки. 2. Спеціальна фізична підготовка.

7. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Закріплення техніки прицілювання. 2. Спеціальна фізична підготовка

8. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з технікою дихання. 2. Спеціальна фізична підготовка.

9. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Вивчення техніки дихання. 2. Спеціальна фізична підготовка.

10. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Закріплення техніки дихання. 2. Спеціальна фізична підготовка.

11. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з раціоналізацією використання вивчених технічних прийомів. 2. Спеціальна фізична підготовка.

12. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Вивчення раціоналізації використання вивчених технічних прийомів. 2. Спеціальна фізична підготовка.

13. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Закріплення раціоналізації використання вивчених технічних прийомів. 2. Спеціальна фізична підготовка.

14. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з раціоналізацією технічних прийомів якісного утримування зброї на постріл. 2. Спеціальна фізична підготовка.

15. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Вивчення технічних прийомів якісного утримування зброї на постріл. 2. Спеціальна фізична підготовка.

16. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Ознайомлення з раціоналізацією прийомів дихання.2. Спеціальна фізична підготовка.

17. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Вивчення прийомів дихання. 2. Спеціальна фізична підготовка.

18. Стрільба кульова з пневматичної зброї. 1.Вивчення різних способів натискання на спусковий гачок. Спеціальна фізична підготовка.

19. Ознайомлення з технікою виконання вправ ПП-1, ГП-2. 2. Спеціальна фізична підготовка.

20. Вивчення техніки виконання вправ ПП-1, ГП-2.Спеціальна фізична підготовка.

21. Вивчення техніки виконання вправ ПП-1, ГП-2. Спеціальна фізична підготовка.

22. Виконання вправ ПП-1, ГП-2 у змагальному режимі. 2. Спеціальна фізична підготовка.

Результати навчання:

Очікувані програмні результати навчання:

Курс «Фізичне виховання» допомагає розвивати особистість студента, готувати його до професійної діяльності, формувати установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потребу в регулярних заняттях фізичними вправами, формувати систему знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному вихованні, зміцнювати здоров'я, сприяти всебічному розвитку організму, профілактиці захворювань, забезпечувати високий рівень працездатності протягом всього періоду навчання, забезпечувати загальну і професійно-прикладну фізичну підготовленість, що визначають психофізичну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії.

Оцінювання: за результатами засвоєння дисципліни та виконання тестових завдань складається залік. При оцінюванні враховується активність студента у процесі самовдосконалення та залучення до спортивних заходів груп спортивної спеціалізації, факультету, вишу, міста та області.

Для кінцевого контролю використовується наступна схема оцінювання розподілу балів (за засвоєння тем курсу) з отриманням підсумкової середньозваженої оцінки:

Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота				Сума
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль № 2		
Т1	Т2	Т3	Т4	100
25	25	25	25	

Т1, Т2 ... Т4 – теми змістових модулів.

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	**A**	відмінно	зараховано
85-89	**B**	добре	
75-84	**C**		
70-74	**D**	задовільно	
60-69	**E**		
35-59	**FX**	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
1-34	**F**	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

У разі невідвідування занять з певних тем та несвоєчасного виконання розділів оцінка може знижуватись шляхом віднімання певної кількості балів у відповідності до вищевказаної таблиці. Зниження оцінки може бути скомпенсоване шляхом відпрацювання пропущених занять та виконання додаткових завдань.

Література:

4. Методические рекомендации по самооценке физического состояния и самостоятельных занятий физическими упражнениями студентов педагогических вузов во внеурочное время. - Киев, КГПИ, 1989.
5. Путров С.Ю., Соловйова Л.Г. Мотиваційно-ціннісне ставлення до фізичного виховання студентів технічного університету і шляхи його формування: Навчальний посібник. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2004. – 56 с.
6. Тестові завдання до теоретичної частини дисципліни «Фізичне виховання» «Стрільба кульова пневматична» для студентів вищих навчальних закладів /Укл.: Грищенко Л.Я., Голєва Н.П. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2009. –38 с.

Інформаційні ресурси

1. Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека імені О.М. Горького [Електронний ресурс] – Режим доступу http://zounb.zp.ua/

2. Наукова бібліотека Запорізького національного університету [Електронний ресурс] – Режим доступу http://library.znu.edu.ua/
3. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського [Електронний ресурс] www.nbuv.gov.ua
4. Теорія та методика фізичного виховання / науково-методичній журнал [Електронний ресурс] – Режим доступу до журн. http://www.tmfv.com.ua/