

УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ НАУКИ І ТЕХНОЛОГІЙ



СИЛАБУС

«Оздоровча рекреаційна діяльність студентства на основі фітнесу, атлетичної гімнастики та спортивних ігор»

Статус дисципліни	Вибіркова навчальна дисципліна циклу загальної підготовки
Код та назва спеціальності та спеціалізації (за наявності)	015,029,035,051,071,072,073,076, 101,121,122,126,131,132,133,136,141,144,151,152,161,183
Назва освітньої програми	Хімічні технології; Переклад з англійської мови; Екологія та раціональне природокористування; Технології захисту навколишнього середовища; Матеріалознавство; Технологія машинобудування; Якість, метрологія та експертиза; Міжнародна економіка; Облік і аудит; Інженерія програмного забезпечення у промисловості і бізнесі; Теплоенергетика; Менеджмент промислових та бізнес організацій; Фінансові технології в бізнесі; Документознавство та інформаційна діяльність; Комп'ютерні науки; Технологія та обладнання виробництва металів і сплавів; Технологія та обладнання обробки металів тиском; Технології та обладнання ливарного виробництва; Професійна освіта (за спеціалізаціями); Комп'ютерні технології в бізнесі; Галузеве машинобудування; Економіка та управління підприємством; Переробка нафти та газу; Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка.
Освітній ступінь	Перший (бакалаврський)
Обсяг дисципліни (кредитів ЄКТС)	4 кредитів ЄКТС, загальних 120 год. (аудиторних 32 год.)
Терміни вивчення дисципліни	6 семестр (1 півсеместр)
Назва кафедри, яка викладає дисципліну, аббревіатурне позначення	Фізична культура та спорт (PCS)
Мова викладання	Українська

Лектор (викладач(і))

Лектор (викладач(і))

Фото

(за



бажанням)

Ст. викладач Савенкова Олена Володимирівна

E-mail: lenadnp92@gmail.com

<http://nmetau.edu.ua/ua/mdiv/i2047/p-2/e945>

	лінк на дисципліну (за наявності)
	пр. Гагаріна, 4, кімн. 504
Передумови вивчення дисципліни	Передумови вивчення дисципліни відсутні.
Мета навчальної дисципліни	Забезпечення розвитку фізичного здоров'я студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності, формування особистості майбутнього фахівця у процесі становлення його професійної компетенції методами і засобами фізичної культури
Компетентності, формування яких забезпечує навчальна дисципліна	<ul style="list-style-type: none"> - здатність вчитися, здобувати нові знання, вміння, у тому числі в області, відмінною від професійної; - здатність набувати і застосовувати знання, уміння і навички по формуванню здорового способу життя та раціональної рухової активності для ведення активної професійної діяльності; - здатність вирішувати проблеми у професійній діяльності на основі аналізу і синтезу; - здатність критично оцінювати і переосмислювати набутий досвід (власний і чужий) та рефлексувати у професійну і соціальну діяльність; - здатність підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я для ведення активної соціальної і професійної діяльності; - здібність вирішення загально-професійних завдань шляхом перенесення знань, умінь і навичок, отриманих у процесі занять фізичною культурою; - володіння навичками, що забезпечують прикладну діяльність у сфері фізичної культури і спорту та використовувати їх у професійній і соціальній діяльності; - здатність використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
Зміст дисципліни	<p>Розділ 1. Фітнес як засіб розвитку фізичних і функціональних можливостей людини.</p> <p>Розділ 2. Оздоровча і атлетична гімнастика як засіб розвитку рухових здібностей та спеціалізованих навичок.</p> <p>Розділ 3. Удосконалення техніки виконання елементів спортивних ігор (баскетбол, волейбол).</p> <p>Розділ 4. Спортивні ігри як засіб набуття фізичних та психоемоційних можливостей людини.</p>
Контрольні заходи та критерії оцінювання	Оцінювання розділів 1-4 здійснюється за результатами виконання практичних завдань (розділ 1-4) та виконання критеріїв оцінювання (тестів) кожного модуля.

	<p>Оцінювання кожного модуля здійснюється за показниками рівня фізичної підготовленості студента. Семестровий залік визначається як середнє арифметичне за практичні завдання (розділ 1-4) по критеріям оцінок фізичної підготовленості.</p>
Політика викладання	<p>Семестрова оцінка виставляється, якщо всі розділи, вивчення яких припадає на відповідний семестр, оцінені оцінками.</p> <p>Підсумкова оцінка виставляється, при наявності усіх семестрових оцінок.</p> <p>Оскарження процедури та результатів оцінювання розділів та семестрового оцінювання з боку здобувачів освіти здійснюється у порядку, передбаченому «Положенням про організацію освітнього процесу в УДУНТ».</p>
Специфічні засоби навчання	<p>Навчальний процес передбачає використання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - спортивних споруд і приміщень; - спортивного обладнання; - спортивного інвентарю.
Навчально-методичне забезпечення	<p>Основна література</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бойчук Ю. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія. За заг. ред. проф. Ю.Д.Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с. 2. Грибан Г. П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів : монографія. Житомир : Рута, 2012. 514 с. 3. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / КМ України Постанова КМ від 15.01.1996 № 80 / за ред. М.Д. Зубалія. Київ, 1997. 35 с. 4. Круцевич Т.Ю., редактор. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз.. виховання і спорту. Т. 2. Київ: Олімпійська літ.; 2017. 392 с. 5. Силкові види спорту в системі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів / Н.Г Долбишева та ін. Дніпропетровськ, 2013. 202 с. 6. Лозова В.І., Троцько Г.В. Теоретичні основи виховання і навчання. Харків : ОВС, 2002. 400 с. 7. Малафійк І. В. Системний підхід у теорії і практиці навчання. Рівне : РДГУ, 2004. 437 с. 8. Пічурін В.В. Теоретико-методологічні основи психофізичної підготовки студентів інженерних спеціальностей в процесі фізичного виховання: монографія. Дніпро: Свідлер А.Л.; 2017. 393 с. 9. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів : навч. посібник [для студ. вищ. навч. зал.]. Київ : Олімпійська література, 2001. 239 с. 10. Шамардіна Г.М. Основи теорії та методики

фізичного виховання. Дніпропетровськ : Дріант, 2007. 486 с.

Допоміжна література

1. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. Київ : Олімп. л-ра, 2010. 248 с.
2. Кузьмінський А.І. Педагогіка вищої школи : навч. посіб. Київ : Знання, 2005. 486 с.
3. Суббота Ю.В. Оздоровчі рухові програми самостійних занять фізичною культурою і спортом: практичний посібник. Київ : КНЕУ, 2007. 164 с.
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (1 частина). Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2001. 272 с.
5. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (2 частина). Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2001. 248 с.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

Ухвалено на засіданні кафедри "Фізичної культури та спорту",
протокол № 7 від 21.09.2023 р.

Завідувач кафедри фізичної культури та спорту _____ Валерій ХАДЖИНОВ