

**Силабус навчальної дисципліни
« ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ »**

Галузь знань: 23 Соціальна робота

Спеціальність: 231 Соціальна робота

Освітня програма: Соціальна робота

Рівень вищої освіти: початковий (короткий)

Курс: I

Семестр: 1, 2

Факультет	Факультет соціальної та психологічної освіти
Кафедра	Кафедра спортивних дисциплін
Викладач(-і)	ПІБ: Андрощук Олег Іванович Посада: викладач кафедри спортивних дисциплін E-mail: barsa4791@gmail.com
Лінк на освітній контент дисципліни	https://moodle.dls.udpu.edu.ua/course/view.php?id=5918
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна обов'язкового компонента
Загальний обсяг дисципліни: кредити ЄКТС / години	4/120
Обсяг дисципліни (години) та види занять	Денна форма: практичні (60 год.), самостійна робота (60 год.)
	Заочна форма: практичні (12 год.), самостійна робота (108 год.)
Політика дисципліни	Академічна доброчесність. Відповідно до Кодексу академічної доброчесності УДПУ https://udpu.edu.ua/documents/doc/%D0%9D%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%96%20%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8%20%D0%A3%D0%94%D0%9F%D0%A3/%D0%9A%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D0%B4%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf Відвідування занять відповідно до розкладу ФСПО https://fspu.udpu.edu.ua/%d0%bd%d0%b0%d0%b2%d1%87%d0%b0%d0%bb%d1%8c%d0%bd%d0%b0-%d1%80%d0%be%d0%b1%d0%be%d1%82%d0%b0/%d0%b5%d0%bb%d0%b5%d0%ba%d1%82%d1%80%d0%be%d0%bd%d0%bd%d0%b8%d0%b9-%d1%80%d0%be%d0%b7%d0%ba%d0%bb%d0%b0%d0%b4/ Креативна ініціатива здобувача вищої освіти можлива на принципах свободи слова, думки і творчості.
Що будемо вивчати?	Теоретичний блок: - Ознайомлення студентів із обсягом практичного матеріалу, вимогами, нормативами на перший семестр та на першу тему; - Інструктаж з ТБ студентів; - Правила безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту у навчальних закладах; - Методичні рекомендації до попередження травм у процесі фізичної підготовки; - Система оцінки знань, умінь і навичок студентів з

	<p>дисципліни “Фізичне виховання”;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Історія розвитку. <p>Практичний блок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Техніка виконання: загальнорозвивальних , спеціальних, бігових та стрибкових вправ; - Техніка виконання вправ; - Удосконалення технік виконання вправ.
Чому це треба вивчати?	<ul style="list-style-type: none"> - Формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготуванню її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури; - формування у студентів системи знань із фізичної культури та здорового способу життя, необхідних в процесі життєдіяльності, навчання, роботи; - зміцнення здоров’я студентів, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності протягом всього періоду навчання; - оволодіння системою практичних умінь і навичок занять основними видами та формами раціональної фізкультурної діяльності, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості.
Яких результатів можна досягнути?	ПРН 13. Виконувати рефлексивні практики в контексті цінностей соціальної роботи, відповідальності, у тому числі для запобігання професійного вигорання.
Як можна використати набуті знання та уміння?	ЗК 12. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації ФК 11. Здатність до професійної рефлексії
Зміст дисципліни	<p>ТЕМА 1. ЛЕГКА АТЛЕТИКА</p> <p>ТЕМА 2. ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА</p> <p>ТЕМА 3. СПОРТИВНІ ІГРИ (ВОЛЕЙБОЛ)</p> <p>ТЕМА 4. СПОРТИВНІ ІГРИ (БАСКЕТБОЛ)</p> <p>ТЕМА 5. ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА</p> <p>ТЕМА 6. ГІМНАСТИКА</p> <p>ТЕМА 7. ЛЕГКА АТЛЕТИКА</p>
Обов’язкові завдання	Види фізичної діяльності, узгоджені з чинними нормативами
Інформаційне забезпечення (з репозитарію, фонду бібліотеки УДПУ та ін.)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Андрощук О. І. Відтворюваність характеристик коливань частоти серцевих скорочень та ударного об’єму крові у чоловіків / С.О. Коваленко, Б. П. Мінаєв, Л. І. Кудій, А. В. Завгородня // Вісник Черкаського університету. Серія біологічні науки. –№ 1, 2017. – с.19-23. (фахове видання, INDEX COPERNICUS). 2. О. І. Androshchuk, V. A. Zavorodnia CORRELATION OF VEGATATIVE TONE INDICATOR WITH KERDO INDEX AND HEART RATE VARIABILITY №1. Вісник ЧНУ. Серія біологічні науки. Черкаси, 2018. С. 3-6 (Категорія В) 3. Андрощук О. И. Движение как основа здоровья человека /

	<p>О. И. Андрощук, Л.М. Андрощук / «Safety, Health and Physical Education: Some Issues» (Poland).- 2016. – с. 31-42.</p> <p>4. Андрощук О. И. Дисциплина «Футбол, мини-футбол с методикой обучения» как составляющая профессиональной подготовки будущего учителя физического воспитания / О. И. Андрощук /</p>
Поточний контроль	На останньому практичному занятті кожної теми проводиться оцінювання студентів через здачу нормативу.
Підсумковий контроль	залік