

# ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



**ПОГОДЖУЮ**

Гарант освітньої програми  
Іван МРИНСЬКИЙ  
27 листопада 2020 року



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри  
Наталія АВЕРЧЕВА  
Протокол засідання кафедри  
загальноекономічної підготовки  
від "27" листопада 2020 року №5

## СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Назва навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський) рівень  
Освітня програма – Захист і карантин рослин  
Спеціальність – 202 Захист і карантин рослин  
Галузь знань – 20 Аграрні науки та продовольство

### 1. Загальна інформація

<b>Назва навчальної дисципліни</b>	<b>Фізичне виховання</b>
<b>Факультет</b>	<b>Агрономічний</b>
<b>Назва кафедри</b>	<b>Загальноекономічної підготовки</b>
<b>Викладач</b>	Лишевська Валентина Михайлівна, к.н.ф.в.с., доцент; доцент кафедри загальноекономічної підготовки Наукові інтереси: удосконалення фізичних якостей студентів засобами фізичного виховання, дослідження нових напрямків оздоровлення. Шаповал Сергій Іванович, старший викладач кафедри загальноекономічної підготовки Наукові інтереси: Здоровий спосіб життя удосконалення фізичного стану студентів засобами фізичного виховання.
<b>Контактна інформація</b>	Телефон .0951225525 адреса електронної пошти <a href="mailto:fizkultura2018@ukr.net">fizkultura2018@ukr.net</a> адреса електронної пошти кафедри <a href="mailto:kafeconteor@ukr.net">kafeconteor@ukr.net</a> Телефон 0501860041 адреса електронної пошти <a href="mailto:fizkultura2018@ukr.net">fizkultura2018@ukr.net</a> адреса електронної пошти кафедри <a href="mailto:kafeconteor@ukr.net">kafeconteor@ukr.net</a>
<b>Графік консультацій</b>	<b>Щопонеділка о 15 годині</b>
<b>Програма дисципліни</b>	<b>Обов'язкова</b>
<b>Мова викладання</b>	<b>Українська</b>

### 2. Анотація курсу

<b>Анотація курсу</b>	«Фізичне виховання», як навчальна дисципліна у закладах вищої освіти є невід'ємною частиною системи гуманітарного виховання студентів, формування загальної та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста. Це педагогічний процес, спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво-важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ним знаннями для успішної наступної професійної діяльності. Фізичне виховання забезпечує загальну та спеціальну фізичну підготовку, є одним із засобів формування всебічно розвиненої особистості, збереження і зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного та психофізіологічного стану студентів в процесі професійної підготовки. Як навчальна дисципліна фізичне виховання є засобом оптимізації фізичного і фізіологічного стану здобувачів у процесі професійної підготовки. Предметом вивчення дисципліни «Фізичне виховання» також є встановлення загальних закономірностей впливу засобів фізичного виховання та спорту на організм людини, корекція та оптимізація їх застосування у навчальному процесі для забезпечення високого рівня соматичного здоров'я.
<b>Інформаційний пакет дисципліни</b>	<a href="http://www.ksau.kherson.ua/econom/kafedraets.html">http://www.ksau.kherson.ua/econom/kafedraets.html</a>

#### 4. Мета та завдання курсу

<b>Мета викладання дисципліни</b>	Метою викладання дисципліни є сприяння вищій школі у підготовці інтелегентних, високоосвічених, здорових, гармонійно розвинених, компетентних у вибраній спеціальності фахівців з високою і громадською позицією, готових до довголітньої високопродуктивної праці і захисту інтересів країни.
<b>Завдання вивчення дисципліни</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- виховання потреби у студентів до фізичного самовдосконалення та систематичних заняттях фізичними вправами протягом всього життя;</li> <li>- набуття знань з основ теорії, методики та організації фізичного виховання в системі забезпечення здорового способу життя і навчання прикладному їх використанню по удосконаленню свого організму та членів своєї родини, сім'ї;</li> <li>- формування практичних умінь і навичок з основ методики самоконтролю в процесі вдосконалення, оцінки фізичного стану та рівня фізичної підготовленості;</li> <li>- включення студентів університету в реальну фізкультурно-спортивну діяльність для творчого засвоєння цінностей фізичної культури і спорту;</li> <li>- набуття теоретичних знань та вдосконалення спортивно-технічних умінь і навичок в обраному виді спорту, підвищення функціональних можливостей організму, розвиток і вдосконалення фізичних якостей та спортивної майстерності.</li> </ul> <p>У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен</p> <p><b>знати:</b> основні положення організації навчального процесу з фізичного виховання, основні компоненти здорового способу життя, основи методики самоконтролю в процесі занять фізичними вправами, теоретико-методичні основи оздоровчого тренування.</p> <p><b>вміти:</b> використовувати у соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності та у сімейному житті знання й уміння і навички набуті в процесі навчання в університеті.</p>

#### 5. Програмні компетентності та результати навчання

<b>Компетентності здобувача вищої освіти, сформовані в результаті вивчення курсу</b>	
<b>Загальні</b>	14. 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.
<b>Спеціальні (фахові)</b>	.Здатність самостійно вчитися, використовуючи здобуті фундаментальні та професійні знання і навички.
<b>Програмні результати навчання (ПРН)</b>	
<b>ПРН</b>	РН 15.. Усвідомлювати цінність захисту незалежності, територіальної цілісності та демократичного устрою України.

#### 6. Місце навчальної дисципліни у структурі освітньої програми

<b>Рік викладання</b>	<b>Перший</b>
<b>Семестр</b>	<b>1-4</b>

<b>Курс</b>	<b>1,2</b>
<b>Обов'язкова компонента / Вибіркова компонента</b>	<b>Обов'язкова компонента</b>
<b>Пререквізити</b>	Не має
<b>Постреквізити</b>	Не має

#### **7. Обсяг курсу на поточний навчальний рік**

<b>Кількість кредитів / годин</b>	<b>8/240</b>
<b>Лекції</b>	
<b>Практичні / Семінарські</b>	<b>120</b>
<b>Лабораторні</b>	
<b>Самостійна робота</b>	<b>120</b>
<b>Форма підсумкового контролю</b>	<b>Залік</b>

#### **8. Технічне та програмне забезпечення / обладнання**

<b>Технічне та програмне забезпечення</b>	
<b>Обладнання</b>	Спортивна зала 1008 м <sup>2</sup> , 156 м <sup>2</sup> , 182 м <sup>2</sup> , багатофункціональний спортивний майданчик (міні-футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, великий теніс) – 1008 м <sup>2</sup> , спортивний майданчик (волейбол, великий теніс) – 420 м <sup>2</sup> , спортивний майданчик для занять силовою підготовкою – 225м <sup>2</sup> .

#### **9. Політика курсу**

<b>Загальні вимоги</b>	Здобувачі вищої освіти повинні планомірно та систематично засвоювати навчальний матеріал. Активно працювати під час практичних занять, брати участь в спортивному житті університету та приймати активну участь у спортивно-масових заходах на різних рівнях. Заохочується робота у спортивних секціях гуртках, підготовка тез доповідей та участь у конференціях, підготовка та публікація наукових статей.
<b>Політика щодо дедлайнів і перескладання</b>	Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, довідка від лікаря) для студентів основного відділення, а для студентів спеціального відділення – написання реферату у зазначений викладачем час.
<b>Політика щодо відвідування</b>	Відвідування занять є обов'язковим. Процедура відпрацювання попущених занять з об'єктивних причин (хвороба, участь у спортивних змаганнях). Не запізнюватись на заняття. Дотримуватись правил техніки безпеки та гігієни. Завчасно ознайомлюватись з темою практичного заняття. Пропущенні заняття відпрацьовувати у встановлений викладачем час.
<b>Політика щодо виконання завдань</b>	Позитивно оцінюються відповідальність, старанність, креативність, фундаментальність. Під час підготовки до практичних та самостійних занять необхідно спиратись на рівень рухової фізичної підготовленості

	студентів.
<b>Академічна доброчесність</b>	Усі письмові (реферати) роботи перевіряються на наявність плагіату. Списування під час самостійних, заліків заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).

### 10. Структура курсу

Номер тижня	Вид занять	Тема заняття або завдання на самостійну роботу	Кількість				балів
			годин				
			лк	лаб.	сем. / пр.	СР	
<b>Змістова частина 1. Легка атлетика</b>							
1	Тема 1	Легка атлетика. Біг на короткі дистанції - 100 м.			6	6	12
	Тема 2	Легка атлетика. Стрибок у довжину з місця.			4	4	8
2	Тема 3	Легка атлетика. Біг на середні дистанції.			4	4	8
	<b>ПК ЗЧ 1</b>				14	14	28
<b>Змістова частина 2. Спортивні ігри</b>							
4	Тема 4	Спортивні ігри (баскетбол). Прийом та передача м'яча двома руками на місці та під час руху.			6	6	12
5	Тема 5	Спортивні ігри (волейбол). Прийом і передача м'яча двома руками зверху та однією і двома руками знизу.			6	6	12
6	Тема 6	Спортивні ігри (волейбол). Нижня пряма та нижня бокова подачі.			4	4	8
	<b>ПК ЗЧ 2</b>				16	16	32

### 11. Форми і методи навчання

<b>Лекція</b>	-
<b>Практичні /Семінарські</b>	1. Методи використання слова. 2. Методи демонстрації. 3. Практичні методи.

<b>Лабораторні</b>	-
<b>Самостійна робота</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методи навчання рухових дій (загалом або в цілому, частинами, методи підвідних вправ).</li> <li>2. Методи відповідних вправ використовують як допоміжні.</li> <li>3. Метод удосконалення рухових дій і функціональних можливостей організму (ігровий і змагання).</li> <li>4. Методи вдосконалення фізичних якостей (безперервний, інтервальний, повторний, комбінований).</li> <li>5. Метод використання слова.</li> <li>6. Метод демонстрації.</li> </ol>

## **12. Система контролю та оцінювання**

<b>Поточний контроль</b>
Оцінювання роботи студентів під час практичних занять. Поточний контроль здійснюється в ході занять, унаслідок чого виявляється ступінь розуміння навчального матеріалу, його засвоєння, уміння студентів застосовувати знання на практиці. Результати поточного контролю обов'язково враховуються під час виставлення підсумкових оцінок.
<b>Підсумковий контроль за змістовою частиною</b>
Проведення змістового контролю (тести та нормативи фізичного розвитку).
<b>Підсумковий контроль</b>
Формою підсумкового контролю є залік, що виставляється на основі результатів поточного контролю та виконання завдань самостійної роботи. Мінімальна кількість балів, за якою студент отримує залік – 60 балів.

**Розподіл балів з дисципліни  
(форма контролю – залік, диф. залік)**

Поточне оцінювання і контроль змістових частин (бали)														Підсумкова оцінка (залік)
Змістова частина 1							Змістова частина 2							
T1	T2	T3	T4	T5	T6	ПК ЗЧ 1	T7	T8	T9	T10	T11	T12	ПК ЗЧ 2	
Max 10	Max 10	Max 8	Max 8	Max 8	Max 8	Max 52	Max 8	Max 8	Max 8	Max 8	Max 8	Max 8	Max 8	Max 100

**13. Шкала оцінювання**

Шкала рейтингу ХДАЕУ	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
90-100	A	Відмінно	зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C		
64-73	D	Задовільно	не зараховано
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно	
1-34	F	Незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням курсу)	

**14. Рекомендована література та інформаційні ресурси**

<b>Основна література</b>	<p>1. Гринчук А. А. Удосконалення техніко-тактичної майстерності у студентів-баскетболістів у вищих навчальних закладах / А. А. Гринчук, Ю. С. Чехівська, О. А. Гуренко. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. 2018.№6.С. 85–89.</p> <p>2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Том 2. Методика фізичного виховання різних груп населення: навч. посібник. Вид. Олімпійська література, 2017. 368 с.</p> <p>3. Лишевська В.М., Шаповал С.І. Методика розвитку силових здібностей студентів. Методичні розробки для проведення теоретичних занять із дисципліни “Фізичне виховання”. Херсон: РВВ «Колос»ХДАУ, 2016. 32 с.</p>
---------------------------	--

	<p>4. Лишевська В.М. Силові здібності людини: навч. посібник. Херсон, Вид ТОВ «Айлант», 2018. 275 с.</p> <p>5. Лишевська В.М. Шаповал С.І., Петрушкевич І.І. Словник спортивних термінів із загальної фізичної підготовки для здобувачів вищої освіти (навчальна дисципліна «Фізичне виховання»). Херсон: «ОЛДІ-ПЛЮС», 2020. 207 с.</p> <p>6. Stanislav Prysiazhniuk, Dmytro Oleniev, Anzhela Tiazhyna, Mykola Popov, Oksana Hunchenko, Yuriy Parczevskyy, Oleksandr Pryimakov, Valentyna Lyshevskaya, Valeriy Krasnov, Erzy Ejder1 , Ihor Bloschynskiy, Kostiantyn Prontenko. Formation of health preserving competence of students of higher educational institutions of information technologies specialties. Ali Reza Amani, PhD, Sport Science, Iran International Journal of Applied Exercise Physiology www.ijaep.com 2019. Vol. 8 (3.1). P.274-283. <a href="http://ijaep.com/Journal/vol.8.3.1.pdf">http://ijaep.com/Journal/vol.8.3.1.pdf</a></p> <p>7. Stanislav Prysiazhniuk, Dmytro Oleniev, Anzhela Tiazhyna, Mykola Popov, Viacheslav Semerun, Yuriy Parczevskyy, Oksana Antonyuk, Valentyna Lyshevskaya, Valeriy Krasnov, Viacheslav Parkhomenko1, Ihor Bloschynskiy. Methods of Development of Physical Qualities of Schoolchildren of the Sixth Grade Depending on the Volume of the Physical Activity / Ali Reza Amani, PhD, Sport Science, Iran International Journal of Applied Exercise Physiology www.ijaep.com .2019. Vol. 8 (3.1). P.89 - 97 <a href="http://ijaep.com/Journal/vol.8.3.1.pdf">http://ijaep.com/Journal/vol.8.3.1.pdf</a></p>
Додаткова	<p>1. Лишевська В.М Теоретична підготовка у спорті. <i>Науковий журнал .- Virtus: Scientific Journal / Editor-in-Chief M.A. Zhurba . 2020 № 41.С. 89-92. <a href="http://virtus.conference-ukraine.com.ua/Journal41.pdf">http://virtus.conference-ukraine.com.ua/Journal41.pdf</a></i></p> <p>2. Лишевська В.М., Шаповал С.І. Координаційні здібності студенток спеціальних медичних груп. <i>Науковий журнал. Virtus: Scientific Journal / Editor-in-Chief M.A. Zhurba. 2020 № 43. С. 121 -123. <a href="http://virtus.conference-ukraine.com.ua/Journal43.pdf">http://virtus.conference-ukraine.com.ua/Journal43.pdf</a></i></p> <p>3. Лишевська В.М Підвищення рівня фізичної підготовленості спортсмена (координація рухів). <i>Науковий журнал .Virtus: Scientific Journal / Editor-in-Chief M.A. Zhurba. 2020 № 40. С. 95-97. <a href="http://virtus.conference-ukraine.com.ua/Journal40.pdf">http://virtus.conference-ukraine.com.ua/Journal40.pdf</a></i></p> <p>4. Нагорна А.Ю., Андреева О. В., Лишевская В.М Корекція показників фізичного стану жінок другого періоду зрілого віку з надлишковою масою тіла в процесі занять оздоровчим фітнесом. - <i>Науково-педагогічні проблеми фізичної культури(фізична культура і спорт) К.: 2020 р. Випуск 7(127) 20 С. 129-134. <a href="http://dspace.ksau.kherson.ua/handle/123456789/4824">http://dspace.ksau.kherson.ua/handle/123456789/4824</a></i></p> <p>5. Андреева О. В., Максименко А.О., Лишевская В.М. Сучасні підходи до використання фітнес-технологій як засобу корекції фізичного стану підлітків - <i>Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) К: 2020р. Випуск 7(127) 20 С.9-13. <a href="http://dspace.ksau.kherson.ua/handle/123456789/4825">http://dspace.ksau.kherson.ua/handle/123456789/4825</a></i></p>
Інформаційні ресурси	<p>1.Херсонське відділення Комітет фізичного виховання та спорту МОН України <a href="https://www.facebook.com/kherson.kfvs/">https://www.facebook.com/kherson.kfvs/</a></p> <p>2.Бібліотека ім. В.І. Вернадського. URL: <a href="http://www.nbuv.gov.ua/">http://www.nbuv.gov.ua/</a></p>