СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Фізичне виховання»

Уманський національний університет садівництва

Факультет лісового і садово-паркового господарства

Кафедра фізичного виховання і психолого-педагогічних дисциплін

Рівень вищої освіти:	**Перший (бакалаврський)**
Спеціальність:	**091 Біологія**
Освітня програма:	**Біологія**
Навчальний рік, семестр:	**2022-2023 н.р., 1 - 4**
Курс (рік навчання)	**1-2**
Форма навчання:	**денна**
Кількість кредитів ЄКТС:	**8,5**
Мова викладання:	**українська**
Обов'язкова/вибіркова:	**обов'язкова**

Лектор курсу	Бурба Володимир Іванович
Контактна інформація лектора (e-mail)	volodymyrburba@gmail.com
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.udau.edu.ua/course/view.php?id=830

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета курсу	збереження здоров'я молоді, послідовне формування фізичної культури особистості, підвищення її рівня фізкультурної освіти, рівня розвитку рухових якостей, набуття необхідних життєво-важливих навичок та використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
Завдання курсу	навчити студентів формувати розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготуванню її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом.
Компетентності	- 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;
Програмні результати навчання	відтворювати моральні, культурні, наукові цінності, примножувати досягнення суспільства в соціально-економічній сфері, пропагувати ведення здорового способу життя.

СТРУКТУРА КУРСУ

Тема	Години (лекції / практичні (семінарські, лабораторні)		Зміст тем курсу	Завдання	Оцінювання (балів)
Змістовний модуль 1					
Легка атлетика	**1 курс**	**2 курс**	Техніка безпеки на занятті з фізичного виховання. Вивчення техніки бігу на короткі дистанції: старт стартовий розбіг. Стрибок у довжину з місця. Р/і	Тренувальні вправи	**10**
	4	**4**			
Легка атлетика	**4**	**4**	Техніка бігу на середні дистанції. Техніка низького старту. Біг по коротких відрізках.	Загальна фізична підготовка	**6**
Легка атлетика	**4**	**4**	Техніка бігу на довгі дистанції. Ритмічне дихання по дистанції. Кросова підготовка . Загально-фізична витривалість бігу до 20 хв.	Розвиток витривалості в бігу	**6**
Легка атлетика	**4**	**4**	Стрибок у довжину способом «зігнувши ноги» та підготовка до відштовхування в стрибках у довжину. Правильність польоту над ямою.	Тренувальні вправи	**6**
Волейбол	**10**	**8**	Вивчення техніки прийому передачі м'яча зверху — знизу. Нижня пряма подача. Прийом — передача м'яча зверху — знизу. Навчальна гра. Вдосконалення техніки прийому м’яча.	Прийом передачі в парах	**10**
Волейбол	**5**	**4**	Вивчення техніки верхньої прямої подачі. Тактика нападу, захисту. Стрибки з м’ячем. Тренувальна гра.	Точне виконання вправ	**6**
Баскетбол	**5**	**4**	Ведення м'яча , передача м'яча однією рукою від грудей. Імітація кидка м’яча лівою, правою. Навчальна гра.	Правильна робота кисті	**10**
Баскетбол	**10**	**8**	Штрафний кидок. Передачі м’яча. Правила змагань. Кидки на кількість в корзину. Двостороння гра	Передача м’яча	**6**
Легка атлетика	**4**	**4**	Стрибок у довжину способом «зігнувши ноги» та підготовка до відштовхування в стрибках у довжину. Правильність польоту над ямою.	Стрибки на скакалці	**10**
Легка атлетика	**4**	**4**	Основи техніки бігу на середні дистанції. Біг з повторним прискоренням. Техніка дихання.	Біг на витривалість 20 хв	**10**
Легка атлетика	**4**	**4**	Техніку бігу на довгі дистанції правильність дихання. Біг з рівномірним прискоренням.	Стрибок з місця	**10**
Легка атлетика	**4**	**4**	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи. Підтягування на перекладині. Естафетний біг,передача естафетної палички.	Біг на витривалість	**10**
Всього за курс	**62**	**56**			**100**

ПОЛІТИКИ КУРСУ

Політика оцінювання	В основу рейтингового оцінювання знань закладена 100-бальна шкала оцінювання (максимально можлива сума балів, яку може набрати здобувач за всіма видами контролю знань з дисципліни з урахуванням поточної успішності, самостійної роботи, науково-дослідної роботи, модульного контролю тощо). Встановлюється, що при вивченні дисципліни здобувач може набрати максимально 100 балів.
Політика щодо академічної доброчесності	Під час підготовки рефератів та індивідуальних науково-дослідних завдань, проведення контрольних заходів здобувачі повинні дотримуватися правил академічної доброчесності, які визначено Кодексом доброчесності Уманського НУС. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату.
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов’язковим. За об’єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (за погодженням із деканом факультету)

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	**A**	зараховано
82-89	**B**	
74-81	**C**	
64-73	**D**	
60-63	**E**	
35-59	**FX**	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	**F**	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни