



Силабус навчальної дисципліни «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Галузь знань: 08 «Право»

Спеціальність: 081 «Право»

Освітньо-професійна програма:
«Право»

Освітньо-професійний ступінь	Фаховий молодший бакалавр
Статус дисципліни	Обов'язкова навчальна дисципліна
Форма навчання	Очна (денна)
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/ загальна кількість годин	7 кредитів / 210 годин
Мова викладання	Українська
Анотація дисципліни	Фізичне виховання у вищому навчальному закладі є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури особистості сучасного фахівця, системи гуманістичного виховання студентів. Фізичне виховання – система соціально-педагогічних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я, загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок і вмінь.
Що буде вивчатися (предмет навчання)	Вивчення навчальної дисципліни є спрямований на виховання у студентів ціннісних орієнтацій щодо культури здоров'я і здорового способу життя, виховання потреби та звички постійно займатися фізичною культурою і спортом, підготовки до ведення активного способу життя. Важливим напрямом у формуванні фізично здорової особистості виступає постійна і своєчасна діагностика, корекційна, розвивальна та розвиваюча робота у напрямку фізичного виховання та спорту.
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)	Формування стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовки; гармонійний розвиток природних здібностей та психічних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.
Чому можна навчитися (результати навчання)	Працювати в групі як учасник, формуючи власний внесок у виконання завдань групи. Оволодіння студентами основами особистої фізичної культури (знання, потреби, уміння здійснювати рухову, фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність). Досягнення оптимального рівня здоров'я, фізичного розвитку та рухових якостей. Виховання моральних та вольових рис характеру особистості.

	<p>Формування ціннісних орієнтацій щодо здорового способу життя та культури здоров'я.</p> <p>Виховання звички регулярно займатися фізичними вправами та спортом, виховання позитивних моральних і вольових якостей, розширення функціональних можливостей організму студентів через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей.</p> <p>Формування практичних навичок для самостійних знань фізичними вправами та проведення активного відпочинку.</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)</p>	<p>Здатність до абстрактного, логічного та критичного мислення, аналізу і синтезу. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>Здатність бути критичним і самокритичним, визнавати та виправляти власні помилки.</p> <p>Прагнення до збереження навколишнього середовища.</p>
<p>Навчальна логістика</p>	<p style="text-align: right;"><u>МОДУЛЬ I</u></p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 1. Легка атлетика.</p> <p>Тема 1. Біг на короткі дистанції (60 м, 100 м.)</p> <p>Тема 2. Різновиди стрибків в довжину.</p> <p>Тема 3. Кросова підготовка.</p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 2. Футбол.</p> <p>Тема 4. Різновиди ведення та зупинка м'яча.</p> <p>Тема 5. Тактика нападу. Навчальна гра.</p> <p>Тема 6. Тактика захисту. Гра в квадраті.</p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 3. Гімнастика. Частина 1.</p> <p>Тема 7. Силова підготовка .</p> <p>Тема 8. Атлетична гімнастика.</p> <p>Тема 9. Акробатичний комплекс.</p> <p style="text-align: right;"><u>МОДУЛЬ II</u></p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 4. Гімнастика. Частина 2.</p> <p>Тема 10. Силова підготовка .</p> <p>Тема 11. Розвиток гнучкості.</p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 5. Спортивні ігри.</p> <p>Тема 12. Волейбол. Верхня, нижня передача.</p> <p>Тема 13. Волейбол. Удосконалення техніки нападу.</p> <p>Тема 14. Баскетбол. Техніка виконання кидка у кільце.</p> <p>Тема 15. Баскетбол. Техніка виконання подвійного кроку.</p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 6. Легка атлетика.</p> <p>Тема 16. Удосконалення техніки бігу на короткі, середні дистанції.</p> <p>Тема 17. Удосконалення техніки стрибків. Розвиток спритності.</p> <p style="text-align: right;"><u>МОДУЛЬ III</u></p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 7. Легка атлетика.</p> <p>Тема 18. Удосконалення бігу на короткі дистанції</p> <p>Тема 19. Човниковий біг. Біг на середні та довгі дистанції.</p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 8. Волейбол.</p> <p>Тема 20. Тактичні дії в нападі.</p> <p>Тема 21. Тактичні дії в захисті.</p> <p style="text-align: right;"><u>МОДУЛЬ IV</u></p> <p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 9. Баскетбол.</p> <p>Тема 22. Баскетбол. Тактичні дії в нападі.</p> <p>Тема 23. Тактичні дії в захисті.</p>

	<p style="text-align: center;">РОЗДІЛ 10. Гімнастика</p> <p>Тема 24. Силова підготовка.</p> <p>Тема 25. Акробатичний комплекс. Розвиток гнучкості.</p>
<p style="text-align: center;">Пререквізити</p>	<p>Дисципліна «Фізичне виховання» може вивчатись після або одночасно із предметом «Фізична культура».</p>
<p style="text-align: center;">Постреквізити</p>	<p>Дисципліна «Фізичне виховання» є складовою циклу загальноосвітньої підготовки.</p>
<p style="text-align: center;">Рекомендована література</p>	<p style="text-align: center;">Основна (базова)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова. К. : Олімпійська література, 2009. 400 с. 2. Козіна Ж. Л. Індивідуалізація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту : монографія / Ж. Л. Козіна. Х., 2009. 396 с. 3. Фізична культура та формування здорового способу життя : навч. посібн. / І. Б. Карпова, В. Л. Корчинський, А. В. Зотов. К. : КНЕУ, 2005. 104 с. 4. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [Текст] : навч. посібн. / О. М. Худолій. 2-е вид., випр. Х. : ОВС, 2008. 406 с. 5. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту. Ч. 2 / Б. М. Шиян. Тернопіль : Навчальна книга; Богдан, 2010. 248 с. <p style="text-align: center;">Допоміжна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Желібо Е.П., Завируха Н.М., Затарний В.В. Безпека життєдіяльності. – К.: Здоров'я, 2002. – 22 с. 2. Закопайко С.М. Компоненти здорового способу життя студентів // Фізкультура в школі, 2001. – С. 52-53 3. Канішевський С.М., Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства. – К.: ІЗИН, 1999. – 270. 4. Крапівіна К. Нетрадиційні форми фізичного виховання студентів: Навчальний посібник. – Львів: ЛОИМО, 1997. – 134 с. 5. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації – К., Науково-методичний центр вищої освіти, 2003. – 44 с. 6. Платонов В.Н., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена; Навчальний посібник. – К.: Олімпійська література, 2000. – 320 с. 7. Радченко Л.М., Васильков Г.А. З фізкультурою дружимо. – К.: Здоров'я, 2001. – 389 с. 8. Сичов С.В. Формування у студентів потреби фізичного вдосконалення // Фізкультура у школі. – 2002. - №7 – С. 22-23 9. Смолій В.А. Історія туризму в Україні. – К.: Освіта, 2003. – 316 с. 10. Терещенко О.О. Рекреаційні ресурси України. – К.: КНЕУ, 2003. – 210 с. 11. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (I частина) Навчальна книга – Тернопіль: Богдан, 2001. – 269 с. 12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (II частина) Навчальна книга – Тернопіль: Богдан, 2002. – 247 с.

Інформаційні ресурси	<ol style="list-style-type: none"> www.uni-sport.edu.ua/ www.nure.ua/uk/university/structure/departments/et/fv/ www.sport-hneu.com.ua/ www.dkfsport.narod.ru/ 		
Формат та обсяг курсу	Вид занять	Кількість годин	
	Лекції	10	
	Практичні	94	
Самостійна робота	106		
Розподіл балів, форма контролю	Форми контролю	Максимальна кількість балів	
	Модуль 1	24	
	Модуль 2	26	
	ЗАЛК	50	
	Модуль 3	24	
	Модуль 4	26	
	ЗАЛК	50	
Циклова комісія	Загальноосвітньої підготовки (Сектор фізичного виховання та спорту)		
Відділення	Юридичне відділення		
Шкала оцінювання, національна та ЄКТС	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
	90-100	A	Зараховано
	80-89	B	
	70-79	C	
	60-69	D	
	50-59	E	
	35-49	FX	Не зараховано (з можливістю повторного складання)
0-34	F	Не зараховано (з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	
Викладачі	<p style="text-align: center;">ІРИНА ВІКТОРІВНА КРЕЧУН</p> <p>Посада: викладач Категорія: вища кваліфікаційна категорія Педагогічне звання: – Почесне спортивне звання: майстер спорту Науковий ступінь: – Вчене звання: – Профайл викладача (-ів): http://college-chnu.cv.ua/article/Sport E-mail: i.krechun@chnu.edu.ua</p>		

МАЙЯ МИХАЙЛІВНА МИХАЙЛОВИЧ

Посада: викладач

Категорія: вища кваліфікаційна категорія

Педагогічне звання: –

Почесне спортивне звання: майстер спорту

Науковий ступінь: –

Вчене звання: –

Профайл викладача (-ів):

<http://college-chnu.cv.ua/article/Sport>

E-mail: m.myhailovych@chnu.cv.ua

**Покликання на
дисципліну
(сторінка курсу
в Moodle)**

[https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=4419.](https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=4419)