

	<p style="text-align: center;">Силабус навчальної дисципліни «Фізичне виховання»</p> <p style="text-align: center;">Галузь знань: 02 «Культура і мистецтво» Спеціальність: 023 «Образотворче мистецтво, декоративне мистецтво, реставрація» Освітня програма: «Образотворче мистецтво, декоративне мистецтво, реставрація»</p>
Рівень вищої освіти	Перший рівень вищої освіти: бакалавр.
Статус дисципліни відповідно до навчального плану	Обов'язкова навчальна дисципліна
Курс Семестр	I, 2 курс 1, 2, 3, 4 семестр
Семестровий контроль	Диференційований залік – 1, 2, 3, 4 семестр
Обсяг дисципліни: кредити ЄКТС/ кількість годин	Обсяг дисципліни становить 4,5 кредитів ЄКТС, 135 годин, з яких 64 години становить контактна робота з викладачем (по 16 годин в кожному семестрі)
Мова викладання	Українська мова
Що буде вивчатися (предмет навчання,)	Рухові якості та фізичні можливості людини та їх розвиток в межах проходження навчального курсу «Фізична культура». Оволодіння здобувачами основами фізичної культури та спорту.
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета, завдання)	Відвідуючи заняття з фізичного виховання, здобувачі вищої освіти основної медичної групи отримають знання з культури рухів, загальної і фізичної культури людини, формують рухові вміння і навички, розвиваються фізично та навчаються турботі про своє здоров'я.
Пререквізити (попередні компетентності, необхідні для вивчення дисципліни)	Володіння базовими навичками та знаннями з фізичної культури. Вміння виконувати загально-фізичні нормативи відповідно віку та статі. Розуміння необхідності розвивати власні фізичні здібності та фізичну культуру. Вміння пошуку інформації у довідковій літературі, інтернет-ресурсах, які сприяють удосконаленню знань з фізичної культури здобувачів.
Пореквізити (компетентності, отримані після вивчення дисципліни)	Вивчення дисципліни впливає на формування наступних компетенцій: Загальні компетенції: ЗК.2. Здатність зберігати і примножувати культурно-мистецькі, екологічні, моральні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. ЗК.6. Здатність застосовувати знання у практичних

	ситуаціях.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<p>Вивчення навчальної дисципліни сприяє гармонійному розвитку особистості, розумінню основ фізичної культури та спорту, формує корисні звички здорового способу життя, вміння працювати у команді.</p> <p>За результатами навчання здобувачі вищої освіти володіють ефективними засобами і прийомами підвищення працездатності, прискорення відновлення при фізичній і розумовій праці.</p> <p>Вивчення навчальної дисципліни в комплексі з іншими компонентами освітньої програми сприяє досягненню ПРН 5. Розуміти і сумлінно виконувати свою частину роботи в команді; визначати пріоритети професійної діяльності</p>
Критерії оцінювання (екзаменаційна політика)	<p>Форми контролю:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Оцінювання виконання вправ під час практичних занять – 30 балів / 18 балів. 2.Самостійна робота – 30 балів / 18 балів. 3.Диференційний залік – 40 балів / 24 бали. <p>Оцінювання відповідно до отриманих за семестр рейтингових балів за курс навчання здійснюється: за національною диференційованою шкалою – «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно», за шкалою ECTS: A 90-100, B 82-89, C 74-81, D 64-73, E 60-63, FX 35-59, F 1-34.</p>
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	<p>Володіти засобами гімнастики, легкої атлетики, кросової підготовки, спортивних і рухливих ігор та естафет;</p> <p>Володіти ефективними допоміжними засобами і прийомами підвищення працездатності, прискорення відновлення при фізичній і розумовій праці. Складати і виконувати комплекси ЗРВ (в русі і на місці без предметів, з предметами, біля опори).</p> <p>Виконувати запропоновані навчальною програмою контрольні нормативи і тести.</p> <p>Здійснювати суддівство змагань з окремих видів спорту.</p>
Навчальна логістика	<p>Зміст дисципліни:</p> <p>Складається з двох змістовних розділів (по одному на семестр)</p> <p>Розділ 1. Легка атлетика та спортивні ігри</p> <p>Тема 1. Основи техніки легкоатлетичних вправ.</p> <p>Тема 2. Основи техніки ігрових видів (волейбол, футбол).</p> <p>Тема 3. Основи техніки настільного тенісу.</p> <p>Тема 4. Основи техніки силових видів спорту.</p> <p>Розділ 2. Загальна фізична підготовка та основи здорового способу життя</p> <p>Тема 5. Основи техніки загально фізичної підготовки.</p> <p>Тема 6. Характеристики та культура дихання під час виконання фізичних вправ та фізичних навантажень.</p>

	<p>Тема 7. Вправи для формування правильної постави. Тема 8. Методики використання корегуючих вправ. Тема 9. Основи здорового способу життя та правила загартування (сонячне опромінювання, аерація, водні процедури).</p> <p>Методи навчання: МН 1 – вербальний метод (пояснення, співбесіда тощо) МН 2 – практичний метод (практичні заняття); МН 3 – наочний метод (демонстративний); МР 4 - ігровий, груповий метод МН5 – самостійна робота з тренування та вивчення навчально-методичної літератури (конспектування, тезування, складання реферату);</p> <p>Форми навчання: Контактна робота з викладачем - практичні заняття, самостійна робота.</p>
<p>Інформаційне забезпечення з фонду та репозитарію НАКККІМ</p>	<p>Рекомендована література та інформаційні ресурси</p> <p>Література:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Бака М. М., Корж В. П. Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді / Навч.-метод. посібник. Київ: ПВА «Книга пам'яті України», 2004. – 464 с. 2 Іваницький М. Ф. Анатомія человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. М.: Человек, 2011. 624 с. 3 Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. Киев.: Олимп. лит., 2014. 624 с. 4 Теорія і методика фізичного виховання. Навч. вид. в 2-х том. За ред. Т. Ю. Круцевич. Київ: Олімп. літ., 2012. 5 Уейнберг Р.С., Гоулд Д. Основи психології спорту та фізичної культури. Київ: Олімп. літ., 2001. 336с. <p>Інформаційні ресурси:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. http://library.nakkkim.edu.ua - електронний каталог бібліотеки Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв (ресурси вільного доступу, електронні журнали, сайти бібліотек); 2. http://www.nbu.gov.ua - сайт Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського; 3. https://uni-sport.edu.ua/content/repozytariy - репозитарій Національного університету фізичного виховання і спорту України
<p>Локація та матеріально-технічне забезпечення</p>	<p>Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв : спортивний зал, майдан для занять футболом, волейболом, легкою атлетикою, гімнастикою, загально-фізичною підготовкою.</p>
<p>Кафедра</p>	<p>Кафедра культурології та міжкультурних комунікацій</p>
<p>Інститут</p>	<p>Інститут практичної культурології та арт-менеджменту</p>

<p>Інформація про науково-педагогічного працівника</p>		<p>Ст. викладач Шматко Вячеслав Григорович Освіта: Київський державний інститут фізичної культури (1992 р.)</p> <p>Майстер спорту СРСР з боротьби дзю-до (1990 р.); - Суддя першої категорії з боротьби дзюдо (1991 р.); - Тренер викладач другої категорії (2018 р.).</p> <p>vshmatko@nakkim.edu.ua</p> <p>Більше інформації на сторінці кафедри: https://nakkim.edu.ua/instituti/instituti-institut-praktichnoji-kulturologiji-ta-art-menedzhmentu/kafedra-kulturolohii-ta-mizhkulturnykh-komunikatsii/shmatko-vyacheslav-hryhorovych</p>
<p>Оригінальність навчальної дисципліни (при наявності). Політика академічної доброчесності</p>	<p>Дисципліна пропонує ознайомитися здобувачам з основами здорового способу життя та навичками різних форм активного відпочинку і забезпечує дотичність до здобутків фізичної культури. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються</p>	
<p>Лінк на дисципліну</p>	<p>https://classroom.google.com</p>	