

КЗ «Олександрійський медичний фаховий коледж»	СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «Фізичне виховання»		
Статус дисципліни	навчальна дисципліна ОК1		
Галузь знань	І Охорона здоров'я та соціальне забезпечення		
Спеціальність	І5 Медсестринство		
Спеціалізація	Акушерська справа		
Освітньо- професійна програма	Акушерська справа		
Освітньо-кваліфікаційний ступінь	фаховий молодший бакалавр		
Форма навчання	денна		
Формат предмета	нормативний		
Курс	перший, другий, третій		
Семестр	І, ІІ, ІІІ, ІV, V		
Обсяг дисципліни	Кількість кредитів – 9	Загальна кількість годин – 270 І семестр - 62 ІІ семестр - 52 ІІІ семестр - 68 ІV семестр - 44 V семестр - 30	Навчально-тренувальні - 180 СПР – 90
Форма підсумкового контролю	І, ІІ, ІІІ, ІV семестри – семестрова оцінка V семестр – диф. залік		
Мова викладання	українська		
Викладачі	Темніков В.М., викладач фізичного виховання, спеціаліст вищої категорії, Зіненко О.М., викладач фізичного виховання, спеціаліст першої категорії, Барилук О.В., викладач фізичного виховання, спеціаліст першої категорії		
E-mail	temnikov@almedu.com zinenko@almedu.com barulyk@almedu.com		
Посилання на сайт	alexandriyamed@ukr.net		
Консультації	згідно з графіком		

Анотація дисципліни	Дисципліна «Фізичне виховання» є однією з базових для формування особистості здобувачів освіти, забезпечує високий рівень загальної фізичної підготовки та зміцнення здоров'я; сприяє: ✓ набуттю фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії; ✓ придбання досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей; ✓ здатності до виконання державних або відомчих тестів і нормативів на рівні вимог освітньо-кваліфікаційних характеристик та освітньо-професійних програм фахового молодшого бакалавра.
Мета дисципліни	Метою вивчення дисципліни є розвиток і соціалізація особистості здобувачів освіти, формування у них національної самосвідомості, загальної культури, світоглядних орієнтирів, екологічного стилю мислення і поведінки, творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів.
Очікувані результати навчальної діяльності з дисципліни	Заплановані результати навчання після вивчення дисципліни <i>Знати:</i> ● значення фізичної культури і спорту для забезпечення здоров'я і фахової дієздатності; ● основи здорового способу життя; ● правила контролю за станом організму під час занять фізичними вправами; ● основи теорії методики й організації фізичного виховання; ● методiku розвитку основних фізичних якостей (швидкості, сили, витривалості, гнучкості, спритності);

	• основи методики організації занять фізичними вправами для запобігання стомленню, для підвищення працездатності і прискорення її відновлення при різноманітних видах і формах праці; • основи методики побудови самостійних занять фізичними вправами; • засоби і методи розвитку основних фізичних якостей; • спеціальні вправи бігуна; • правила гри у волейбол і баскетбол; • суддівські жести під час гри у волейбол і баскетбол; • тактику гри у волейбол і баскетбол; • профілактику травматизму. Уміти: • виконувати спеціальні вправи бігуна; • виконувати біг на короткі, середні й довгі дистанції (старт, стартовий розгін, біг по дистанції, фінішування); • виконувати естафетний біг; • стрибати в довжину з місця; • проводити загальнорозвивальні вправи з групою; • складати і виконувати комплекси вправ на розвиток основних фізичних якостей; • виконувати прийом, верхню й нижню передачі, верхню й нижню подачі (волейбол); • діяти в захисті та нападі (волейбол); • виконувати різноманітні передачі, кидки з різної відстані, фінти з м'ячем і без м'яча (баскетбол); • вести м'яч у різних стійках без зорового контролю (баскетбол); • діяти в захисті і нападі (баскетбол).
Компетентності	Інтегральна компетентність (ІК): здатність вирішувати типові спеціалізовані завдання в медичній галузі або у процесі навчання, що вимагає застосування положень і методів відповідної науки та може характеризуватися певною невизначеністю умов. Загальні компетентності (ЗК):

	ЗК 1 Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. ЗК 2 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні цінності, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. ЗК 5 Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. ЗК 6 Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності, до міжособистісної взаємодії та роботи в команді. ЗК 8. Здатність до міжособистісної взаємодії. ЗК 10. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. Спеціальні компетентності (СК): СК 1 Здатність до застосовування професійних стандартів та нормативно-правових актів у повсякденній медичній практиці. СК 3 Здатність до самоменеджменту в професійній діяльності. СК 5 Здатність до динамічної адаптації та саморегуляції у важких життєвих і професійних ситуаціях. СК 12 Здатність до безперервного професійного розвитку фахівців у сфері охорони здоров'я (освіта впродовж життя).
Програмні результати навчання	РН 1. Вільно спілкуватися державною та іноземною мовами для комунікації. РН 8. Застосовувати у професійній діяльності принципи медичної етики та деонтології, мистецтва спілкування та комунікативного зв'язку з пацієнтами, членами їх родини та колегами.
Зміст навчальної дисципліни «Фізичне виховання»	
Розділ 1. Волейбол	
1	Передача, подача м'яча. Стрибки зі скалкою. Навчальна гра у волейбол.

2	Човниковий біг 4х9 м. Передача м'яча на місці зверху, знизу. Передача м'яча на місці зверху, знизу. Стрибки зі скакалкою. Вправи на розвиток сили м'язів ніг, рук, тулуба.
3	Верхня і нижня передача на місці у коло. Навчальна гра у волейбол. Передача м'яча. Нападаючий удар. Вправи на розвиток гнучкості.
4	Нападаючий удар. Подача м'яча через сітку. Вправи на розвиток сили м'язів. Подача м'яча через сітку.
5	Нижня, верхня подача м'яча через сітку. Вправи на розвиток гнучкості.
6	Прийом м'яча. Тактичні дії в захисті. Навчальна гра у волейбол. Нижня пряма подача.
7	Нападаючий удар. Прийом з подачі.
Розділ 2. Легка атлетика	
1	Біг на короткі відстані. Розвиток фізичних якостей.
2	Біг 2х60м, 2х100м. Стрибок у довжину з місця.
3	Вправи на розвиток фізичних якостей ніг, рук, тулуба
4	Стрибок у довжину з місця. Метання тенісного м'яча на дальність. Біг на короткі відстані.
5	Біг 60м із урахуванням часу. Вправи на розвиток витривалості.
6	Вправи на розвиток гнучкості. Стрибки зі скакалкою.
Розділ 3. Баскетбол. ЗФП	
1	Передача та ведення м'яча. Кидки м'яча у кошик. Вправи на розвиток сили м'язів. Фінти з м'ячем та без. Передача ведення та кидки м'яча. Навчальна гра.
2	Передача, ведення м'яча. Кидки м'яча з різних відстаней у кошик. Спортивна гра. Кидки м'яча у кошик. Ловля та передача. Ведення м'яча.
3	Кидки м'яча. Техніка гри в захисті. Кидки м'яча у кошик з різної відстані з місця. Передача, ведення м'яча. Гра в захисті. Ведення м'яча на швидкість. Естафета.
4	Подвійний крок з кидком м'яча у кошик. Техніка і тактика гри. Тактичні дії в захисті.
Розділ 4. Легка атлетика. ЗФП	
1	Біг на короткі та довгі відстані. Стрибок в довжину. Метання м'яча. Розвиток спритності та швидкості. Біг 100м.
2	Вправи на розвиток сили м'язів. Стрибок в довжину з розбігу.
3	Стрибок в довжину з місця. Біг на короткі та середні відстані. Біг у повільному темпі.
4	Біг на короткі відстані. Вправи на розвиток гнучкості. Стрибки в довжину. Біг 500,1000 м. Біг на витривалість. Техніка бігу. Естафета.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Оцінка	Критерії оцінювання знань і вмінь здобувача освіти
2	Здобувач освіти не має уявлення про фізичне виховання та розвиток рухової активності людини.
3	- здобувач освіти має фрагментарні уявлення з предмета, розрізняє та виконує відповідно до вимог лише елементи фізичних вправ
4	- здобувач освіти виявляє розуміння основних положень навчального матеріалу, наводить приклади, техніка виконання фізичних вправ має незначні відхилення від встановлених вимог, які аналізуються та виправляються за допомогою викладача
5	- здобувач освіти володіє узагальненими, міцними знаннями з предмета, має достатню тактичну підготовку для виконання навчальних досягнень; має системні навички техніки виконання фізичних вправ, що відповідають встановленим вимогам

Завдання підсумкового контролю (диф.залік) охоплюють найважливіші розділи курсу:

- ✓ від 12 разів подача м'яча верхня або нижня на вибір.
- ✓ подача м'яча верхня або нижня на вибір.
- ✓ верхня подача м'яча у поле.
- ✓ подача м'яча верхня або нижня на вибір у зони.
- ✓ створення різних руханок

Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна:	Додаткова:
1. Булич Е.Г., Мурахов І.В. Валеологія. Теоретичні основи валеології: Навчальний посібник. К.: ІЗМН, 1997. 224 с.	1. Онищенко І.М. Психологія фізичного виховання і спорту: Навчальний посібник. К.: Вища школа, 1975. 192 с.
2. Віровський Л.П. Атлетична гімнастика: Навчальний посібник. К.: ІСДО, 1994. 100с.	2. Петренко М.І. Самостійні заняття студентів з фізичного виховання: Навчальний посібник. Вінниця, 1997. 104 с.

Інформаційні ресурси

1. Офіційний веб-сайт Міністерства освіти і науки України / [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://www.mon.gov.ua>.

Політика навчальної дисципліни

Політика щодо відвідування занять здобувачами фахової передвищої освіти

Відвідування занять обов'язкове; активна участь на занятті ініціативність.

Порядок відпрацювання пропущених занять

Пропущені заняття відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання пропущених занять та поточних незадовільних оцінок, а також згідно з графіком відпрацювання. Відпрацювання занять не є обов'язковим через хворобу за наявності відповідних медичних документів.

Політика щодо дотримання принципів академічної доброчесності здобувачів фахової передвищої освіти

Діяльність викладача та здобувачів освіти здійснюється відповідно до Положення про академічну доброчесність

Викладач	Барилюк Ольга Володимирівна
Контактні дані викладача	barulyk@almedu.com