

2.Анотація навчальної дисципліни «Фізична культура»

Мета - послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти

Предмет - формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-цінного ставлення до фізичної культури, установа на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичним вправам і сортом;

- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботи, сімейному фізичному вихованні;
- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності на протязі всього періоду навчання;
- оволодіння системою практичних умінь і навичок занять головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;
- набуття 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 професійних цілей;
- здатності до виконання держаних або відомчих нормативів на рівні вимог освітньо - кваліфікованих характеристик та освітньо- професійних програм відповідного спеціаліста.

Дидактична структура (освітні компоненти): Футбол. Техніка і тактика гри к футбол . Спеціальна фізична підготовка. Передачі м'яча, ведення м'яча, удари по м'ячу. Навчальна двохстороння гра у футбол. Баскетбол. Техніка безпеки на заняттях спортивних ігор. Спеціальна фізична підготовка. Техніка гри у баскетбол. Штрафні кидки та кидок після подвійного кроку . Навчальна двохстороння гра. Оздоровча та атлетична гімнастика. Техніка безпеки на заняттях. Основні базові вправи атлетизму. Основні базові вправи атлетизму для розвитку: м'язової маси, м'язів шиї та поясу, грудей, рук, ніг. Волейбол. Техніка гри у волейбол. Спеціальна фізична підготовка. Передачі м'яча зверху і знизу. Подача м'яча. Двохстороння навчальна гра. Настільний теніс.

Особливості гри в настільний теніс. Спеціальна фізична підготовка. Тактичні комбінації парної (змішаної) гри. Плавання. Оздоровче та практичне значення плавання. Загальна фізична підготовка. Плавання вивченими способами.

Основні загальні та фахові компетентності

- правильно використовувати термінологічний апарат, спілкуватися в різних ситуаціях під час занять фізичною культурою і спортом, за допомогою спілкування розв'язувати конфлікти, популяризувати ідеї фізичної культури і спорту мовними засобами;
- за допомогою іноземної мови спілкуватися про фізичну культуру, її значення для самореалізації людини, писати тексти іноземною мовою про власні спортивні захоплення, шукати інформацію в іноземних джерелах про ефективні оздоровчі програми, спортивні новини;
- використовувати математичні методи під час занять фізичною культурою, для створення індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм, здійснення самооцінювання власного фізичного стану, вести рахунок при проведенні змагань у різних видах спорту, здійснювати підрахунок та аналізувати частоту серцевих скорочень у стані спокою та під час фізичних навантажень, розраховувати зусилля для досягнення мети, аналізуючи швидкість, відстань, траєкторію, тощо;
- виконувати різні фізичні вправи в умовах природного середовища, використовувати сили природи в процесі занять із фізичної культури;
- досягати конкретних цілей у фізичному самовдосконаленні; розробляти індивідуальні оздоровчі програми з урахуванням власних можливостей, мотивів та потреб;
- виражати свій культурний потенціал через рухову діяльність;
- свідомо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших; організувати гру чи інший вид рухової діяльності, спілкуватися в різних ситуаціях фізкультурно-спортивної діяльності.

Пререквізити: (базові знання необхідні для успішного опанування компетентностями). Базові знання з дисциплін: «Фізична культура».

Кореквізити: «Природничі науки», «Українська мова».

Постреквізити: педагогічний процес спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ними.

Загальна система оцінювання 12- бальна шкала оцінювання, побудована за принципом сумування набутих знань, умінь і навичок з урахуванням зростання рівня особистих досягнень здобувача.

Умови допуску до підсумкового контролю: студент допускається до підсумкового контролю, якщо має не менше 50% відвіданих практичних занять.

Політика оцінювання результатів навчання та академічна доброчесність:

- студенти, які регулярно займаються в спортивних клубах і організаціях міста і не можуть відвідувати практичні заняття в поза аудиторний час з дисципліни «Фізичне виховання» повинні взяти відповідну довідку від адміністрації чи тренера за заразком.
- пропуск занять за хворобою підтверджується медичною довідкою, що приймається не пізніше 10 днів після одужання.