



Силабус навчальної дисципліни	
«Фізичне виховання»	
(назва навчальної дисципліни)	
<b>Освітньо-професійної програми: «Авіоніка»</b> (назва освітньо-професійної програми) <b>Спеціальність: 173 «Авіоніка»</b> (шифр та назва спеціальності) <b>Галузь знань: 17 «Електроніка, автоматизація та електронні комунікації»</b> (шифр та назва галузі знань)	
<b>Рівень освіти</b>	Фахова передвища освіта
<b>Освітньо-професійний/освітній ступінь</b>	Фаховий молодший бакалавр
<b>Статус навчальної дисципліни</b>	нормативна
<b>Семестр</b>	На базі ПЗСО – 1,2,3,4,5 семестр / на базі БЗСО – 3,4,5,6,7 семестр
<b>Обсяг дисципліни (кредити ЄКТС/загальна кількість годин)</b>	9,5 кредитів ЄКТС / 285 годин
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Оригінальність навчальної дисципліни</b>	Фізичне виховання, як навчальна дисципліна, забезпечує формування у здобувачів освіти системи знань та загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров'я, фізичного розвитку; розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності; розширення функціональних можливостей організму дитини через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей; формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя; формування практичних навичок для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку; формування високих моральних якостей особистості.
<b>Мета навчальної дисципліни</b>	Метою вивчення курсу «Фізичне виховання» 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 життєвих навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів.
<b>Заплановані результати навчання</b>	ПРН1 Застосовувати основні принципи професійної етики у галузі авіоніки, усвідомлювати їх соціальну значимість та культурні аспекти в професійній діяльності.
<b>Заплановані знання та вміння</b>	<b>Знання:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теорію олімпійської, параолімпійської філософії та теорію здорового способу життя;</li> <li>– особливості фізичного розвитку і функціонального стану організму; основи методики розвитку сили, витривалості, гнучкості, швидко-силових якостей, спритності;</li> <li>– обсяг, інтенсивність навантаження, тривалість та характер відпочинку під час виконання фізичних вправ;</li> <li>– методики визначення рівнів фізичної підготовленості та виконання фізичних вправ і рухливих ігор.</li> </ul> <b>Вміння:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 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;</li> <li>– розв'язувати проблемні завдання у сфері фізичної культури і спорту; досягати конкретних цілей у фізичному самовдосконаленні;</li> <li>– розробляти індивідуальні оздоровчі програми з урахуванням власних можливостей, мотивів та потреб;</li> <li>– шукати, аналізувати та систематизувати інформацію у сфері фізичної культури та спорту;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– боротися, здобувати чесну перемогу та з гідністю приймати поразку, контролювати свої емоції, організувати свій час і мобілізувати ресурси, оцінювати власні можливості в процесі рухової діяльності, реалізувати різні ролі в ігрових ситуаціях, відповідати за власні рішення, користати з власних переваг і визнавати недоліки у тактичних діях у різних видах спорту, планувати та реалізувати спортивні проекти (турніри, змагання тощо);</li> <li>– організувати гру чи інший вид командної рухової діяльності;</li> <li>– спілкуватися в різних ситуаціях, нівелювати конфлікти; дотримуватися: правил чесної гри (Fair Play): поважати суперника, здобувати перемогу чесним шляхом за рахунок ретельної підготовки, з гідністю приймати поразку, пам'ятати, що головна перемога – це перемога над собою;</li> <li>– свідомо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших;</li> <li>– організувати гру чи інший вид рухової діяльності, спілкуватися в різних ситуаціях фізкультурно-спортивної діяльності.</li> </ul>
<p><b>Навчальна логістика</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Зміст навчальної дисципліни:</b></p> <p>Модуль 1. Легка атлетика  Теми модулю 1.  Розвиток сили. Підтягування на високій перекладині (юнаки).  Вис на зігнутих руках перекладині (дівчата).  Розвиток швидкості. Біг 100 м.  Розвиток сили. Згинання та розгинання рук в упорі лежачі.  Розвиток швидкісно-силових якостей. Удосконалення техніки стрибка у довжину з розбігу.  Розвиток витривалості. Біг 3000 м(юнаки). Біг 2000 м(дівчата).  Модуль 2. Баскетбол  Теми модулю 2.  Розвиток сили. Силовий тест Купера.  Розвиток спритності. Човниковий біг 4*9 м.  Удосконалення техніки ведення м'яча.  Удосконалення техніки кидків з середньої відстані. Штрафний кидок.  Удосконалення техніки подвійного кроку та кидка у кошик.  Модуль 3. Волейбол  Теми модулю 3.  Розвиток гнучкості. Тест на гнучкість.  Розвиток координаційних здібностей. Стрибки через скакалку.  Удосконалення техніки верхньої передачі м'яча.  Удосконалення техніки нижньої передачі м'яча.  Удосконалення техніки подачі м'яча.  Модуль № 4 «Футбол (юнаки)», «Бадмінтон (дівчата)».  Теми модулю 4.  Удосконалення техніки обведення м'ячем нерухомої перешкоди (юнаки).  Удосконалення техніки ударів волана у парах(дівчата).  Удосконалення техніки жонглювання (м'ячем, воланом)  Розвиток швидкості. Біг 100 м.  Розвиток швидкісно-силових якостей. Стрибок у довжину з місця.  Розвиток швидкісної витривалості. Біг 1000 м(юнаки),  500 м(дівчата).  Модуль 1. Легка атлетика  Теми модулю 1.  Розвиток сили. Підтягування на високій перекладині (юнаки).  Вис на зігнутих руках перекладині (дівчата).  Розвиток швидкості. Біг 100 м.  Розвиток сили. Згинання та розгинання рук в упорі лежачі.  Розвиток швидкісно-силових якостей. Удосконалення техніки стрибка у довжину з розбігу.  Розвиток витривалості. Біг 3000 м(юнаки). Біг 2000 м(дівчата).  Розділ 2. Баскетбол  Теми модулю 2.  Розвиток сили. Силовий тест Купера.  Розвиток спритності. Човниковий біг 4*9 м.  Удосконалення техніки ведення м'яча.  Удосконалення техніки кидків з середньої відстані. Штрафний кидок.  Удосконалення техніки подвійного кроку та кидка у кошик.  Модуль 3. Волейбол  Теми модулю 3.</p>

	<p>Розвиток гнучкості. Тест на гнучкість.  Розвиток координаційних здібностей. Стрибки через скакалку.  Удосконалення техніки верхньої передачі м'яча.  Удосконалення техніки нижньої передачі м'яча.  Удосконалення техніки подачі м'яча.  Модуль № 4 «Футбол (юнаки)», «Бадмінтон (дівчата)».  Теми модулю 4.  Удосконалення техніки обведення м'ячем нерухомої перешкоди (юнаки).  Удосконалення техніки ударів волана у парах(дівчата).  Удосконалення техніки жонглювання (м'ячем, воланом)  Розвиток швидкості. Біг 100 м.  Розвиток швидкісно-силових якостей. Стрибок у довжину з місця.  Розвиток швидкісної витривалості. Біг 1000 м(юнаки),  500 м(дівчата).  Модуль 1. Легка атлетика  Теми модулю 1.  Розвиток сили. Підтягування на високій перекладині (юнаки).  Вис на зігнутих руках перекладині (дівчата).  Розвиток швидкості. Біг 100 м.  Розвиток сили. Згинання та розгинання рук в упорі лежачі.  Розвиток швидкісно-силових якостей. Удосконалення техніки стрибка у довжину з розбігу.  Розвиток витривалості. Біг 3000 м(юнаки). Біг 2000 м(дівчата).  Модуль 2. Баскетбол  Теми модулю 2.  Розвиток сили. Силовий тест Купера.  Розвиток спритності. Човниковий біг 4*9 м.  Удосконалення техніки ведення м'яча.  Удосконалення техніки кидків з середньої відстані. Штрафний кидок.  Удосконалення техніки подвійного кроку та кидка у кошик.</p> <p><b>Види занять:</b> практичні заняття.</p> <p><b>Методи навчання:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– вербальні/словесні (лекція, пояснення, інструктаж);</li> <li>– наочні (спостереження, ілюстрація, демонстрація, документація).</li> </ul>
<b>Пререквізити</b>	-
<b>Постреквізити</b>	-
<b>Рекомендовані навчально-методичні матеріали для вивчення навчальної дисципліни</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">Закон України «Про фізичну культуру і спорт» від 24 грудня 1993 року № 3808 XII (зі змінами).</a></li> <li>2. <a href="#">Постанова Кабінету Міністрів України Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року від 01 березня 2017 року № 115.</a></li> <li>3. <a href="#">Розпорядження Кабінету Міністрів України Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року від 09 грудня 2015 року № 1320-р.</a></li> </ol>
<b>Матеріально-технічне забезпечення</b>	<p>Спортивні зали, спортивний стадіон, спортивний інвентар.  Для засвоєння здобувачами освіти програмового теоретичного матеріалу та практичних завдань при викладанні дисципліни застосовуються інтернет додатки Google Classroom.</p>
<b>Семестровий контроль, критерії оцінювання</b>	<p>Поточний контроль результатів навчальної діяльності здобувачів освіти:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– роботи на аудиторних заняттях (відповіді на теоретичні питання; виконання поточних завдань під час практичних занять);</li> <li>– результатів виконання завдань самостійної роботи здобувача освіти.</li> </ul> <p>Контроль досягнень здобувачів освіти здійснюється за допомогою прозорих процедур. Досягнутий рівень компетентностей відносно очікуваних, що ідентифікований під час контрольних заходів, відображає реальний результат навчання здобувача освіти за дисципліною.</p> <p>Підсумковий контроль результатів навчальної діяльності здобувачів освіти у формі диференційованого заліку.</p> <p>Оцінка виставляється в балах, за національною шкалою та шкалою ECTS.  Застосовується 100-бальна шкала оцінювання:</p>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- 90-100 балів – «відмінно»;</li><li>- 75-89 – «добре»;</li><li>- 60-74 – «задовільно»;</li><li>- менше 60 балів – «незадовільно».</li></ul>
<b>Циклова комісія</b>	фізичного виховання