ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ПОГОДЖУЮ
Гарант освітньої програми
_____ Тетяна БОЙКО
"01" вересня 2021 року

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о. завідувача кафедри
_____ Наталья АВЕРЧЕВА
Протокол засідання кафедри
загальноекономічної підготовки ХДАЕУ
від " 31" серпня 2021 року № 1

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Назва навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський) рівень
Освітня програма – Садово-паркове господарство
Спеціальність – 206 Садово-паркове господарство
Галузь знань – 20 Аграрні науки та продовольство

Херсон – 2021

1. **Загальна інформація**

Назва навчальної дисципліни	**Фізичне виховання**
Факультет	**Факультет рибного господарства та природокористування**
Назва кафедри	**Загальноекономічної підготовки**
Викладач	Лишевська Валентина Михайлівна (Valentina Lyshevskaya), кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри загальноекономічної підготовки https://orcid.org/0000-0001-7760-0272 Шаповал Сергій Іванович (Sergiy Shapoval), старший викладач кафедри загальноекономічної підготовки https://orcid.org/0000-0002-5922-686X
Контактна інформація	Лишевська Валентина Михайлівна 0951225525; fizkultura2018@ukr.net Шаповал Сергій Іванович 0501860041; fizkultura2018@ukr.net
Графік консультацій	Понеділок, п'ятниця 8.30-16.15 Вівторок, середа 8.30 – 16.15 (м. Херсон, вул. Стрітенська, ХДАЕУ, гол. корпус, ауд.51), або в он-лайн формі
Програма дисципліни	є
Мова викладання	українська

2. **Анотація курсу**

Анотація курсу	«Фізичне виховання», як навчальна дисципліна в закладах вищої освіти є невід'ємною частиною системи гуманітарного виховання студентів, формування загальної та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста. Це педагогічний процес, спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво-важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ним знаннями для успішної наступної професійної діяльності. Фізичне виховання забезпечує загальну та спеціальну фізичну підготовку, є одним із засобів формування всебічно розвиненої особистості, збереження і зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного та психофізіологічного стану здобувачів вищої освіти в процесі професійної підготовки.
Інформаційний пакет дисципліни	На платформі Moodle за посиланням http://dspace.ksau.kherson.ua:8888/enrol/index.php?id=785 розміщено навчально-методичний комплекс з дисципліни "Фізичне виховання", а саме силабус, робоча програма, план практичний занять та методичні рекомендацій щодо їх проведення, завдання до самостійного опрацювання з методичними рекомендаціями, форма та критерії поточного та підсумкового контролю, алгоритм нарахування балів за накопичувальною системою оцінювання, список використаних джерел та інформаційних ресурсів.

3. **Мета та завдання курсу**

Мета викладання дисципліни	Полягає в набутті необхідних рухових вмінь та навичок, розвитку основних фізичних якостей та формуванні знань і вмінь стосовно розуміння необхідності формування фізичної культури як системної якості особистості, невід'ємного компонента загальної культури майбутнього фахівця, здатного реалізувати її в навчальній, соціально-професійній діяльності й готових до довголітньої високопродуктивної праці.
Завдання вивчення дисципліни	- виховання потреби у здобувачів до фізичного самовдосконалення та систематичних заняттях фізичними вправами протягом всього життя; - розширення фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійна-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність до життєдіяльності й обраній професії.- формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, формування здорового способу життя; - зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичної підготовленості, працездатності протягом всього періоду навчання; - вивчення системи практичних умінь і навичок занять головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості; - розширення фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійна-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність до життєдіяльності й обраній професії; - включення студентів університету в реальну фізкультурно-спортивну діяльність для творчого засвоєння цінностей фізичної культури і спорту.

4. **Програмні компетентності та результати навчання**

Компетентності здобувача вищої освіти, сформовані в результаті вивчення курсу	
Загальні	ЗК-2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. ЗК-4. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. ЗК-6. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу. ЗК-8. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК-9. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК-11. Навички здійснення безпечної діяльності. ЗК-12. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
Спеціальні (фахові)	-

Програмні результати навчання (ПРН)	
ПРН	ПРН-2. Прагнути до самоорганізації та самоосвіти. ПРН-3. Проводити літературний пошук українською та іноземними мовами і аналізувати отриману інформацію.

5. **Місце навчальної дисципліни у структурі освітньої програми**

Рік викладання	1 рік
Семестр	1-2 семестри
Курс	І
Обов'язкова компонента / Вибіркова компонента	Обов'язкова компонента ОК5
Пререквізити	Ефективне вивчення даної освітньої компоненти базується на основі отримання базових вмінь та навичок під час вивчення предмету "Фізична культура" в повному загальноосвітньому закладі освіти. Для якісного й безпечного виконання завдань з даної компоненти здобувачі повинні пройти медичний огляд та представити довідку про стан власного здоров'я.
Постреквізити	Отримані, під час вивчення освітньої компоненти "Фізичне виховання", знання необхідно використовувати для формування здорового способу життя та збереження й зміцнення власного здоров'я. Придбанні вміння та навички доцільно використовувати під час вивчення варіативних дисциплін з різних видів спорту, зокрема волейболу, баскетболу, футзалу, тенісу, фітнесу, атлетизму, легкої атлетики, скелелазіння, туризму, тощо.

6. **Обсяг курсу на поточний навчальний рік**

Кількість кредитів / годин	4 кредити / 120 годин
Лекції	не передбачено
Практичні / Семінарські	практичних — 60 годин
Лабораторні	не передбачено
Самостійна робота	60 годин
Форма підсумкового контролю	залік,залік

7. **Технічне та програмне забезпечення / обладнання**

Технічне та програмне забезпечення	Для проведення занять в дистанційному режимі застосовується мультимедійний проектор і ноутбук з використанням комп'ютерних програм Word, PowerPoint, Excel, VLS media player.
Обладнання	Практичні вміння та навички здобувачі отримують на спеціалізованих спортивних майданчиках на свіжому

	повітрі, в ігровій спортивній залі та тренажерній залі. Для проведення освітнього процесу використовуються баскетбольні щити, кошики, баскетбольні м’ячі, фішки, волейбольні стійки, сітка, м’ячі, скакалки, гімнастичні лави, різноманітне фітнес обладнання та інше додаткове обладнання.

8. **Політика курсу**

Загальні вимоги	Організація освітнього процесу в Університеті відповідає вимогам положень про організаційне і навчально-методичне забезпечення освітнього процесу, освітній програмі та навчальному плану. Здобувач зобов’язаний відвідувати всі заняття згідно з розкладом. Здобувачі вищої освіти повинні планомірно та систематично засвоювати навчальний матеріал. Активно виконувати всі завдання під час практичних занять, брати участь в роботі різних спортивних секцій та приймати учать в усіх спортивно-масових заходах, як університетського так і обласного рівнів. Заохочується робота у наукових гуртках, підготовка тез доповідей та участь у конференціях, підготовка та публікація наукових статей та інше.
Політика щодо дедлайнів і перескладання	Складання рухових тестів повинно відбуватись чітко на програмою вивчення курсу на останніх практичних заняттях вивчення певної змістовної частини. Складання рухових тестових випробувань з порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Для перескладання тестів здобувач повинен зв'язатись з викладачем і у зазначений час скласти норматив.
Політика щодо відвідування	Відвідування занять з фізичного виховання є обов'язковим. При проведенні практичних занять в спеціалізованих спортивних приміщеннях здобувач повинен чітко дотримуватись правил техніки безпеки. Під час навчання здобувач не повинен запізнюватися на заняття. Пропущене практичне заняття здобувач зобов’язаний опрацювати з викладачем відповідно до тематики певної змістовної частини у встановлений викладачем час.
Політика щодо виконання завдань	В ході виконання творчих завдань для самостійного опрацювання (реферати, повідомлення, презентації, тощо) здобувачі будуть власні оригінальні міркування, створюючи власний погляд на ту чи іншу проблему. Виконання під час проведення практичних занять повинно ґрунтуватись на свідомому виконанні всіх рухів з розумінням доцільності виконання тих чи інших рухів, а також впливу від їх виконання на ті чи інші системи організму. Під час виконання завдань позитивно оцінюється творчий підхід до виконання та активність й якість роботи протягом заняття.
Академічна доброчесність	Виконання теоретичних завдань повинно бути цілком оригінальним. Будь-яке списування або плагіат (використання, копіювання підготовлених завдань або розв’язання задач іншими здобувачами) тягне за собою анулювання зароблених балів. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших здобувачів становлять приклади можливої академічної не доброчесності. Виявлення ознак академічної не доброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

9. **Структура курсу**

Номер тижня	Вид занять	Тема заняття або завдання на самостійну роботу	Кількість				
			годин				балів
			лк	лаб.	сем. / пр.	СР	
Змістова частина 1 “Загальна фізична підготовка ”							
Згідно розкладу	Практичне	Тема 1. Організація занять з фізичного виховання в ХДАЕУ. Підвищення рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.			2		2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 2. Розвиток різних видів швидкісних якостей.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 3. Розвиток загальної та спеціальної витривалості.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 4. Розвиток активної та пасивної гнучкості.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 5. Розвиток силових якостей різних м'язових груп.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 6. Розвиток різних видів координаційних якостей.			2	3	6
Згідно розкладу	Практичне	Тема 7. Складання контрольних нормативів.			2		17
Згідно розкладу	Практичне	Тема 8. Складання контрольних нормативів.			2		17
	ПК ЗЧ 1				16	15	50
Змістова частина 2 “Спортивні ігри (баскетбол)”							
Згідно розкладу	Практичне	Тема 9. Навчання переміщень по майданчику в баскетболі			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 10. Навчання передачам м’яча на місці та в русі			2	3	2

Згідно розкладу	Практичне	Тема11. Навчання веденню м’яча на місці та в русі			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 12. Навчання кидкам м’яча в кошик з місця та в стрибку			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 13. Вдосконалення елементів техніки гри в баскетбол.			2	3	8
Згідно розкладу	Практичне	Тема 14. Складання контрольних нормативів.			2		17
Згідно розкладу	Практичне	Тема 15. Складання контрольних нормативів.			2		17
	ПК ЗЧ 2				14	15	50
Змістова частина 3 “Спортивні ігри (волейбол)”							
Згідно розкладу	Практичне	Тема 16. Навчання техніки переміщень у волейболі			2	2	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 17. Навчання техніки передачі м'яча двома руками зверху			2	2	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 18. Навчання техніки прийому м'яча двома руками знизу			2	2	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 19. Навчання техніки подач в волейболі			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 20. Вдосконалення різних елементів техніки гри в волейбол			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 21. Розвиток швидкісно-силових якостей та спеціальної координації в волейболі.			2	3	6
Згідно розкладу	Практичне	Тема 22. Складання контрольних нормативів.			2		17
Згідно розкладу	Практичне	Тема 23. Складання контрольних нормативів.			2		17
	ПК ЗЧ 3				16	15	50

Змістова частина 4 “Легка атлетика”							
Згідно розкладу	Практичне	Тема 24. Навчання техніки бігу на короткі дистанції.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 25. Навчання техніка бігу на середні дистанції.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 26. Навчання техніки метання малого м’яча.			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 27. Навчання техніки стрибків у довжину з розбігу			2	3	2
Згідно розкладу	Практичне	Тема 28. Кросова підготовка.			2	3	8
Згідно розкладу	Практичне	Тема 29. Складання контрольних нормативів.			2		17
Згідно розкладу	Практичне	Тема 30. Складання контрольних нормативів.			2		17
	ПК ЗЧ 4				14	15	50

10. **Форми і методи навчання**

Лекція	не передбачено навчальним планом
Практичні /Семінарські	Вербальні (розповідь, роз'яснення, аналіз та корегування якості виконання вправ) та наочні (показ правильності виконання, створення уявлення про виконання вправи) методи. Практичні методи спрямовані на навчання та вдосконалення техніки виконання різноманітних рухів, та практичні методи спрямовані на розвиток тих чи інших фізичних якостей.
Лабораторні	не передбачено навчальним планом
Самостійна робота	Словесні методи навчання: пояснення, розповідь. Проведення самостійних занять включає викладення теоретичного матеріалу з використанням наочного матеріалу з використанням мультимедійних технологій. Крім того, по деяких темах передбачається написання рефератів, міні-проектів

11. **Система контролю та оцінювання**

Поточний контроль
Поточний контроль відбуватиметься безпосередньо на кожному практичному занятті у вигляді оцінки присутності на занятті, активності та

інтенсивності роботи протягом заняття. Здебільшого використовується спостереження, як метод контролю. Поточний контроль дозволяє оцінити систематичність виконання фізичних вправ, якість та ефективність їх використання.

Підсумковий контроль за змістовою частиною

По завершенню вивчення кожної змістовної частини передбачено виконання підсумкових рухових тестів за які здобувачі отримують певну кількість балів у відповідності до критеріїв оцінювання. Окремо оцінюється й самостійна робота здобувачів протягом змістовної частини у вигляді самостійного додаткового відвідування спортивних секцій з певних видів спорту. Підтвердженням відвідування спортивної секції є довідка від керівника секції про фактичне відвідування більш 50 % проведених тренувальних занять або документ який підтверджує участь в змаганнях з певного виду спорту.

Підсумковий контроль

Формою підсумкового контролю є залік, що виставляється на основі результатів поточного контролю та виконання завдань самостійної роботи. Основні вимоги до контролю знань наведені у Положенні про порядок оцінювання рівня навчальних досягнень здобувачів вищої освіти в умовах ЄКТС Херсонського державного аграрно-економічного університету.

Педагогічний контроль здійснюється з дотриманням вимог об’єктивності, індивідуального підходу, систематичності і системності, всебічності та професійної спрямованості контролю. Здобувачі здають контрольні нормативи відповідно до розроблених критеріїв до кожної змістовної частини.

Здобувачі, які мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, не допускаються до заліку. Їх допуск до заліку стає можливим лише тільки при умові вдалої ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю. Вважається, що студент підготувався до заліку, якщо рейтингова оцінка за його результатом більша або дорівнює 60 балам.

Таблиця 1.

Контрольні нормативи: змістовна частина «Загальна фізична підготовка»

№ п/п	Вправа	Стать	Б А Л И							
			8	7	6	5	4	3	2	1
1	Біг 100 м., с.	чол.	13,3	14, 0	14,7	15,4	16,5	17,0	17,5	18,0
		жін.	15,7	16,5	17,6	18,5	19,6	20,0	20,5	21,0
2	Підтягування на перекладині, раз	чол.	15	13	11	9	7	5	3	1
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, раз	жін.	22	18	14	11	7	5	3	1
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи на колінах, раз	жін.	30	25	20	15	10	7	5	3
3	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см.	Чол.	14	12	10	8	6	4	2	1
		Жін.	16	14	11	8	6	4	2	1
4	Піднімання тулуба в сід з	Чол.	53	47	40	34	28	24	20	16

	положення лежачи за 1 хв., раз	Жін.	47	42	37	33	28	24	20	16

Таблиця 2.

Контрольні нормативи: змістовна частина «Спортивні ігри (баскетбол)»

№ п/п	Вправа	Стать	БАЛИ							
			8	7	6	5	4	3	2	1
1	Стрибок у довжину з місця, см	Чол.	240	230	225	215	205	195	190	185
		Жін.	200	190	170	160	150			
2	Ведення м’яча з обвідкою стійок на відстані 30 м., с.	Чол.	28	33	38	43	48	52	56	60
		Жін.	35	40	45	50	55	1.00	1.05	1.10
3	Передача м'яча двома руками від грудей в стінку за 30``, раз	Чол.	30	25	20	15	10	5	3	1
		Жін.	25	20	15	10	5	3	2	1
4	Штрафний кидок (10 спроб), раз	Чол.	6	5	4	2	1	1	1	1
		Жін.	5	4	3	2	1	1	1	1

Таблиця 3.

Контрольні нормативи: змістовна частина «Спортивні ігри (волейбол)»

№ п/п	Вправа	Стать	БАЛИ							
			8	7	6	5	4	3	2	1
1	Стрибки через скакалку за 1 хв., раз	Чол.	150	135	125	115	105	95	85	75
		Жін.	135	120	110	100	90	80	70	60
2	Човниковий біг 4 х 9 м., с.	Чол.	9,0	9,3	9,7	10	10,5	11,0	11,5	12,0
		Жін.	10,2	10,7	11,3	11,7	12,0	12,5	13,0	13,5
3	20 передач м'яча в колі на	Чол.	20	16	12	8	4	3	2	1

	собою з яких 10 двома руками зверху та 10 прийомів двома руками знизу, раз	Жін.	18	15	11	9	4	3	2	1
4	10 прямих подач в зазначену викладачем третину майданчику на влучність, раз	Чол.	7	6	5	4	3	2	1	1
		Жін.	6	5	4	3	2	1	1	1

Таблиця 4.

Контрольні нормативи: змістовна частина «Легка атлетика»

№ п/п	Вправа	Стать	Б А Л И							
			8	7	6	5	4	3	2	1
1	Біг 100 м., с.	Чол.	13,3	14, 0	14,7	15,4	16,5	17,0	17,5	18,0
		Жін.	15,7	16,5	17,6	18,5	19,6	20,0	20,5	21,0
2	Стрибок у довжину з розбігу, см.	Чол.	410	380	350	320	290	280	270	260
		Жін.	310	280	250	220	190	180	170	160
3	Біг 1000 м., хв.	Чол.	3,15	3,27	3,50	4,25	4,40	4,50	5,00	5,10
	Біг 500 м., хв.	Жін.	1,55	2,07	2,15	2,30	2,40	2,45	2,50	2,55
4	Метання малого м’яча на дальність, м.	Чол.	55	50	40	30	20	15	10	5
		Жін.	25	21	17	13	9	7	5	3

Розподіл балів з дисципліни “Фізичне виховання ” в 1 семестрі (форма контролю — залік)

Поточне оцінювання і контроль змістових частин (бали)																Підсумкова оцінка (залік)
Змістова частина 1									Змістова частина 2							
Т1	Т2	Т3	Т4	Т5	Т6	Т7	Т 8	ПК ЗЧ 1	Т 9	Т10	Т11	Т12	Т13	Т14	Т15	ПК ЗЧ 2	
Max 2	Max 2	Max 2	Max 2	Max 2	Max 6	Max 17	Max 17	Max 50 максимально набрані бали за теми 1-8	Max 2	Max 2	Max 2	Max 2	Max 8	Max 17	Max 17	Max 50 максимально набрані бали за теми 9-15	Max 100

Примітка: Тема 1-5 оцінюється в 2 бали, (з яких 1 бал за відвідування та 1 бал за активність роботи); Тема 6 оцінюється в 6 балів (з яких 2 бали за відвідування та активність, 4 бали за відвідування секцій); Тема 7-8 оцінюється в 17 балів (з яких виконання рухових тестів 2 х 8 балів та 1 бал за відвідування).

Тема 9-12 оцінюється в 2 бали, (з яких 1 бал за відвідування та 1 бал за активність роботи); Тема 13 оцінюється в 8 балів (з яких 2 бали за відвідування та активність, 6 бали за відвідування секцій); Тема 7-8 оцінюється в 17 балів (з яких виконання рухових тестів 2 х 8 балів та 1 бал за відвідування).

Алгоритм підрахунку балів за накопичувальною системою оцінювання за І семестр

Вид роботи	Бали	Кількість	Максимальна кількість балів	Разом
Відвідування занять	1	15	1 Х 15	15
Активна робота на занятті	1	11	1 Х 11	11
Змістовна Частина 1 ЗФП	8	4	8 Х 4	32
Змістовна Частина 2 Баскетбол	8	4	8 Х 4	32
Відвідування секцій	10	-	10	10
Разом				**100**

*** здобувач вищої освіти, який прийняв участь у змаганнях міського та обласного рівня в разі необхідності додатково отримує 10 балів до загальної кількості.**

Розподіл балів з дисципліни "Фізичне виховання " в 2 семестрі (форма контролю - залік)

Поточне оцінювання і контроль змістових частин (бали)																**Підсумкова оцінка (залік)**
Змістова частина 3								**Змістова частина 4**								
Т16	**Т17**	**Т18**	**Т19**	**Т20**	**Т21**	**Т 22**	**ПК ЗЧ 3**	**Т23**	**Т24**	**Т25**	**Т26**	**Т27**	**Т28**	**Т29**	**Т30**	**ПК ЗЧ 4**	
Max 2	**Max 2**	**Max 2**	**Max 2**	**Max 8**	**Max 17**	**Max 17**	**Max 50 максимально набрані бали за теми 16-22**	**Max 2**	**Max 2**	**Max 2**	**Max 2**	**Max 2**	**Max 6**	**Max 17**	**Max 17**	**Max 50 максимально набрані бали за теми 23-30**	**Max 100**

Примітка: Тема 16-19 оцінюється в 2 бали, (з яких 1 бал за відвідування та 1 бал за активність роботи); Тема 20 оцінюється в 8 балів (з яких 2 бали за відвідування та активність, 6 бали за відвідування секцій); Тема 21-22 оцінюється в 17 балів (з яких виконання рухових тестів 2 х 8 балів та 1 бал за відвідування).

Тема 23-27 оцінюється в 2 бали, (з яких 1 бал за відвідування та 1 бал за активність роботи); Тема 28 оцінюється в 6 балів (з яких 2 бали за відвідування та активність, 4 бали за відвідування секцій); Тема 29-30 оцінюється в 17 балів (з яких виконання рухових тестів 2 х 8 балів та 1 бал за відвідування).

Алгоритм підрахунку балів за накопичувальною системою оцінювання за ІІ семестр

Вид роботи	Бали	Кількість	Максимальна кількість балів	Разом
Відвідування занять	1	15	1 Х 15	15
Активна робота на занятті	1	11	1 Х 11	11
Змістовна Частина 3 Волейбол	8	4	8 Х 4	32
Змістовна Частина 4 Легка атлетика	8	4	8 Х 4	32
Відвідування секцій	10	-	10	10
Разом				**100**

*** здобувач вищої освіти, який прийняв участь у змаганнях міського та обласного рівня в разі необхідності додатково отримує 10 балів до загальної кількості.**

12. **Шкала оцінювання**

Шкала рейтингу ХДАЕУ	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
90-100	**A**	**Відмінно**	**зараховано**
82-89	**B**	**Добре**	
74-81	**C**		
64-73	**D**	**Задовільно**	
60-63	**E**		
35-59	**FX**	**Незадовільно**	**не зараховано**
1-34	**F**	**Незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням курсу)**	

13. **Рекомендована література та інформаційні ресурси**

Основна література	1. Андрєєва Р.І. Ефективність методики розвитку фізичних якостей жінок молодого віку засобами фітнесу / Р.І. Андрєєва, О.Г. Шалар, В.М. Гузар, Є.А. Стрикаленко. - Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науковопедагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. – Випуск 11 (143) 21. – С. 21 — 25. 2.Васьков Ю. В. Управління фізичним вихованням в загальноосвітньому навчальному закладі / Ю.В. Васьков, І.М. Пашков. Харків : ТОРСІНГ ПЛЮС, 2016. 192 с 3.Вієра Б.Л. Волейбол / Б.Л. Вієра, Б.Д. Фергюсон. - М.: Астрель, 2016. – 159 с. 4.Гринчук А. А. Удосконалення техніко-тактичної майстерності у студентів-баскетболістів у вищих навчальних закладах / А. А. Гринчук, Ю. С. Чехівська, О. А. Гуренко. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. 2018.No6.С. 85–89. 5.Лишевська В.М. Методика розвитку силових здібностей студентів / В.М. Лишевська, С.І. Шаповал. Методичні розробки для проведення теоретичних занять із дисципліни "Фізичне виховання ". Херсон: РВВ Колос ХДАУ, 2016. 32 с. 6.Наумчук В. І. Теоретико-методичні основи навчання спортивним іграм / В.І. Наумчук : навч.-метод. посіб. Тернопіль : Астон, 2017. 144 с. 7.Прозар М.В. Теорія і методика викладання спортивних ігор: навчально-методичний посібник [для вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації] / М.В. Прозар, В.В. Слюсарчук, М.В. Зубаль, С.М. Телебей – Кам'янець-Подільський: ТОВ Друкарня Рута, 2015. –198 с.

	8.Удачіна Л.А. Розвиток швидкісно-силових якостей засобами силових вправ з використанням нестандартного спортивного інвентарю / Л.А. Удачіна. - Дніпро: ДДІФК, 2018. - 315 с. 9.Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання \ О.М. Худолій : навч. посіб. Харків : «ОВС», 2018. 406 с. 10. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави / А.В. Цьось : навч. посібник. Луцьк : Надстир'я, 2014. 96 с.
Додаткова	1. Strykalenko Y. Teaching approaches in extracurricular physical activities for 12-14-year-old pupils under environmentally unfavorable conditions / Mykola Halaidiuk, Borys Maksymchuk, Oksana Khurtenko, Ivan Zuma, Zoryana Korytko, Rehina Andrieieva, Yevhenii Strykalenko, Ihor Zhosan, Yaroslav Syvokhop, Olena Shkola, Olena Fomenko, Iryna Maksymchuk // Journal of Physical Education and Sport, 18 (4), 2284-2291. 2. Strykalenko Y. The correlation between intelligence and competitive activities of elite female handball players / Yevhenii Strykalenko, Oleh Shalar, Viktor Huzar, Serhii Yuskiv, Hanna Silvestrova, Nina Holenco // Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol.20(1), Art 8, pp 63-70, 2020 3. Бубка С. Н. Розвиток рухових здібностей людини / С.Н. Бубка. Донецьк : АПЕКС, 2002. 302 с. 4. Лишевська В.М. Координаційні здібності студенток спеціальних медичних груп / В.М. Лишевська, С.І. Шаповал. Науковий журнал. Virtus: Scientific Journal / Editor-in-Chief M.A. Zhurba. 2020 № 43. С. 121 -123. 5. Нагорна А.Ю. Корекція показників фізичного стану жінок другого періоду зрілого віку з надлишковою масою тіла в процесі занять оздоровчим фітнесом / А.Ю. Нагорна, О.В. Андрєєва, В.М. Лишевська. - Науково-педагогічні проблеми фізичної культури(фізична культура і спорт) К:. 2020 р. Випуск 7(127) 20 С. 129-134. 6. Стрикаленко Є.А. Використання ритмічної гімнастики в фізичній підготовці дітей молодшого шкільного віку / Є.А. Стрикаленко, О.Г. Шалар. - Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку. – Кропивницький: Приватне підприємство Ексклюзив-Систем, 2017. – С. 259-265. 7. Стрикаленко Є.А. Фізична підготовка жінок засобами пружинячих черевиків «KANGOO JUMPS» / Є.А. Стрикаленко, О.Г. Шалар, Д.О. Строган. - Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт» зб. наукових праць / за ред.. О.В. Тимошенка. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. – Випуск 5 К (86) 17. – С. 331-336. 8. Фізична культура в школі: навчальна програма для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів. К.: Літера ЛТД, 2018. 368 с.
Інформаційні ресурси	1. http://5fan.ru/wievjob.php?id=53000. Ковальчук Ю.В. Застосування методу колового тренування на уроках фізичної культури. 2012. - 243 с. 2. http://www.twirpx.com/file/1497079/ Круцевич Т.Ю., Теорія і методика фізичного виховання.

	Том 1, Київ: Олімпійська література, 2012. - 392 с. 3. http://studme.com.ua/163308264092/meditsina/razvitie_fizicheskih_kachestv.htm Розвиток фізичних якостей. Фізична культура