



Національний технічний університет України  
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»  
Факультет біомедичної інженерії  
Кафедра фізичного виховання  
Кафедра спортивного вдосконалення

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ**

<b>Спеціальність</b>	231 Соціальна робота	<table border="1"><tr><td><b>Курс</b></td><td>1</td></tr><tr><td><b>Семестр</b></td><td>1,2</td></tr></table>	<b>Курс</b>	1	<b>Семестр</b>	1,2
<b>Курс</b>	1					
<b>Семестр</b>	1,2					
<b>Освітньо-професійна програма</b>	Міжнародні соціальні проекти та волонтерська діяльність					
<b>Статус</b>	Обов'язкова	<table border="1"><tr><td><b>ECTS</b></td><td>3</td></tr><tr><td><b>Годин</b></td><td>90</td></tr></table>	<b>ECTS</b>	3	<b>Годин</b>	90
<b>ECTS</b>	3					
<b>Годин</b>	90					
<b>Форма навчання</b>	Денна					
<b>Семестровий контроль</b>	залік					

**Інформація про викладачів**

<b>ПІБ</b>	<b>Відповідальний по ФСП: ДОВГОПОЛ Едуард Петрович</b> , викладач кафедри фізичного виховання <b>НОВИЦЬКИЙ Юрій Володимирович</b> , доцент, к.пед.н, завідувач кафедри спортивного вдосконалення
Профіль викладача	<a href="http://intellect.fv.fbmi.kpi.ua/profile/dep3">http://intellect.fv.fbmi.kpi.ua/profile/dep3</a>
e-mail	<a href="mailto:helogoland@gmail.com">helogoland@gmail.com</a>

**Розподіл годин та занять**

Форма навчання	Аудиторні заняття				
	Лекції		Практичні / семінарські заняття		Самостійна робота
	заняття	години	заняття	години	години
Денна	6	12	36	72	6

### Анотація навчальної дисципліни

Основною метою навчальної дисципліни «Фізичне виховання» є формування у студентів здатності підтримувати на достатньому рівні стан фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності; розвивати основні життєво необхідні професійно-прикладні рухові навички; формувати мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складової здорового способу життя;

Силабус навчальної дисципліни «Фізичне виховання» розроблений на основі принципу адаптаційних змін в організмі, що дозволяє передбачити необхідні навчальні завдання та активності, які потрібні студентам для досягнення очікуваних результатів навчання, а потім спроектувати навчальний досвід таким чином, щоб максимально збільшити можливості студентів досягти бажаних результатів.

Силабус побудований таким чином, що для виконання кожного наступного завдання студентам необхідно застосовувати навички та знання, отримані у попередньому.

Фінальним завданням є виконання тестових вправ з обраного виду рухової активності та вправ за програмою щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України, для виконання яких студенти використовують теоретичні знання та застосовують практичні навички, отримані під час виконання всіх видів завдань та активної участі на практичних заняттях (виконання поточних завдань та активностей). Особлива увага приділяється принципу поступовості в застосуванні фізичних навантажень, самоконтролю за станом організму. На заняттях впроваджується система заохочення студентів до активного навчання, у відповідності з якою вони мають працювати над практичними тематичними завданнями, які дозволять в подальшому вирішувати проблеми з фізичним розвитком та руховими навичками.

Навчання здійснюється на основі студентоцентрованого підходу та стратегії взаємодії викладача та студента з метою засвоєння студентами матеріалу та розвитку у них практичних навичок.

Під час вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти набудуть здатностей на навичок:

- 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;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети;
- завдяки вільному володінню державною мовою отримують навички міжособистісної взаємодії під час занять спортом.

Під час навчання застосовуються стратегії активного і колективного навчання та особистісно-орієнтовані розвиваючі технології, засновані на активних формах і методах навчання (підбір індивідуального навантаження).

## Фізичне виховання

---

Під час навчання та для взаємодії зі студентами використовуються сучасні інформаційно-комунікаційні та мережеві технології для спілкування та вирішення поточних питань (графік спортивно-масових заходів, надолуження навчального матеріалу тощо).

Необхідні знання та навички для вивчення навчальної дисципліни

1. Індивідуалізації фізичних навантажень.
2. Самоконтролю за станом організму.

Дисципліна «Фізичне виховання» має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує відповідно до свого предмету знання з інших освітніх і наукових галузей: медико-біологічних, психолого-педагогічних, тощо. За структурно-логічною схемою програми підготовки бакалавра дисципліна «Фізичне виховання» закладає мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складовою здорового способу життя, підвищення фізичної та розумової працездатності; сприяє розвитку основних життєво необхідних професійно-прикладних рухових вмінь та навичок.

Отримані практичні навички та засвоєні теоретичні знання під час вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання» можна використовувати в подальшому для опанування методами самоконтролю за станом організму та підвищення працездатності для реалізації вимог інших навчальних дисциплін.

### Перелік тем

Тема 1. Вдосконалення прояву фізичних якостей засобами обраного виду рухової активності та спорту.

Тема 2. Вдосконалення техніки виконання вправ обраного виду рухової активності та спорту.

Тема 3. Формування вмінь та навичок професійно-прикладної фізичної підготовки

Тема 4. Тестування фізичної підготовленості.

### Нормативні результати навчання

Нормативні результати навчання, контрольні заходи та терміни виконання оголошуються студентам на першому занятті.

№ з/п	Результати навчання	Методи навчання	Форми оцінювання (контрольні заходи)	Термін виконання
1.	Вільно спілкуватися усно і письмово державною та іноземною мовами з професійних питань, а також здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та	Методи фізичного виховання, методи навчання конкретних рухових дій, методика навчання певних видів рухових дій тощо	Поточний контроль, залік	1-18-ий тиждень в кожному семестрі

## Фізичне виховання

---

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.			
--	--	--	--

### Навчальні ресурси

Всі необхідні для вивчення навчальної дисципліни основні та додаткові матеріали розміщено на платформі дистанційного навчання Сікорський, у системі Електронний кампус.

### Система оцінювання

З урахуванням матеріально-технічної бази університету та якісного складу науково-педагогічних працівників сформовано 15 відділень за видами спорту (рухової активності):

1. Футбол.
2. Баскетбол.
3. Волейбол.
4. Важка атлетика та пауерліфтинг.
5. Спортивна аеробіка.
6. Бокс.
7. Єдиноборства.
8. Настільний теніс.
9. Теніс.
10. Легка атлетика.
11. Плавання.
12. Стрільба з лука.
13. Спортивна гімнастика.
14. Спортивний туризм та скелелазіння.
15. Шейпінг.

Окремим підрозділом є відділення спеціальних медичних груп для студентів з відхиленнями в стані здоров'я і інвалідністю.

Семестровий рейтинг студента з освітнього компонента «Фізичне виховання» складається з балів, що він отримує впродовж 1-2 семестру за:

1. виконання тестових завдань на практичних заняттях;

## Фізичне виховання

---

2. самостійне виконання комплексу вправ (з відео підтвердженням);
3. ведення «Щоденника самоконтролю»;
4. виконання модульної контрольної роботи (у двох частинах).

### *Система нарахування рейтингових балів та критерії оцінювання:*

#### **Перший семестр**

- 1. Самостійне виконання комплексу вправ (з відео підтвердженням)**  
Максимальна кількість відео – 14  
За кожне відео – 0,5 балів  
*Максимальна кількість балів за комплекси вправ – 7 балів.*
- 2. Виконання тестових завдань на практичних заняттях**  
На практичних заняттях №1-14 тестові завдання оцінюються у 0,5 балів.  
На практичних заняттях № 15-17 тестові завдання оцінюються у 1 бал  
*Максимальна кількість балів за тестові завдання – 10 балів.*
- 3. Модульна контрольна робота (частина 1)**  
Проводиться на 18 практичному занятті у формі тесту, що містить 30 тестових завдань, кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал.  
*Максимальна оцінка – 30 балів.*
- 4. Ведення «Щоденника самоконтролю»**  
Контроль ведення щоденника проводиться щомісячно.  
*Максимальна оцінка – 3 бали.*

#### **Календарний контроль**

Календарний контроль (КК) проводиться з метою моніторингу поточного стану виконання студентом робочої програми навчальної дисципліни (силабусу) відповідно до графіку навчального процесу. Календарний контроль проводиться двічі на семестр. Позитивний результат з КК студент отримує коли його поточний рейтинговий бал складає не менше 50% від максимально можливого на момент проведення КК.

Умови отримання позитивного результату з КК у першому семестрі:

- на 7 тиждень семестру студент має набрати не менше 2,8 балів;
- на 14 тиждень семестру студент має набрати не менше 5,6 балів;

**Студент за 1 семестр може отримати максимум 50 балів.**

#### **Другий семестр**

- 1. Виконання тестових завдань на практичних заняттях**  
На практичних заняттях №1-16 тестові завдання оцінюються у 1 бал.  
*Максимальна кількість балів за тестові завдання – 16 балів.*
- 2. Модульна контрольна робота (частина 2)**  
Проводиться на 17 практичному занятті у формі тесту, що містить 30 тестових завдань кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал.  
*Максимальна оцінка – 30 балів.*
- 3. Ведення «Щоденника самоконтролю»**  
Контроль ведення щоденника проводиться щомісячно.  
*Максимальна оцінка – 4 бали.*

#### **Календарний контроль**

## Фізичне виховання

---

Умови отримання позитивного результату КК у другому семестрі:  
на 7 тиждень семестру студент має набрати не менше 4 балів.  
на 14 тиждень семестру студент має набрати не менше 7 балів.

**Студент за 2 семестр може отримати максимум 50 балів**

### Заохочувальні бали за:

- 1) Позитивну динаміку фізичного стану за результатами щомісячних функціональних тестів (щоденник самоконтролю) + 5...+7 балів.
- 2) Виконання аналітичної роботи за узгодженою з викладачем тематикою до 10 балів.
- 3) Участь у міських, всеукраїнських та/або міжнародних змаганнях + 5...+7 балів.

Сума заохочувальних балів не може перевищувати 10 балів.

**Розрахунок максимального рейтингу студента за рік:**

$$R = 7_{\text{відео}} + 26_{\text{тести}} + 60_{\text{мкр}} + 7_{\text{щоденник}} = 100 \text{ балів}$$

Остаточний рейтинг студента не може перевищувати 100 балів!

### Семестровий контроль

Остаточна оцінка опанування студентом освітнього компонента оцінюється за результатом його роботи за рік з переведенням його рейтингових балів до університетської системи (Таблиця 1).

Якщо за результатами роботи у 1-2 семестрі студент набрав менше 60 балів, або він бажає підвищити свій рейтинговий бал, то на останньому за розкладом занятті у 2 семестрі (18 тиждень) йому надається можливість виконати *залікову контрольну роботу*, а його попередній рейтинг анулюється.

Залікова контрольна робота проводиться у формі тестування. Студенту пропонується інтегральний тест, що містить 50 питань, кожна правильна відповідь оцінюється у 2 бали.

*Максимальна кількість балів за інтегральний тест – 100 балів.*

Отримані студентом бали за інтегральний тест переводяться у оцінку за університетською шкалою:

Таблиця 1

Рейтингові бали студента	Оцінка за університетською шкалою
95 – 100	Відмінно
85 – 94	Дуже добре
75 – 84	Добре
65 – 74	Задовільно
60 – 64	Достатньо
< 60	Незадовільно

### **Процедура оскарження результатів контрольних заходів оцінювання**

Студенти мають можливість підняти будь-яке питання, яке стосується процедури контрольних заходів та очікувати, що воно буде розглянуто згідно із наперед визначеними процедурами.

Студенти мають право оскаржити результати контрольних заходів, але обов'язково аргументовано, пояснивши з яким критерієм не погоджуються відповідно до оціночного листа та/або зауважень.

### **Норми етичної поведінки**

Норми етичної поведінки студентів і працівників визначені у розділі 2 Кодексу честі Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського». Детальніше: <https://kpi.ua/code>.

### **Інклюзивне навчання**

Навчальна дисципліна «Фізичне виховання» може викладатися для більшості студентів в тому числі з особливими освітніми потребами, окрім студентів з відсутністю зору, яка не дозволяє виконувати практичні завдання.