


Білоцерківський національний аграрний університет
Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра психології та здоров'я людини

	СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» Галузь знань: 16 Хімічна та біоінженерія Спеціальність: 162 «Біотехнології та біоінженерія»
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Компонент освітньої програми:	обов'язковий
Кількість кредитів ECTS /загальна кількість годин	3 кредити / 90 годин
Семестр	1-3
Форма контролю	залік
Мова викладання	українська
Профайл викладача	Кириченко Віталій Миколайович Посада: старший викладач кафедри психології та здоров'я людини Науковий ступінь: Робоче місце: кафедра психології та здоров'я людини (вул.Росьова 17), E-mail: vitnik2017@ukr.net Зв'язок з викладачем: (050) 332-57-18
Опис дисципліни	Дисципліна "Фізичне виховання" спрямована на формування фізичної культури студента, зміцнення здоров'я та розвиток фізичних здібностей. Вивчає теорію і методику фізичного виховання, основи здорового способу життя, техніку виконання фізичних вправ та методи підтримки фізичної форми. Допомагає студентам підвищити рівень фізичної підготовки, зміцнити здоров'я, розвинути витривалість та фізичні навички. Курс навчає оволодівати технікою різних видів рухової активності, формує мотивацію до регулярних занять фізкультурою, допомагає самостійно складати та виконувати комплекси вправ, покращує загальну працездатність та фізичний стан.
Передумови для вивчення дисципліни	
Мета вивчення дисципліни	Метою вивчення дисципліни «Фізичне виховання» є забезпечення необхідного рівня рухової активності студентської молоді, а також опанування теоретичними знаннями та практичними навичками щодо організації та проведення занять з фізичного

	виховання з використанням усього арсеналу обладнання для зміцнення здоров'я.
Формат дисципліни	Для денної форми навчання дисципліна викладається в очному форматі із застосуванням мультимедійних засобів. У разі дистанційного і змішаного навчання використовуються навчальна платформа Moodle Білоцерківського НАУ, онлайн-платформи Zoom, Google Meet, e-mail, мобільні додатки Viber, Telegram, Whats App. Здобувачі освіти отримують індивідуальні консультації у засвоєнні навчального матеріалу.
Очікувані результати навчання	
Структура курсу	<p>Змістовий модуль 1. Етап базової підготовки</p> <p>Тема 1.1. Основи здорового способу життя. Теоретично-методичні основи тренування. Шахи як види спорту і навчальні дисципліни.</p> <p>Тема 1.2 . Історія розвитку шахів. Основні правила гри в шахи. Розставлення початкової позиції в шахах Правила здійснення ходів різними фігурами.</p> <p>Тема 1.3. Перетворення пішака. Взяття на проході. Рокіровка. Активність фігур. Найвигідніше взяття фігури.</p> <p>Тема 1.4. Загроза. Види загроз (шах, загроза мату, взяття, перетворення пішака). Створення загрози. Захист від загроз. Деякі види нічиєї. Пат Вічний шах</p> <p>Змістовий модуль 2. Формуючий етап підготовки.</p> <p>Тема 2.1. Мат важкими фігурами одинокому королю. Лінійний мат. Інші способи. Мат ферзем та королем одинокому королю. Мат турою та королем одинокому королю.</p> <p>Тема 2.2. Як починати партію. Дебют. Дитячий мат. Помилки в дебюті. Що робити після дебюту.</p> <p>Тема 2.3. Атака на нерокірованого короля. Атака при односторонніх рокіровках. Атака при різносторонніх рокіровках. Руйнування пішакового прикриття короля.</p> <p>Тема 2.4. Підсумковий контроль. Практичне виконання контрольних нормативів</p> <p>Змістовий модуль 3. Етап удосконалення підготовки</p> <p>Тема 3.1. Реалізація великої матеріальної переваги. Гра на мат, Розмін сильних фігур суперника і проведення пішака.</p> <p>Тема 3.2. Пішаковий ендшпіль. Правило квадрата, пішаковий прорив, король і пішак проти короля.</p>

	<p>Тема 3.3. Тактика. Форсований варіант. Комбінація. Жертва.</p> <p>Тема 3.4. Тактичні ідеї: Подвійний удар, наскрзій шах, зв'язка</p> <p>Тема 3.5. Тактичні ідеї: відкритий напад, відволікання, заволікання, подвійний шах.</p> <p>Тема 3.6. Підсумковий контроль. Практичне виконання контрольних нормативів</p>
<p>Методи навчання</p>	<p>Під час практичних занять застосовуються наочні, словесні та практичні методи.</p> <p>Наочні методи використовували для ознайомлення здобувачів вищої освіти з сучасними засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності, що впливало на сприйняття та підвищення інтересу до рухових дій.</p> <p>Словесні методи застосовували для активізації усього процесу навчання, що сприяло формуванню більш повних та чітких уявлень про рухову дію та підвищувало мотивацію до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю.</p> <p>Для формування та засвоєння рухових умінь та навичок використовували практичні методи (фронтальний, груповий, метод колового тренування, інтервальний, індивідуальний). Дані методи сприяють підвищенню рівня фізичної працездатності, покращенню роботи кардіо-респіраторної системи, розвитку фізичних якостей шляхом багаторазового повторення..</p>
<p>Політика</p>	<p>Політика щодо академічної доброчесності: очікується, що письмові роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Виявлення ознак академічної не доброчесності в роботі студента (списування, відсутність посилань на використані джерела, фабрикація, фальсифікація, обман) є підставою для її не зарахування викладачем.</p> <p>Політика щодо відвідування занять: очікується, що студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. Відпрацювання пропущених занять проводиться згідно графіку консультацій викладача. За об'єктивних причин навчання може відбуватись в on-line режимі.</p> <p>Політика щодо дедлайнів і перескладання: студенти мають дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт.</p>

	<p>Політика щодо виконання завдань: позитивно оцінюється відповідальність, старанність, креативність.</p> <p>Політика оцінювання: засоби та критерії оцінювання прописані в робочій програмі дисципліни, розміщеної на платформі Е-навчання Білоцерківського НАУ (Moodle).</p>
<p>Рекомендовані джерела інформації</p>	<p style="text-align: center;">Базові</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Добринецький П. Школа шахової тактики: Навчальний посібник 1-4 кн. Новоград-Волинський: Новоград, 2012. 120 с. 2. Закон України «Про вищу освіту». Відомості Верховної Ради України. № 37-38. 2014. 19 вересня. С. 2716–2798. 3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Відомості Верховної Ради (ВВР). 1994. № 14. Статті 61; 80. 4. Зінченко В.Б., Усачов Ю.О., Білецька В.В., Семененко В.П. Фізичне виховання. Фітнес: навч. посб. Київ: НАУ, 2014. 220 с 5. Кириченко В.М., Гавришко С.Г., Гармата О.М., Яковлів В. Л., Максимченко В.І Організація та методика фізичного виховання здобувачів вищої освіти «НАУКОВИЙ ЧАСОПИС Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. №-6 (179) 2024. СЕРІЯ 15. НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ)» С. 81-86 6. Коваленко А. Вплив регулярних фізичних навантажень на емоційний стан здобувачів освіти. Наука і освіта. 2024. №1. 2024. С.27–31. 7. Максимченко В., Романенко В., Кулик Д., Турчинов А., Супронюк М. “Фізичне виховання як цінність здорового способу життя студентської молоді”, Перспективи та інновації науки, серія “педагогіка”, серія “психологія”, серія “медицина” № 1 (35). 2024. С. 239-247. 8. Семаль Н.В., Бірюк В.В., Галайдюк М. А., Трофіменко В.О., Томіч Л.М. Фізичне виховання як детермінанта здоров’я у здобувачів вищої освіти. “Перспективи та інновації науки” №2 (36). 2024. С.463- 475. 9. Whiteley R. et al. Методика тактичної підготовки волейбольної команди до змагань. <i>Актуальні проблеми розвитку освіти в сфері туризму.</i> 2023. С. 123.

Допоміжні

1. Вінниченко О.В., Дерипаско Г.М. Методичні рекомендації до робочого зошита «Шахова абетка». Харків: Ранок. 2021 р., 64с.
2. Зінченко В.Б., Усачов Ю.О. Фітнес-технології у фізичному вихованні: навч. посіб. Київ: НАУ, 2021. 152 с.
3. Хабінець І.В. Перший розряд за 300 днів. Методичний посібник шахіста початківця. Вид. Підручники і посібники. 2017. 80 с.
4. Олексієнко Я. І., Дудник І. О., Субота В. В. Формування фізичного стану студентів закладів вищої освіти засобами фітнес-технологій. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. Т. 3. №. 74. С. 49-54.
5. Пуцов О. І. Атлетизм: навч. посіб. / О. І. Пуцов, І. О. Капко, В. Г. Олешко. К.: ВПЦ «Київський університет», 2007. 232 с.