

	Ка м'янець- Підільський національний університет імені Івана Оленки Факультет фізичної культури Кафедра теорії і методики фізичного виховання Силабус навчальної дисципліни Фізичні технології в системі підготовки вчителя Захисту України		
Галузь знань:		01 Освіта/ Педагогіка	
Спеціальність:		014.16 Середня освіта (Захист України)	
Освітньо-професійна програма:		01 Освіта/ Педагогіка	
Навчально-освітня		Перший (бакалаврський)	
Статус дисципліни		вибіркова	
Мова викладання:		українська	
Викладачі:		П.Б.	Боднар Аліна Олександрівна
		Посада:	Доцент
		Науковий ступінь, вчене звання:	Кандидат педагогічних наук, доцент
		Телефон:	067 6617180
		E-mail:	bodnar.alina@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Кафедра теорії і методики фізичного виховання
		Профайл викладача:	https://fizkultura.kpnu.edu.ua/bodnar-alina-oleksandrivna/
Сторінка курсу в MOODLE			
Консультації	Четверго 15:50-17:25 кафедра теорії і методики фізичного виховання		
Анотація до курсу	спрямований на поглиблення здобувачів вищої освіти знань та умінь використання засобів фізичного виховання у власній оздоровчій та активності, а також формування здобувачів вищої освіти знань та умінь щодо змісту, структури засобів та методів різних видів фізичної програми, а також формування навичок щодо організації освітнього процесу школярів в закладі загальної середньої освіти з використанням фізичних технологій		
Мета та цілі курсу	Мета вивчення вибіркового освітнього компонента дисципліни вільного вибору студента загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, поглиблення базових знань, умінь та навичок, щодо змісту, структури, засобів, методів та форм різних видів оздоровчого фізичного виховання з метою гармонійного формування особистості здобувача вищої освіти		
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний), комбіноване навчання (наприклад, очний курс з елементами дистанційного навчання в системі Moodle)		
Результати навчання	Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні: знати: - компоненти оздоровчого фізичного виховання; - фізичні програми в основі яких лежать: види рухової активності: аеробної і силових спрямованості; - фізичні термінологію - техніку виконання базових кроків в класичній, степ аеробіці; - засоби ментального фізичного виховання та функціональних тренувань; вміти: - оцінювати рівень фізичного стану та фізичної підготовленості; - підбирати найбільш ефективні і адекватні фізичні вправи; - виконувати комбінації з базових кроків в класичній аеробіці та степ аеробіці; - складати прості програми з функціонального та ментального фізичного виховання; - регулювати фізичне навантаження під час занять;		
Компетентності:	вчителя «Захисту України» у здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня		

	форму ються наступні загальні компетенції: - здатні сть зберігати власне фізичне, психічне, духовне здоров'я під час професійної діяльності - здатні сть застосовувати знання у практичних ситуаціях - здатні сть проводити роботу з формування культури здорового й безпечного життя та діяльності - здатні сть працювати в команді Спеціальні (фінансові, предметні) компетенції: - здатні сть зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників в здорового способу життя. - здатні сть використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар - здатні сть забезпечувати формування фізичної культури особистості.				
Пререквізитами	Вивчення навчальної дисципліни фізична культура є чудовою базою для оволодіння технікою оздоровчого фітнесу.				
Пов'язані	Знання з дисципліни можуть бути використані під час вивчення таких освітніх компонентів в практичного характеру, а також під час проходження практик, а також у життєвих ситуаціях, адже під час проходження дисципліни вивчається техніка виконання базових рухів, які використовуються у побуті та професійній діяльності.				
Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників в	Характеристика навчального курсу			
		денна форма навчання	заочна форма навчання		
	Рік навчання/ рік викладання	2	-		
	Семістр вивчення	4	-		
	нормативна/ вибіркова	Вибіркова			
	Кількість кредитів в ЄКТС	4	-		
	Загальний обсяг годин	120	-		
	Кількість годин навчальних занять	32	-		
	Лекційні заняття	12	-		
	Практичні заняття	20	-		
	Семінарські заняття	-	-		
	Лабораторні заняття	-	-	-	
	Самостійна та індивідуальна робота	88	-		
	Форми підсумкового контролю	залік	-		
Технічне й програмне забезпечення / обладнання	Захисту України» потребує наявності ноутбуку як мінімум для викладача, мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до Інтернету, для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle: виконання тестових завдань для поточного контролю виконання завдань самостійної роботи; виконання домашніх завдань. Вивчення курсу потребує використання такого обладнання: степ-платформи, фітнесковбики, кроссфіт-мішки, секундомір, колонки, гантелі.				
Повідомлення курсу	Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів в будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутні будуть посилання на використані джерела, фабрикація джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем незалежно від масштабів плагиату чи обману. Відвідані заняття. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів роботи, передбачених курсом				
Схема курсу	Денна форма навчання				
	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
		разом	у тому числі		
			лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття

	Змістовий модуль 1. Загальні основи атлетизму							
	Разом годин	120	10	30	-	-	80	
	Заочна форма навчання							
	Назва змістових модулів і тем	Кількість годин						
		разом	у тому числі					
			лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
	Змістовий модуль 1. Загальні основи атлетизму							
Разом годин	120	12	20	-	-	88	-	
Критерії оцінювання екзамну	Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів в оцінках за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни							
Система оцінювання та вимоги	Поточний контроль		МКР		Разом			
	60 балів		40 балів		100 балів			
	Методи контролю							
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент віддає усі практичні заняття. Для допуску до заліку необхідно мати не менше 60 балів в поточної успішності.							
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію Каменяць-Подільського національного університету імені Івана Огієнка	1. Крупеня Світлана. Оздоровчий фітнес: курс лекцій. Київ: Університет «Україна», 2020. 222. 2. Воловик Н. Оздоровчий фітнес для студентів. Навчальний посібник. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. 41с. 3. Леонська Т. Г., Бесарабчук Г. В., Вакуляк І. Я. Аеробіка з основами теорії: методичні рекомендації. Каменяць-Подільський: ПП Мешинський, 2006. 52с. 4. Леонська Т. Г., Бесарабчук Г. В., Борисова В. В., Головата Л. Р. Ритмічна гімнастика (теорія і методика): методичні рекомендації. Каменяць-Подільський: Аксіома, 2007. 76с. 5. Пономаренко М. В., Голованов М. В. Методика викладання базової аеробіки для студентів вищих навчальних закладів: методичні рекомендації до практичних занять. Мелітополь: ТДАТУ, 2012. 38с. 6. Пономаренко М. В., Хассай Д. В. Засоби оздоровчої і спортивної аеробіки в учбово-тренувальному процесі студентів вищої школи: методичні рекомендації до практичних занять. Мелітополь: ТДАТУ, 2012. 122с. 7. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / под ред. Е. Б. Микинченко и М. П. Исакова. М.: Спорт АкадемПресс, 2002. 304с.							
Людмила	Згідно з розкладом https://kpmu.edu.ua/rozklad-zaniat/							