

	<b>Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка</b>	<b>Силабус навчальної дисципліни</b>			
		«Фізичне виховання (Атлетична гімнастика)»			
		Статус дисципліни нормативна			
<b>Галузь знань</b>	01 Освіта/Педагогіка				
<b>Спеціальність</b>	Усі спеціальності				
<b>Освітня програма</b>	Фізична культура і спорт				
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський) рівень				
<b>Форма навчання</b>	Денна				
<b>Курс</b>	I				
<b>Семестр</b>	I-II				
<b>Обсяг дисципліни</b>	Кредити	<b>4</b>	Години	<b>120</b>	
	Лекційні			(не передбачено)	
	Практичні/семінарські			<b>60</b>	
	Лабораторні			(не передбачено)	
	Самостійна робота			<b>60</b>	
<b>Семестровий контроль</b>	Залік				
<b>Викладач</b>	Бур'яноватий Олександр Миколайович – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач кафедри фізичного виховання і рекреаційно-оздоровчої роботи,				
<b>Контактна інформація</b>	shurik-b1976@meta.ua				
<b>Кафедра</b>	фізичного виховання і рекреаційно-оздоровчої роботи				
<b>Факультет</b>	фізичного виховання				
<b>Предмет навчання</b> (Що буде вивчатися)	<p>знати: техніку безпеки під час занять; основи здорового способу життя; профілактику травматизму; закон України «Про фізичну культуру і спорт», цільову комплексну програму «Фізична культура – здоров'я нації».</p> <p>уміти: зміцнювати здоров'я за допомогою фізичних вправ; формувати рухові навички; виконувати основні елементи АГ (зміст робочої програми, залікові вимоги).</p>				
<b>Мета</b> (Чому це цікаво/потрібно вивчати)	Метою навчальної дисципліни «Фізичне виховання (Атлетична гімнастика)» є підготовка студентів до виконання нормативів, розроблених на кафедрі фізичного виховання і рекреаційно-оздоровчої роботи; загартування і підвищення опірності їхнього організму несприятливим факторам зовнішнього середовища та при професійних навантаженнях; патріотичне виховання.				
<b>Компетентності</b>	<p><b>Загальні:</b></p> <p>ЗК 02. 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.</p> <p>ЗК 08. Здатність працювати в команді.</p>				

<p><b>Програмні результати</b> (Чому можна навчитися)</p>	<p>ПРН 05. Володіти культурою мовлення, обирати оптимальну комунікаційну стратегію у спілкуванні з групами та окремими особами.</p> <p>ПРН 11. Володіти психолого-педагогічним інструментарієм організації освітнього процесу.</p> <p>ПРН 20. Емпатійно взаємодіяти, відповідати за прийняття рішень в межах своєї компетенції, дотримуватися стандартів професійної етики.</p> <p>ПРН 25. Забезпечувати рівні можливості і дотримуватися принципів гендерного паритету у професійній діяльності.</p>
<p><b>Зміст дисципліни</b></p>	<p><b>Розділ I. Розвиток рухових якостей засобами атлетичної гімнастики.</b></p> <p>Тема 1. Основи техніки жиму лежачи .</p> <p>Тема 2. Основи техніки присідання.</p> <p>Тема 3. Розвиток сили.</p> <p>Тема 4. Розвиток силової витривалості.</p> <p><b>Розділ II. Розвиток рухових якостей засобами атлетичної гімнастики.</b></p> <p>Тема 1. Основи техніки жиму стоячи .</p> <p>Тема 2. Основи техніки станової тяги.</p> <p>Тема 3. Розвиток сили.</p> <p>Тема 4. Розвиток силової витривалості.</p> <p><b>Розділ III. Розвиток рухових якостей засобами атлетичної гімнастики.</b></p> <p>Тема 1. Основи техніки тяги в нахилі.</p> <p>Тема 2. Основи техніки підйому на біцепс.</p> <p>Тема 3. Розвиток сили.</p> <p>Тема 4. Розвиток силової витривалості.</p> <p><b>Розділ IV. Розвиток рухових якостей засобами атлетичної гімнастики.</b></p> <p>Тема 1. Основи техніки ривка.</p> <p>Тема 2. Основи техніки поштовху.</p> <p>Тема 3. Розвиток сили.</p> <p>Тема 4. Розвиток силової витривалості.</p>
<p><b>Критерії оцінювання роботи студентів</b></p>	<p>Контрольні заходи здійснюються з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, системності, всебічності.</p> <p>Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання можуть бути:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- реферати, презентації результатів виконаних завдань та досліджень;</li> <li>- складання нормативів;</li> <li>- інші види індивідуальних завдань.</li> </ul> <p><b>Підсумковий контроль.</b> Завданням підсумкового контролю є перевірка розуміння студентом програмного матеріалу в цілому, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання накопичених знань, уміння сформулювати своє ставлення до певної проблеми навчальної дисципліни тощо.</p> <p><i>Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях.</i></p> <p>Студенту виставляється відмінно коли відповідь або завдання відзначається повнотою виконання без допомоги викладача. Студент володіє узагальненими знаннями з предмета, аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; вміє застосовувати вивчений матеріал; вирішує складні проблемні</p>

	<p>завдання; схильний до системно-наукового аналізу та прогнозування явищ; уміє ставити та розв'язувати проблеми.</p> <p>Студенту виставляється дуже добро коли відповідь і завдання повні, але з деякими огріхами, виконані без допомоги викладача. Студент вільно володіє вивченим матеріалом, зокрема, застосовує його на практиці; вміє аналізувати і систематизувати наукову та методичну інформацію. Використовує загальновідомі доводи у власній аргументації, здатен до самостійного опрацювання навчального матеріалу, але потребує консультації викладача.</p> <p>Студенту виставляється добре коли відповідь і завдання відзначаються неповнотою виконання без допомоги викладача. Студент може зіставити, узагальнити, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; знання є достатньо повними; вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних педагогічних ситуаціях. Відповідь його повна, логічна, обґрунтована, але з деякими огріхами. Здатен на реакцію відповіді іншого студента, опрацювати матеріал самостійно.</p> <p>Студенту виставляється достатньо коли відповідь і завдання відзначаються наявністю фрагментарності виконання за консультацією викладача або під його керівництвом. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів; з допомогою викладача виконує елементарні завдання; контролює свою відповідь з декількох простих речень; здатний усно відтворити окремі частини теми; має фрагментарні уявлення про роботу з науково-методичним джерелом, відсутні сформовані уміння та навички.</p> <p>Студенту виставляється мінімальний задовільно коли відповідь і завдання відзначаються високою фрагментарністю виконання під керівництвом викладача. Теоретичний зміст курсу засвоєно частково, необхідні практичні уміння роботи не сформовані, більшість передбачених навчальною програмою навчальних завдань не виконано.</p> <p>Оцінка за виконання індивідуального науково-дослідного завдання, завдань самостійної роботи виставляється з урахуванням таких параметрів:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ визначення ступеня засвоєння матеріалу;</li> <li>✓ визначення якості виконання роботи;</li> <li>✓ уміння обґрунтувати проблемне питання;</li> <li>✓ уміння на практиці реалізувати засвоєний матеріал.</li> </ul> <p>Кількість балів у кінці II семестру повинна складати від 60 до 100 балів ( за 4 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.</p>
<p><b>Політика курсу</b></p>	<p>Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральноросійському державному університеті імені Володимира Винниченка».</p>
<p><b>Інформаційне забезпечення</b></p>	<p>Методичне забезпечення:  навчальна програма;  методичні розробки практичних занять;  методичні матеріали й рекомендації щодо самостійної роботи студентів денної форми навчання.  <a href="#">http...</a>(перелік інформаційних ресурсів)</p>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека імені О.М. Горького [Електронний ресурс] – Режим доступу <a href="http://zounb.zp.ua/">http://zounb.zp.ua/</a></li> <li>2. Наукова бібліотека Запорізького національного університету [Електронний ресурс] – Режим доступу <a href="http://library.znu.edu.ua">http://library.znu.edu.ua</a></li> <li>3. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського [Електронний ресурс] <a href="http://www.nbuv.gov.ua">www.nbuv.gov.ua</a></li> <li>4. Теорія та методика фізичного виховання / науково-методичний журнал [Електронний ресурс] – Режим доступу до журн. <a href="http://www.tmfv.com.ua/">http://www.tmfv.com.ua/</a></li> </ol>
Матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, ноутбук, смартфон, наукова література, презентаційні матеріали, спортивна зала.