

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичного виховання та здоров'я  
Навчальний рік 2021-2022

**СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ**

«Легка атлетика»  
Вибіркова

Форма здобуття освіти очна

Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»

Спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Освітньо-професійна програма «Фізична терапія, ерготерапія»

Перший бакалаврський рівень вищої освіти

Курс I

Силабус освітнього компоненту  
затверджений на засіданні кафедри  
фізичного виховання та здоров'я

Протокол від

« 30 » серпня 2021 року №1

Завідувач кафедр


 доцент В.В. Шутеев

Схвалено методичною комісією  
ХНМУ з проблем загальної  
підготовки

Протокол від

« 31 » серпня 2021 року №1

Голова



проф. О.Ю.Вовк

## **РОЗРОБНИКИ СИЛАБУСУ:**

1. Ленська О.В. старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я.
2. Стратій Н.В. старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я.

## ДАНІ ПРО ВИКЛАДАЧІВ, ЩО ВИКЛАДАЮТЬ ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я Шутєєв В'ячеслав Вадимович  
Професійні інтереси: спорт, наука.

Посилання на профайл викладача (на сайті університету, кафедри, в системі Moodle та інше).

[http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk](http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk)

<http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=13080>

Корпоративна пошта викладача: [vv.shutieiev@knmu.edu.ua](mailto:vv.shutieiev@knmu.edu.ua)

Тел: 0677235051

Консультації: Онлайн консультації за графіком:

<http://distance.knmu.edu.ua/user/view.php?id=618&course=113>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

Доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я Галашко Максим Миколайович

Професійні інтереси: спорт, наука.

Посилання на профайл викладача (на сайті університету, кафедри, в системі Moodle та інше).

[http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk](http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk)

<http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=606>

Корпоративна пошта викладача: [mm.halashko@knmu.edu.ua](mailto:mm.halashko@knmu.edu.ua)

Тел: 0675256357

Консультації: Онлайн консультації за графіком:

<http://distance.knmu.edu.ua/user/view.php?id=618&course=113>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

Старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я Ленська Ольга В'ячеславівна

Професійні інтереси: спорт

Посилання на анкету викладача (на сайті університету, кафедри, системи Moodle тощо).

[http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk](http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk)

<http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=8977>

Корпоративна пошта викладача: [ov.lenska@knmu.edu.ua](mailto:ov.lenska@knmu.edu.ua)

Тел.: 0677777331

Консультації: Онлайн консультації за графіком:

<http://distance.knmu.edu.ua/user/view.php?id=618&course=113>

Локація: Спортивний зал, корпус "Б"

Старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я Петрухнов  
Олександр Дмитрович, кандидат наук з фізичного виховання і спорту.

Професійні інтереси: спорт, фізична реабілітація, масаж

Посилання на профайл викладача (на сайті університету, кафедри, в системі Moodle та інше).

<http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=886>

[meet.google.com/zjz-ueva-etf](http://meet.google.com/zjz-ueva-etf)

Корпоративна пошта викладача: petrukhnovalex6@gmail.com

Контактний телефон: 0975218245

Консультації: Онлайн консультації за графіком:

<http://distance.knmu.edu.ua/user/view.php?id=618&course=113>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

Старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я Стратій Наталія  
Володимирівна

Професійні інтереси: спорт, фізична реабілітація

Посилання на профайл викладача (на сайті університету, кафедри, в системі Moodle та інше).

- <http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=490>

Корпоративна пошта викладача: nv.stratii@knmu.edu.ua

Контактний телефон: 0675738520

Консультації: Онлайн консультації згідно до графіку:

[http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk](http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk)

<http://distance.knmu.edu.ua/mod/bigbluebuttonbn/view.php?id=24633>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

Якименко Олександр Сергійович

Професійні інтереси: спорт

Посилання на профайл викладача (на сайті університету, кафедри, в системі Moodle та інше).

<http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=531>

Контактний телефон

+380937442935

Корпоративна пошта викладача

os.yakumenko@knmu.edu.ua

Консультації: Онлайн консультації згідно до графіку:

[http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk](http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk)

<http://distance.knmu.edu.ua/mod/bigbluebuttonbn/view.php?id=24633>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

## ВСТУП

**Силабус освітнього компоненту** «Легка атлетика» складений відповідно до освітньо-професійної програми (далі – ОПП) «Фізична терапія, ерготерапія» та Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт), перший бакалаврський рівень, галузі знань 22 “Охорона здоров'я”, спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія».

**Опис освітнього компоненту (анотація)** «Легка атлетика» – є отримання здобувачами освіти знань і практичних навичок з різних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності та різних форм і технологій її реалізації.

Фізичне виховання в вищих медичних закладах України є невід'ємною частиною гуманітарного виховання студентів, формування загальної та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста.

«Легка атлетика» забезпечує загальну та спеціальну фізичну підготовку. Як освітній компонент є засобом оптимізації фізичного та фізіологічного стану студентів у процесі професійної підготовки.

За час навчання важливо сформувати у здобувачів освіти розуміння необхідності постійно працювати над собою, вивчаючи особливості свого організму, раціонально використовувати свій фізичний потенціал, ведучи здоровий спосіб життя, постійно засвоювати цінність фізичної культури. Медичні ВНЗ повинні готувати всебічно-розвинених спеціалістів, які б володіли теоретичними знаннями та практичними навичками і вміннями застосування різноманітних засобів фізичної культури в своїй лікувально-профілактичній роботі.

**Предметом** вивчення освітнього компоненту «Легка атлетика» є фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Легка атлетика», як освітній компонент базується на різних освітніх компонентах, таких як анатомія людини, фізіологія людини, валеологія, лікувальна фізкультура, фізичне виховання, медична реабілітація, гігієна, спортивна медицина, що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами та формуванню умінь застосовувати знання з фізичного виховання в процесі подальшого навчання й у професійної діяльності.

**Пререквізити** Вивчення освітнього компоненту передбачає попереднє засвоєння освітніх компонентів з фізичного виховання, фізична реабілітації, спортивної медицини, анатомії, фізіології, гігієни, психології, медичної реабілітації, спортивної фізіології людини, вікової фізіології у закладах вищої освіти.

**Постреквізити** Основні положення освітнього компоненту мають застосовуватися при вивченні фахових дисциплін.

**Посилання на сторінку освітнього компоненту в MOODLE**  
<http://distance.knmu.edu.ua/course/view.php?id=3203>

## **1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ**

**1.1. Метою вивчення освітнього компоненту** є отримання здобувачами освіти знань і практичних навичок з різних технологій оздоровчо рекреаційної рухової активності та різних форм її реалізації.

**1.2. Основними завданнями вивчення освітнього компоненту є:**

- сформувати цілісну систему знань щодо впливу різних теорій і технологій оздоровчо рекреаційної рухової активності на стан здоров'я, форм організації оздоровчо-рекреаційних занять;
- сформувати практичні навички організації оздоровчо-рекреаційних занять, в яких реалізуються різні технології оздоровчо рекреаційної рухової активності;
- ознайомити з особливостями реалізації різних технологій оздоровчо рекреаційної рухової активності в різні вікові періоди життя.

**1.3. Компетентності та результати навчання,** формуванню яких сприяє дисципліна (взаємозв'язок з нормативним змістом підготовки здобувачів вищої освіти, сформульованим у термінах результатів навчання у ОПП та Стандарті).

**1.3.1. Вивчення освітнього компоненту забезпечує опанування здобувачами освіти компетентностей:**

**інтегральні:** Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням положень, теорій та методів медико-біологічних, соціальних, психологопедагогічних наук.

**загальні:**

ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК 03. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 04. Здатність працювати в команді.

ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 07. Здатність спілкуватися іноземною мовою.

ЗК 08. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 09. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК 14. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства

та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК 15. 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.

**спеціальні (фахові, предметні):**

СК.01. Здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичним працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.

СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.

СК 06. Здатність виконувати базові компоненти обстеження у фізичній терапії та/або ерготерапії: спостереження, опитування, вимірювання та тестування, документувати їх результати.

СК 07. Здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби, обговорювати та пояснювати зміст і необхідність виконання програми фізичної терапії та ерготерапії.

СК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.

СК 13. Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворю - вань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.

**1.3.2. Вивчення освітнього компоненту забезпечує набуття здобувачами освіти наступних програмних результатів навчання:**

ПРН 01. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.

ПРН 02. Спілкуватися усно та письмово українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування; складати документи, у тому числі іноземною мовою (мовами).

ПРН 03. Використовувати сучасну комп'ютерну техніку; знаходити інформацію з різних джерел; аналізувати вітчизняні та зарубіжні джерела інформації, необхідної для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень. ПРН 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПРН 08. Діяти згідно з нормативно-правовими вимогами та нормами професійної етики.

ПРН 12. Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.

ПРН 15. Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, у мультидисциплінарній команді.

ПРН 16. Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.

ПРН 18. Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

**1.3.3.** Вивчення освітнього компоненту забезпечує набуття здобувачами освіти наступних **соціальний навичок (Soft skills):** комунікативність (реалізується через: метод роботи в парах та групах, мозковий штурм, метод самопрезентації), робота в команді (реалізується через: метод проектів, ажурна пилка ), конфлікт-менеджмент (реалізується через: метод драматизації, ігрові методи), тайм-менеджмент (реалізується через: метод проектів, робота в групах, тренінги), лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проектів, метод самопрезентації).



## 2. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика освітнього компонента	
		<b>денна форма навчання</b>	
Кількість кредитів-3	Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»	<u>Вибіркова</u>	
Загальна кількість годин – 90	Спеціальність: 227 «Фізична терапія, ерготерапія»	<b>Рік підготовки:</b>	
		1-й	
		<b>Семестр</b>	
		2-й	
		<b>Лекції</b>	
Години для денної форми навчання: аудиторних – 44 самостійної роботи студента – 46	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр ОПП «Фізична терапія, ерготерапія»	16 год.	
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		28 год.	
		<b>Самостійна робота</b>	
		46 год.	
		<b>Індивідуальні завдання:</b>	
		Вид контролю: залік	

### 2.1 Опис освітнього компонента

#### 2.2.1 Лекції

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Види лекцій
1	Легка атлетика в системі фізичного виховання	2	Вступна лекція
2	Класифікація легкоатлетичних вправ.	2	Лекція - інформація
3	Методика навчання легкоатлетичним вправам	2	Тематична лекція

4	Загально розвиваючі та спеціальні вправи з легкої атлетики.	2	Тематична лекція
5	Біг на середні та довгі дистанції.	2	Тематична лекція
6	Метання списа, молота, диска, гранати, штовхання ядра.	2	Тематична лекція
7	Спортивна ходьба. Спринтерський біг, бар'єрний біг, естафетний біг.	2	Тематична лекція
8	Стрибки у висоту, довжину, потрійний стрибок, стрибок з жердиною.	2	Підсумкова лекція
	Всього годин	<b>16</b>	

### 2.2.2 Семінарські заняття

Проведення семінарських занять не передбачено програмою

### 2.2.3 Практичні заняття

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Методи навчання	Форми контролю
1	Розвиток легкої атлетики у світі та Україні.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
2	Характеристика видів легкої атлетики. Біг. Стрибки. Метання. Багатоборства.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
3	Завдання навчально-тренувального процесу. Принципи навчання і тренування.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
4	Поняття про техніку легкоатлетичних	4	Творчі, проблемно-	Тестовий контроль, усне опитування

	вправ та її варіативність. Легкоатлетичні вправи та особливості методики їх викладання учням різного віку та статі.		пошукові методи, демонстрація	(індивідуальне і фронтальне)
5	Техніка бігу на середні та довгі дистанції. Положення тулуба, ніг, рук, голови. Цикл подвійного кроку. Дихання під час бігу. Техніка основних підготовчих та спеціальних вправ для опанування бігу на середні та довгі дистанції.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
6	Опанування елементів техніки спортивної ходьби. Положення тулуба, ніг, рук, голови. Цикл подвійного кроку. Дихання під час ходьби.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
7	Вивчення техніки спринту. Послідовне опанування елементів техніки. Біг на короткі дистанції, різновиди старту. Вихідне положення на старті. Вихід зі старту, стартове прискорення, біг по прямій, фінішування.	4	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
8	Техніка та методика навчання стрибків у	4	Творчі, проблемно-пошукові методи,	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і

	висату, довжину (з місця і розбігу)		демонстрація	фронтальне)
9	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи легкоатлета. Організація і методика проведення занять з легкої атлетики	4	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
10	Організація та проведення змагань з легкої атлетики. Основні правила змагань з легкоатлетичних видів.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
	Всього годин	<b>28</b>		

#### 2.2.4. Лабораторні заняття

Проведення лабораторних занять не передбачено програмою.

#### 2.2.5. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Методи навчання	Форми контролю
1	Легка атлетика в середніх спеціальних освітніх закладах. Легка атлетика у вищих навчальних закладах. Легка атлетика в дитячих спортивних школах. Тренування. Структура тренування. Легка атлетика в літніх оздоровчих закладах. Споруди для занять з легкої атлетики. Стандарти	8	Репродуктивні методи	Комплексний контроль

	та особливості.			
2	Швидкісно-силові види легкої атлетики. Види витривалості в легкій атлетиці. Циклічні види легкої атлетики. Ациклічні види легкої атлетики.	6	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
3	Виховання моральних якостей. Розвиток методики навчання. Загальна методична схема навчання легкоатлетичним видам. Оптимальний вік для початку занять. Вікові особливості осіб, що займаються. Вплив занять з легкої атлетики на організм осіб, що займаються. Методи навчання: метод вправ, метод словесного викладання, метод наглядного навчання. Послідовність навчання техніці легкоатлетичних вправ. Засоби навчання: загально розвиваючі та спеціальні фізичні вправи; підготовчі вправи; рухливі ігри	6	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
4	Освоєння техніки загально розвиваючих та спеціальних вправ. Вдосконалення загально розвиваючих та спеціальних	6	Репродуктивні методи	Комплексний контроль

	вправ. Їх використання для спрямованого розвитку основних фізичних якостей. Особливості використання спеціальних вправ легкоатлета в роботі з контингентом різного віку та статі.			
5	Спеціальні вправи, які забезпечують необхідний розвиток фізичних якостей, необхідних для бігу на середні та довгі дистанції. Особливості техніки бігу на середні та довгі дистанції, методика навчання..	6	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
6	Основні, підготовчі та спеціальні вправи для опанування спортивної ходьби. Спеціальні вправи, які забезпечують розвиток фізичних якостей, необхідних для спортивної ходьби. Особливості техніки спортивної ходьби та методика навчання.	6	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
7	Послідовне опанування техніки основних підготовчих та спеціальних вправ для освоєння техніки бігу на короткі дистанції. Спеціальні вправи, що забезпечують роз-	8	Репродуктивні методи	Комплексний контроль

	виток фізичних якостей, необхідних для бігу на короткі дисанції.			
	Всього годин	<b>46</b>		

### 3. КРИТЕРІЙ ОЦІНЮВАННЯ

**3.1.** Оцінювання успішності навчання здобувачів освіти здійснюється на підставі чинної «Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів освіти ХНМУ»

#### Перерахунок середньої оцінки за поточну діяльність у багатобальну шкалу (для освітнього компоненту, що завершуються заліком)

4-бальна шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала
5	200	4.22-4,23	169	3.45-3,46	138
4.97-4,99	199	4.19-4,21	168	3.42-3,44	137
4.95-4,96	198	4.17-4,18	167	3.4-3,41	136
4.92-4,94	197	4.14-4,16	166	3.37-3,39	135
4.9-4,91	196	4.12-4,13	165	3.35-3,36	134
4.87-4,89	195	4.09-4,11	164	3.32-3,34	133
4.85-4,86	194	4.07-4,08	163	3.3-3,31	132
4.82-4,84	193	4.04-4,06	162	3.27-3,29	131
4.8-4,81	192	4.02-4,03	161	3.25-3,26	130
4.77-4,79	191	3.99-4,01	160	3.22-3,24	129
4.75-4,76	190	3.97-3,98	159	3.2-3,21	128
4.72-4,74	189	3.94-3,96	158	3.17-3,19	127
4.7-4,71	188	3.92-3,93	157	3.15-3,16	126
4.67-4,69	187	3.89-3,91	156	3.12-3,14	125
4.65-4,66	186	3.87-3,88	155	3.1-3,11	124
4.62-4,64	185	3.84-3,86	154	3.07-3,09	123
4.6-4,61	184	3.82-3,83	153	3.05-3,06	122
4.57-4,59	183	3.79-3,81	152	3.02-3,04	121
4.54-4,56	182	3.77-3,78	151	3-3,01	120
4.52-4,53	181	3.74-3,76	150	Менше 3	Недостатньо
4.5-4,51	180	3.72-3,73	149		
4.47-4,49	179	3.7-3,71	148		
4.45-4,46	178	3.67-3,69	147		
4.42-4,44	177	3.65-3,66	146		

4.4-4,41	176	3.62-3,64	145
4.37-4,39	175	3.6-3,61	144
4.35-4,36	174	3.57-3,59	143
4.32-4,34	173	3.55-3,56	142
4.3-4,31	172	3.52-3,54	141
4,27-4,29	171	3.5-3,51	140
4.24-4,26	170	3.47-3,49	139

### 3.2. Питання до заліку:

Не передбачено програмою.

### 3.3. Контрольні питання

Не передбачено програмою.

### 3.4. Індивідуальні завдання:

№ з/п	Перелік завдань для індивідуальної самостійної роботи здобувачів освіти	Вид завдання
1.	Підготовка огляду літератури з тем змістових модулів	Огляд літератури
2.	Аналіз Інтернет інформації з тем змістових модулів	Аналітична довідка
3.	Підготовка тез на конференцію	Участь у конференції будь якого рівня
4.	Участь у змаганнях різного рівня	Участь в змаганнях, які проводяться ХНМУ, обласні, Всеукраїнські

### 3.6. Правила оскарження оцінки

1. Процедура оскарження результатів складається із трьох етапів: подання скарги, розгляду скарги, прийняття та оприлюднення рішення апеляційної комісії.

2. Подання скарги здійснюється здобувачем освіти особисто у письмовій формі в день оголошення результатів складання заліка

3. Якщо особа, яка оскаржує результати, бажає додати до апеляції додаткові документи, то вона повинна це зробити під час подання скарги.

4. Апеляційна скарга повинна бути розглянута на засіданні апеляційної комісії не пізніше двох наступних робочих днів після її подання.

5. Засідання апеляційної комісії повинно супроводжуватись веденням протоколу.

6. Відповідальність за ведення протоколу засідання апеляційної комісії покладається на секретаря комісії.



7. Здобувач освіти, який подавав скаргу, має право бути присутнім на усіх засіданні апеляційної комісії стосовно власної скарги. У випадку його відсутності секретарем комісії у протоколі засідання повинен бути зроблений відповідний запис.

8. Засідання вважається неправомірним, якщо на ньому відсутня 1/3 від загальної кількості членів.

9. На одному засіданні апеляційної комісії може розглядатись декілька апеляційних скарг.

10. Рішення, які приймаються апеляційною комісією, можуть бути трьох видів:

- результати попереднього оцінювання знань здобувача освіти не змінюються;

- результати попереднього оцінювання знань здобувача освіти не відповідають рівню знань вищої освіти і заслуговують незадовільної оцінки;

- результати попереднього оцінювання знань здобувача освіти скасовуються. Рівень якості знань здобувача освіти заслуговує іншої оцінки (вказується нова оцінка відповідно до діючої шкали оцінювання). Нова оцінка повинна бути не нижча за попередню.

10. Якщо апеляційна комісія приймає відміну результатів попереднього оцінювання, то нова оцінка здобувача освіти виставляється цифрою та прописом відповідно до діючої шкали оцінювання у протоколі засідання апеляційної комісії.

11. В оскарженні відмовляють у випадках: відсутності на заліку без поважної причини.

12. Графіки засідань усіх апеляційної комісій повинні бути оприлюднені.

13. Зареєстровані скарги, накази про створення апеляційних комісій, журнали обліку скарг та протоколи засідань апеляційних комісій повинні зберігатись у навчальному відділі протягом 1 року.

#### **4. ПОЛІТИКА ДИСЦИПЛІНИ**

Очікується, що здобувачі освіти відвідуватимуть всі лекційні та практичні заняття. Якщо вони пропустили заняття, необхідно відпрацювати його (згідно графіку на інформаційному стенді кафедри)

Письмові та домашні завдання треба виконувати повністю та вчасно, якщо у здобувачів освіти виникають запитання, можна звернутися до викладача особисто або за електронною поштою, яку викладач/-ка надасть на першому практичному занятті.

Під час лекційного заняття здобувачам освіти рекомендовано вести конспект заняття та зберігати достатній рівень тиші. Ставити питання до лектора/-ки – це абсолютно нормально.

##### **Практичні заняття**

Активна участь під час обговорення в аудиторії, здобувачі освіти мають бути готовими детально розбиратися в матеріалі, ставити запитання, висловлювати свою точку зору, дискутувати. Під час дискусії важливі:

- повага до колег,

- толерантність до інших та їхнього досвіду,
- сприйнятливість та неупередженість,
- здатність не погоджуватися з думкою, але шанувати особистість опонента/-ки,
- ретельна аргументація своєї думки та сміливість змінювати свою позицію під впливом доказів,
- я-висловлювання, коли людина уникає непотрібних узагальнювань, описує свої почуття і формулює свої побажання з опорою на власні думки і емоції,
- обов'язкове знайомство з першоджерелами.

Вітається творчий підхід у різних його проявах. Від здобувачів освіти очікується зацікавленість участю у міських, всеукраїнських та міжнародних конференціях, конкурсах та інших заходах з предметного профілю.

#### Охорона праці

На першому занятті з курсу буде роз'яснено основні принципи охорони праці шляхом проведення відповідного інструктажу. Очікується, що кожен та кожна повинні знати, де найближчий до аудиторії евакуаційний вихід, де знаходиться вогнегасник, як їм користуватися тощо.

### 5. АКАДЕМІЧНА ДОБРОЧЕСНІСТЬ

Кафедра «Фізичного виховання та здоров'я» підтримує нульову толерантність до плагіату. Від здобувачів освіти очікується бажання постійно підвищувати власну обізнаність в академічному письмі. На перших заняттях проводитимуться інформаційні заходи щодо того, що саме вважати плагіатом та як коректно здійснювати дослідницько-науковий пошук.

Здобувач освіти ознайомлені, що викладання освітнього компоненту ґрунтується на засадах академічної доброчесності – сукупності етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень.

Порушеннями академічної доброчесності вважаються: академічний плагіат, фабрикація, фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ'єктивне оцінювання.

За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування із закладу освіти (крім осіб, які здобувають загальну середню освіту); позбавлення академічної стипендії; позбавлення наданих закладом освіти пільг з оплати навчання.

### 6. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

#### Базова

1. Артюшенко О. Ф. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів

ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. – Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 2006. – 424 с.

2. Легка атлетика: теорія, навчання, тренування. - За ред. Конестяпіна, В.Г., Дацківа П.П., Чорненької Г.В./ Львів: СПОЛОМ, 2006. – 180 с.

3. Легка атлетика: правила змагань на 2010-2011 рр. За ред.: Конестяпіна В.Г., Лемешко В.Й., Дацківа П.П., Прокопенка В.І., Чорненької Г.В. – Л.: ЛДУФК, 2011. – 258 с.

4. Лемешко В. Й. Методика навчання легкоатлетичним вправам // навчально-методичний посібник. – Л.: Вид. «ЛНУ», 2011. – 106с. УДК 796.42(076.5)

5. Лемешко В.Й. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Л., ЛДУФК. 2014. – 248 с.

6. Теорія і методика фізичного виховання : у 2-х т. : підручник / за ред. Т. Ю. Круцевич. - Київ : Олімпійська література, Т. 1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. - 2012. - 392 с.

#### Допоміжна

1. Гогін О.В. Легка атлетика [Текст] : Курс лекцій для студ. ф-тів фіз. виховання пед. навч. закл. – Х. : ОВС, 2001. – 112с.

2. Криличенко О.В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики [Текст] : навч. посіб. для студ. вищих навч.закл. – К. : Олімп. Л-ра, 2012. – 108с.

3. Максименко Г.М. Спортивно-педагогічне вдосконалювання. Легка атлетика [Текст] : Навч. посіб. для студ. фак. Фіз.культури ед.ін-тів. – К. : Вища шк., 1992. – 294 с.

4. Артюшенко О.Ф. Легка атлетика: Навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури. - Черкаси: БРАМА-ІСУЕП. 2000. – 316 с.

5. Гогін О.В. Легка атлетика: Навч. посібник. – Харків: ОВС, 2005. – 345 с.

6. Єднак В.Д. Кучеренко В.М. Легка атлетика. Навчальний посібник для студентів 1-го курсу факультету фізичного виховання. – Тернопіль: ТДПУ, 2000. – 124 с.

7. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів інститутів фізичної культури / Т.Ю. Круцевич. - К. Юлімпійська література, 2008. - Т.1., Т.2.

## 7. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. Посилання на сторінку навчальної дисципліни в MOODLE

<http://distance.knmu.edu.ua/course/view.php?id=3516>

2. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9259>

3. <http://repository.sspu.sumy.ua/handle/123456789/4378>

4. <https://uk.wikipedia.org/wiki/>

5. <http://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/7123>

6. <http://hdl.handle.net/123456789/2299>

---

7. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/75030>
  8. <http://eprints.cdu.edu.ua/id/eprint/15>
  9. <http://eprints.cdu.edu.ua/id/eprint/561>
  10. <http://repository.sspu.sumy.ua/handle/123456789/7646>
  11. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/37076>
- 

## **8. IIIIE**