

**СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я**

Спеціальність: **I7 «Терапія та реабілітація».**
Освітньо-професійна програма: **«Фізична терапія, ерготерапія»**
Код компонента в освітній програмі: **ОК 13**
Рівень вищої освіти: **перший (бакалаврський)**
Форма здобуття освіти: **очна (денна)**
Рік навчання: **1**
Семестр(и): **I (осінній)**
Тип освітнього компонента: **обов'язковий**
Навчальний рік: **2025-2026**

Обсяг: **3 кредити ECTS (90 год.)**
Навчальні заняття: **практичні заняття**
Підсумковий контроль: **залік**
Пререквізити: **курс фізичної культури загальноосвітньої середньої школи**

Кафедра/підрозділ: **кафедра фізичного виховання та здоров'я, пр. Науки, 4, корпус Б**
Керівники освітнього компонента: **Доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я Шутєєв В'ячеслав Вадимович**

email: vv.shutieiev@knmu.edu.ua

Доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я: **Петрухнов Олександр Дмитрович**

email: od.petrukhnov@knmu.edu.ua

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

email: nv.stratii@knmu.edu.ua

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

email: ov.lenska@knmu.edu.ua

Старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я **Куций Денис Васильович**

email: dv.kutsyi@knmu.edu.ua

Сторінка освітнього компонента в Системі дистанційного навчання ХНМУ (Moodle):
<https://distance.knmu.edu.ua/course/view.php?id=4688>

ОПИС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Фізичне виховання – це педагогічний процес спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності.

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

Фізичне виховання забезпечує загальну та спеціальну фізичну підготовку. Як освітній компонент фізичне виховання є засобом оптимізації фізичного та фізіологічного стану здобувачів освіти у процесі професійної підготовки.

МЕТА КУРСУ: є послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти (магістра) у вищих медичних навчальних закладів, підготовка майбутніх фахівців до високопродуктивної праці, виховання у здобувачів освіти потреби в систематичних заняттях фізичними вправами для підтримки належного фізичного та психічного стану в залежності від психофізичних навантажень та з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності, зміцнення здоров'я, а також отримання умінь і навичок для застосування різноманітних засобів фізичної культури в майбутньої профілактично-лікувальної діяльності та формування у всіх верств населення престижності здоров'я.

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

- збереження і зміцнення здоров'я здобувачів освіти, сприяння формуванню здорового способу життя, підтримання і підвищення рівня працездатності протягом навчання;

- виховання у здобувачів освіти потреби в систематичних заняттях фізичними вправами з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності та фізичного самовдосконалення;
- оволодіння методиками оцінки фізичного розвитку, функціонального стану та самоконтролю під час занять фізичними вправами;
- отримання здобувачами освіти необхідних знань, вмінь та навичок в застосуванні засобів фізичної культури для профілактики захворювань, відновлення та зміцнення здоров'я, продовження професійної діяльності працездатного населення;
- формування розуміння ролі фізичної культури у розвитку особистості і підготування її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, до здорового способу життя, фізичного вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- формування системи знань і вмінь з фізичної культури і здорового способу життя;
- зміцнення здоров'я, сприяння формуванню всебічного розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення оптимального рівня фізичної підготовленості, фізичної працездатності, функціонального стану протягом періоду навчання;
- оволодіння системою практичних умінь і навиків занять основними видами фізичних вправ і форм раціональної фізкультурної діяльності;
- забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;
- набуття рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості;
- набуття досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності;
- набуття здатності до виконання тестів і нормативів фізичної підготовленості.
- удосконалення спортивної майстерності студентів-спортсменів.

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Перелік тем практичних занять (60 год.):

Тема 1. Техніка безпеки під час проведення занять з фізичного виховання. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 2. Гігієнічні основи фізичного виховання студентів. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 3. Організація і проведення самостійних занять в умовах вищого навчального закладу. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 4. Методика підвищення працездатності студентів засобами фізичного виховання. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 5. Українські традиції фізичного виховання. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 6. Фізична культура в науковій організації праці. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 7. Олімпізм. Олімпійські ігри. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 8. Основи фізичного виховання в сім'ї. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 9. Нетрадиційні засоби та методи оздоровлення. Навчання техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Перелік тем самостійної роботи студента (30 год.)

Тема 1. Вихідні поняття теорії і методики фізичного виховання.

Тема 2. Специфічні ознаки фізичного виховання.

- Тема 3. Олімпійська філософія та здоровий спосіб життя.
- Тема 4. Гігієна спортивного одягу та взуття.
- Тема 5. Гігієнічні основи загартовування.
- Тема 6. Раціональне харчування студентів.
- Тема 7. Чинники ризику втрати здоров'я.
- Тема 8. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів.
- Тема 9. Виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань

СРС спрямована на поглиблення та закріплення теоретичних знань, отриманих під час аудиторного навчання та сприяють формуванню професійних компетентностей. Результати СРС підлягають контролю та включені до підсумкового контролю знань.

Консультації: онлайн, за попередньою реєстрацією на сторінці курсу в Системі дистанційного навчання курсу.

Методи навчання: методи вправ (практичні), методи використання слова (педагогічне словесне пояснення) та методи наочності (демонстрація рухів), інтерактивні методи.

ОЦІНЮВАННЯ

Поточна навчальна діяльність (ПНД). Оцінювання успішності здобувачів освіти здійснюється відповідно до Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в ХНМУ (<https://knmu.edu.ua/documents/normatyvni-dokumenty-navchalnogo-proczesu/>). Оцінка за практичне чи підсумкове заняття становить від 2 до 5 балів. Подання завдань за запізненням з неповажних причин тягне за собою зниження оцінки відповідно до відсотка запізнення в часі від часу виконання завдання. Завдання перевіряються до 24 год. Оцінки виставляються у електронний журнал. Незадовільні оцінки відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

В кінці семестру середня оцінка за семестр конвертується у багатобальну оцінку (70 – 120 балів) відповідно до таблиці 1 Інструкції з оцінювання (див. вище). Середнє арифметичне ПНД за обидва семестри становить **загальну навчальну діяльність (ЗНД)**.

Індивідуальні завдання (ІЗ) оцінюються до 10 балів.

Підсумковий контроль. Умовою допуску до заліку є набрання 120 балів ЗНД. Оцінка за залік становить від 120 до 200 балів.

Оцінка з дисципліни (ОД). $ОД = ЗНД + ІЗ$.

Оскарження результатів підсумкового контролю проводиться у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_apel_kontrol.pdf).

ПОЛІТИКИ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Рекомендації щодо роботи на курсі:

- Курс передбачає роботу в колективі.
- Середовище в аудиторії є дружнім, творчим, відкритим до конструктивної критики.
- Освоєння освітнього компонента передбачає обов'язкове відвідування практичних занять, а також самостійну роботу.
- Самостійна робота включає в себе теоретичне вивчення питань, що стосуються тем практичних занять, які не ввійшли в теоретичний курс, або ж були розглянуті коротко, їх поглиблена проробка за рекомендованою літературою.
- Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін.
- Якщо здобувач освіти відсутній з поважної причини, він презентує виконані завдання під час самостійної підготовки та консультації викладача.
- Під час роботи над завданнями не допустимо порушення академічної доброчесності: при використанні Інтернет ресурсів та інших джерел інформації здобувач освіти повинен вказати

джерело, використане в ході виконання завдання. У разі виявлення факту плагіату здобувач освіти отримує за завдання 0 балів.

Відвідування занять. Відвідування практичних занять є обов'язковим. Формою одягу під час офлайн-занять є спортивна форма. При запізнення більше ніж на 5 хвилин ви можете бути не допущені до заняття. Пропущені заняття відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

Академічна доброчесність. ХНМУ стоїть на позиціях нульової толерантності до проявів академічної недоброчесності. Будь-які порушення принципів академічної доброчесності тягнуть за собою відповідальність у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_ad-1.pdf).

Використання електронних гаджетів та інструментів штучного інтелекту допускається лише з дозволу викладача.

Політика щодо осіб з особливими освітніми потребами. Здобувачі з особливими освітніми потребами мають зв'язатися з викладачем задля розробки індивідуальної освітньої траєкторії.

Час відповіді викладача: 24 години.

Технічні вимоги до роботи на курсі:

- доступ до комп'ютера, ноутбука, планшета чи смартфона
- корпоративний обліковий запис Google з власним фото
- навички роботи з Google Workspace (Google Meet, Docs, Sheets, Slides, Forms) та Moodle

Технічна підтримка: АСУ (ev.shevtsov@knmu.edu.ua), Google (tehotdelknmu@gmail.com), Moodle (al.korol@knmu.edu.ua)

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Гурєєва А. М. Теорія і методика фізичного виховання : основи спеціальної термінології у фізичному вихованні : навчальний посібник / А. М. Гурєєва, О. Є. Черненко, Е. Ю. Дорошенко. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. – 78 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Круцевич Т. Ю. К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т. 2. 330 с.
3. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. – Львів, «Фест-Прінт». 2017. – 179 с

Зав. кафедри фізичного виховання та здоров'я

В'ячеслав ШУТЄЄВ