СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Спеціальність: **224 Технології медичної діагностики та лікування**
Освітньо-професійна програма: **Лабораторна діагностика**
Спеціалізація: **Лабораторна діагностика**
Код компонента в освітній програмі: **ОК 13**
Рівень вищої освіти: **перший (бакалаврський)**
Форма здобуття освіти: **очна (денна)**
Рік навчання: **1,2**
Семестр(и): **1-4**
Тип освітнього компонента: **обов'язковий**
Навчальний рік: **2024-2025, 2025-2026**

Обсяг: **позакредитна (180 год.)**
Навчальні заняття: **практичні заняття**
Підсумковий контроль: **залік**
Пререквізити: **-**

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
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

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 загальний 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 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-лікувальній діяльності та формування у всіх верств населення престижності здоров'я.

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

ПРН 18. На основі гуманітарних знань демонструвати соціальний оптимізм, повагу до етичних принципів. Проявляти позитивну професійну, соціальну та емоційну поведінку і адаптувати її до системи загальнолюдських цінностей; в межах компетенції проявляти самостійність і відповідальність в роботі. 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.

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Перелік тем практичних занять (60 год.):

1 курс

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.

2курс

Тема 1. Фізичні якості. Розвиток фізичних якостей. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 2. Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність, координація). Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 3. Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 4. Професійна прикладна фізична підготовка студентів - медиків. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 5. Особливості складання комплексів вправ професійно прикладної спрямованості. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 6. Позитивний вплив вправ професійно прикладної фізичної підготовки на організмі. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 7. Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 8. Контроль і самоконтроль у процесі занять фізичним вихованням. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 9. Основи забезпечення працездатності та її відновлення засобами фізичної культури. Загальні принципи фізичної реабілітації. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Тема 10. Фізична культура і основи здорового способу життя студента. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.

Перелік тем самостійної роботи (120 го)

1 курс

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.
2 курс
Тема 1. Послідовне вирішення завдань вивчення нових технічних елементів, розвитку фізичних якостей та удосконалення тактичної підготовленості.
Тема 2. Фізичне виховання і спорт у формуванні загальнолюдських цінностей, розвитку важливих рухових здібностей, забезпеченні здоров'я і трудової діяльності.
Тема 3. Завдання технічного і тактичного удосконалення (особливо у спортивних іграх), фізичного та психічного удосконалення (при розвитку фізичних якостей).
Тема 4. Зміцнення показників здоров'я, розвиток фізичного стану, укріплення постави, формування пропорційної статури, розвиток рухових якостей, навичок і умінь засобами спеціалізації.
Тема 5. Формування умінь самоконтролю та самостійного планування фізичного навантаження для удосконалення розвитку фізичних якостей.
Тема 6. Формування чільних професійно важливих якостей фахівців, розвиток основних фізичних і виховання психічних якостей засобами спеціалізації.
Тема 7. Оздоровче тренування, формування умінь самоконтролю та самостійного планування фізичного навантаження для удосконалення розвитку фізичних якостей.
Тема 8. Фізичне виховання і спорт як засіб активного відновлення після начального навантаження, зміцнення опірності організму до шкідливих чинників довкілля та підвищення працездатності.
Тема 9. Виконання різних вправ в незвичайних поєднаннях. Збільшення запасу рухових вмінь та навичок.
Тема 10. Оздоровче і прикладне значення занять фізичним вихованням і спортом
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/doc_block_type/instrukcziyi-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 протягом 24 год. Оцінки виставляються в електронний журнал. Незадовільні оцінки відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/pol_por-vidprac-zaniat.pdf).
В кінці семестру середня оцінка за семестр конвертується у багатобальну оцінку (120 – 200 балів) відповідно до таблиці 2 Інструкції з оцінювання (див. вище). Середнє арифметичне ПНД за чотири семестри становить **загальну навчальну діяльність (ЗНД)**.

Індивідуальні завдання (ІЗЗ) Індивідуальні завдання здобувача (далі – ІЗС) не є обов'язковим елементом, але при бажанні здобувача освіти може бути виконане і оцінюються в балах ECTS (не більше 10), які додаються до суми балів, набраних за поточну навчальну діяльність. На засіданні кафедри затверджено перелік індивідуальних завдань (участь з доповідями в студентських конференціях, профільних олімпіадах, підготовка аналітичних оглядів з презентаціями з перевіркою на плагіат) з визначенням кількості балів за їх виконання, які можуть додаватись, як заохочувальні (не більше 10).
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 компоненту 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 (chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/pol_por-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

2. 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.

5 Теорія і методика фізичного виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю Середня освіта (Фізична культура): навч. посіб. / укладач В.А. Товт, І.І. Маріонда. Ужгород: Бест-прінт, 2022. 225 с. URI: https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/39857

6 Черненко С.О. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник: у 2 частинах. Краматорськ: ДДМА, 2022. Частина 1. 215 с. URI: http://www.dgma.donetsk.ua/2023-2-4-fv.html

7. Черненко С.О. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник: у 2 частинах. Краматорськ: ДДМА, 2022. Частина 2. 228 с. URI: http://www.dgma.donetsk.ua/2023-2-4-fv.html

Зав. кафедри фізичного виховання та здоров'я ОРИГІНАЛ ПІДПИСАНО УКРАЇНА 61022, м.Харків, проспект Науки, 4 ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАГАЛЬНИЙ ВІДДІЛ В'ячеслав ШУТЄЄВ