

Силабус вибіркової дисципліни

«Спортивні та рухливі ігри з методикою навчання»

Фаховий коледж

Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II

Освітньо професійний ступінь	Фаховий молодший бакалавр	Форма навчання	денна	Навчальний рік/ семестр	2024-25 н.р. весняний семестр
------------------------------	---------------------------	----------------	-------	-------------------------	-------------------------------

Силабус

Назва навчальної дисципліни	Спортивні та рухливі ігри з методикою навчання
Циклова комісія	Дошкільна освіта
Освітня програма	-
Тип дисципліни, кількість кредитів та годин (лекції/семінарські, лабораторні заняття/самостійна робота)	Тип дисципліни: вибіркова Кількість кредитів: 3 Кількість годин: 90 Лекційні заняття: 20 Семінарські заняття: 26 Самостійна робота: 44
Викладач(і), відповідальний(і) за викладання навчальної дисципліни (імена, прізвища, адреса електронної пошти викладача/ів)	Орбан Ірина Карлівна викладач спеціаліст першої категорії orban.iren@kmf.org.ua Classroom дисципліни
Пререквізити навчальної дисципліни	Базові знання з дисциплін: «Фізична культура» (базові знання необхідні для успішного опанування компетентностями).
Анотація дисципліни, мета та очікувані програмні результати навчальної дисципліни, основна тематика дисципліни	Навчальна дисципліна «Спортивні та рухливі ігри з методикою навчання» вибіркова освітня компонент ОПШ підготовки фахових молодших бакалаврів фахової передвищої освіти зі спеціальності 012 Дошкільна освіта. Дисципліна є соціально-виховний процес цілеспрямованого систематичного впливу на людину фізичними вправами, натуральними силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку рухових якостей, вдосконалення морфологічних та функціональних можливостей, формування та покращення головних життєво важливих рухових навичок та вмінь. Мета навчальної дисципліни: Метою вибіркової навчальної дисципліни «Спортивні та рухливі ігри з методикою навчання» є формування практичних навичок застосування фізичних вправ з метою збереження та зміцнення власного здоров'я і забезпечення фахової діяльності застосування

	<p>відповідних видів фізичних вправ для профілактики захворювань, зміцнення здоров'я та підвищення розумової і фізичної працездатності, застосування засобів фізичної культури і спорту з метою покращення здоров'я та рухової підготовленості, як складових ефективно професійної діяльності, застосування методів самоконтролю за станом здоров'я, фізичного розвитку та діяльності функціональних систем організму, дотримання гігієнічних вимог.</p> <p>В результаті вивчення курсу студенти повинні знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основи здорового способу життя й роль регулярної рухової активності в підвищенні стійкості організму людини до фізичних і розумових навантажень, окремих захворювань та шкідливих впливів зовнішнього середовища; - основи професійно-прикладної фізичної підготовки і застосування її на практиці; - основи загартування організму; - основи методики самоконтролю в процесі занять фізичними вправами; - гігієну розумової праці. <p>вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - застосовувати фізичні вправи в процесі самостійних занять і здійснювати самоконтроль за станом здоров'я; - здійснювати в соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності й у родині знання, уміння й навички, які набуті в процесі навчання.
<p>Зміст вибіркової навчальної дисципліни</p>	<p>Програма навчальної дисципліни містить 2 змістовні модулі:</p> <p>Змістовий модуль 1. Фізична культура і спорт в системі загально - людських цінностей забезпечення здоров'я і фахової дієздатності</p> <p>Тема 1. Загальна фізична і спеціальна підготовка. Оволодіння основними засобами розвитку важливих рухових якостей, навичок і умінь.</p> <p>1.1. Основні методи і способи формування умінь, навичок засобами: легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор.</p> <p>1.2. Методика проведення самостійних занять фізичними вправами. Самоконтроль.</p> <p>Тема 2. Формування головних життєво важливих фізичних і психічних якостей, рухових навичок, вольових здібностей.</p> <p>2.1. Загально-розвиваючі і спеціальні фізичні вправи для розвитку фізичних якостей засобами: гімнастики, спортивних ігор, легкої атлетики.</p> <p>2.2. Складання і виконання гімнастичних комплексів.</p> <p>Тема 3. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної та силової витривалості, координації, гнучкості. Організація фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в коледжі.</p> <p>3.1. Загально-розвиваючі і спеціальні фізичні вправи для розвитку фізичних якостей засобами: спортивних ігор.</p> <p>3.2. Складання і виконання комплексів ранкової гімнастики, рухливої перерви.</p>

	<p>Змістовий модуль 2. Фізична підготовка в системі фізичного удосконалення людини</p> <p>Тема 4. Фізична культура і основи здорового способу життя.</p> <p>4.1.Формування і закріплення життєво важливих фізичних якостей, вольових здібностей засобами: легкої атлетики,гімнастики,спортивних ігор.</p> <p>4.2.Професійно-прикладна фізична підготовка. Оволодіння засобами і прийомами підвищення працездатності.</p> <p>Тема 5. Удосконалення техніки фізичних якостей, рухових навичок і умінь засобами традиційних і нетрадиційних систем фізичних вправ.</p> <p>5.1.Удосконалення головних життєво і професійно важливих якостей, рухових і вольових умінь, навичок засобами: гімнастики, спортивних ігор, легкої атлетики.</p> <p>5.2.Самостійні заняття фізичними вправами. Загартування.</p>																													
<p>Критерії контролю та оцінювання результатів навчання</p>	<p>Поточний і підсумковий контроль проводиться на практичних заняттях шляхом прийому фізичних тестів, нормативів. Головна ціль – оптимізувати процес фізичного виховання, домогти його максимальної результативності.</p> <p>Навчальні досягнення із дисципліни «Спортивні та рухливі ігри з методикою навчання» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.</p> <p>Оцінка за змістовні модулі визначається як сума балів за :</p> <ul style="list-style-type: none"> - усні відповіді на практичних заняттях; - виконання практичних завдань; - контрольні роботи; - виконання самостійної роботи. <p>При якісному виконанні всіх умов із завдань у період навчання, студенти можуть набрати максимум 100 балів.</p> <p style="text-align: center;">Шкала оцінювання: національна та ECTS</p> <table border="1" data-bbox="619 1326 1489 1998"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Сума балів за всі види навчальної діяльності</th> <th rowspan="2">Оцінка ECTS</th> <th colspan="2">Оцінка за національною шкалою</th> <th rowspan="2"></th> </tr> <tr> <th>для екзамену, курсового проекту (роботи), практики</th> <th>для заліку</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>90-100</td> <td>A</td> <td>відмінно</td> <td>5</td> <td rowspan="4">зараховано</td> </tr> <tr> <td>82-89</td> <td>B</td> <td rowspan="2">добре</td> <td rowspan="2">4</td> </tr> <tr> <td>75-81</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>64-74</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>60-63</td> <td>E</td> <td>задовільно</td> <td>3</td> <td rowspan="2">не зараховано з можливістю повторного складання</td> </tr> <tr> <td>35-59</td> <td>FX</td> <td>незадовільно з можливістю повторного складання</td> <td>2</td> </tr> </tbody> </table>	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою			для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку	90-100	A	відмінно	5	зараховано	82-89	B	добре	4	75-81	C	64-74	D	60-63	E	задовільно	3	не зараховано з можливістю повторного складання	35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	2
Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS			Оцінка за національною шкалою																										
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку																											
90-100	A	відмінно	5	зараховано																										
82-89	B	добре	4																											
75-81	C																													
64-74	D																													
60-63	E	задовільно	3	не зараховано з можливістю повторного складання																										
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	2																											

	0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	2	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
Базова література навчальної дисципліни та інші інформаційні ресурси	<p style="text-align: center;">Основна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методичні вказівки «До самостійних занять з фізичного виховання» [Електронний ресурс] : https://vseosvita.ua/library/metodicna-rozrobka-na-temu-samostijni-zanatta-z-fizicnogo-vihovanna-558099.html 2. Методичні вказівки "Навчання техніки бігу на короткі дистанції" [Електронний ресурс] : https://manusbook.com/9082_Athletics_Book/62/ 3. Методичні вказівки щодо техніки безпеки на заняттях з фізичного виховання [Електронний ресурс] : https://vseosvita.ua/library/instrukcii-sodo-tehniki-bezpeki-na-urokah-fizicnogo-vihovanna-214963.html 4. Сергєєва, Т. П. Фізичне виховання. Методи самоконтролю фізичного стану: методичні вказівки [Електронний ресурс] : https://fr.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/03/zbirnyk-vi-mizhnarodn.konf.m.kramatorsk_-13-14.05.2020-1.pdf <p style="text-align: center;">Додаткова</p> <p>Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1994, № 14, ст.80). https://zakon.help/zakonodavstvo-ukraini/3808-12</p> <p style="text-align: center;">Інформаційні ресурси</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Комітет з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://osvitasport.org 2. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://www.olympic.org/ 				