

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Кафедра загальноєкономічної підготовки

Економічний факультет

*Семестр*

4

*Освітній ступінь*

Бакалавр

*Кількість кредитів ЄКТС*

3

*Форма контролю*

Залік

**Загальний опис дисципліни**

«Фізичне виховання», як навчальна дисципліна у закладах вищої освіти є невід'ємною складовою системи гуманітарного виховання здобувачів вищої освіти, формування загальної та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста. Педагогічний процес спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням і пов'язаних із ним знаннями для успішної наступної професійної діяльності. Фізичне виховання забезпечує загальну та спеціальну фізичну підготовку, є одним із засобів формування всебічно розвиненої особистості, збереження і зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного та психофізіологічного стану здобувачів у процесі професійної підготовки.

**Мета і завдання.** Метою викладання дисципліни є сприяння у підготовці інтелектуальних, високоосвічених, здорових, гармонійно розвинених, компетентних у вибраній спеціальності фахівців з високою і громадською позицією, готових до довголітньої високопродуктивної праці і захисту інтересів країни. У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати: основні положення організації навчального процесу з фізичного виховання, основні компоненти здорового способу життя, основи методики самоконтролю в процесі занять фізичними вправами, теоретико-методичні основи оздоровчого тренування; вміти використовувати у соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності та у сімейному житті знання й уміння і навички набуті в процесі навчання в університеті.

**Компетентності:** 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, вести здоровий спосіб життя; здатність до розуміння важливості збереження здоров'я і працездатності працівників, застосовуючи знання з безпеки життєдіяльності у професійній діяльності; здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.

**Програмні результати навчання:** зберігати і примножувати досягнення і цінності суспільства на основі розуміння місця предметної області у загальній системі знань використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового образу життя; демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя; здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем; оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

### **Зміст за темами:**

1. Легка атлетика (біг на короткі дистанції)
2. Легка атлетика (біг на середні дистанції)
3. Легка атлетика (стрибки)
4. Спортивні ігри (баскетбол).
5. Спортивні ігри (волейбол).
6. Спортивні ігри (футбол).