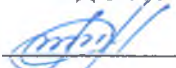
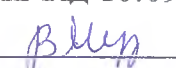


ВСП «Бобринецький АФК ім. В. Порика БНАУ»

Розглянуто та схвалено
на засідання циклової комісії
загальноосвітніх дисциплін
Протокол №1 від 30.08.2025
Голова ЦК 
Тетяна БРОШЕВАН

ЗАТВЕРДЖЕНО
на засідання циклової комісії
спеціальності НІ Агрономія
Протокол №2 від 10.09.2025
Голова ЦК 
Вікторія МУЗИКА

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «Фізичне виховання»	
Галузь знань	Н Сільське, лісове, рибне господарство та ветеринарна медицина
Спеціальність	НІ Агрономія
ОПП (рік)	Агрономія (2025 р.)
Рівень освіти	Фахова передвища освіта
Освітньо-професійний ступінь	Фаховий молодший бакалавр
Статус навчальної дисципліни	Обов'язкова
Форма навчання	Денна *
Семестр	1,2,3,4,5 (ПЗСО, КР); 5,6,7 (БСО)
Обсяг навчальної дисципліни	150 годин (5 кредитів ECTS)
Форма контролю	Залік
Мова викладання	Українська
Розробник	Бичков Богдан, спеціаліст
Предмет вивчення	Вивчає рухову діяльність людини як засіб розвитку фізичних, психічних і соціальних якостей, формування здорового способу життя та гармонійного розвитку особистості.
Мета вивчення	Метою вивчення дисципліни «Фізичне виховання» є формування фізично розвиненої, здорової та соціально активної особистості здобувача освіти, підвищення рівня фізичної підготовленості, зміцнення здоров'я та формування стійкої мотивації до ведення здорового способу життя. Дисципліна спрямована на розвиток основних фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості, гнучкості та спритності),

	<p>удосконалення рухових умінь і навичок, формування потреби у систематичних заняттях фізичною культурою та спортом.</p> <p>Вивчення дисципліни передбачає ознайомлення здобувачів освіти з основами здорового способу життя, правилами безпечного виконання фізичних вправ, методами самоконтролю за фізичним станом організму. Значна увага приділяється розвитку фізичних здібностей, вихованню дисциплінованості, відповідальності, наполегливості, а також формуванню позитивного ставлення до фізичної культури як важливої складової загального розвитку особистості.</p>
Компетентності, заплановані знання та вміння	<p>ЗК2. 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.</p> <p>ЗК3. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p>
Заплановані результати навчання	<p>РН1. Застосовувати всебічні спеціалізовані емпіричні та теоретичні знання для розв'язання практичних ситуацій у сфері агрономії.</p>

Зміст дисципліни	<p>Змістовий модуль 1. Легка атлетика та вправи загальної фізичної підготовки.</p> <p>Тема 1.1. Техніка оздоровчої ходьби та бігу.</p> <p>Тема 1.2. Техніка бігу на короткі дистанції та метання гранати.</p> <p>Тема 1.3. Техніка стрибка в довжину та бігу на витривалість.</p> <p>Тема 1.4. Техніка бігу на витривалість</p> <p>Тема 1.5. Модульний контроль</p> <p>Змістовий модуль 2. Гімнастика та атлетична гімнастика</p> <p>Тема 2.1. Акробатика. Вправи у рівновазі.</p> <p>Тема 2.2. Вправи коригуючої гімнастики.</p> <p>Тема 2.3. Вправи на гнучкість та координацію.</p> <p>Тема 2.4. Атлетична гімнастика та вправи на тренажерах.</p> <p>Тема 2.5. Модульний контроль</p> <p>Змістовий модуль 3. Теоретичні основи і практичне застосування спортивних ігор.</p> <p>Тема 3.1. Нижня пряма та верхня пряма подачі. Правила та суддівство</p> <p>Тема 3.2. Тактичні взаємодії гравців у захисті та нападі. Правила та суддівство.</p> <p>Тема 3.3. Техніка прийому та передачі м'яча двома руками. Штрафний кидок</p> <p>Тема 3.4. Тактичні взаємодії гравців у захисті та нападі. Правила та суддівство</p> <p>Тема 3.5. Контроль навиків та умінь</p> <p>Змістовий модуль 4. Гімнастика та спортивні ігри</p> <p>Тема 4.1. Практичне застосування вправ силової гімнастики та стретчингу</p> <p>Тема 4.2. Вправи на гнучкість та координацію.</p> <p>Тема 4.3. Атлетична гімнастика та вправи на тренажерах.</p> <p>Тема 4.4. Модульний контроль</p> <p>Змістовий модуль 5. Легка атлетика, основи туризму</p> <p>Тема 5.1. Техніка бігу на витривалість та метання гранати</p> <p>Тема 5.2. Техніка стрибків у довжину.</p> <p>Тема 5.3. Техніка штовхання ядра. Техніка естафетного бігу 4x100м</p> <p>Тема 5.4. Елементи топографії та орієнтування на місцевості.</p> <p>Тема 5.5. Модульний контроль</p>
Міждисциплінарні зв'язки	Біологія, фізика, психологія, математика
Система оцінювання	Оцінку на практичному занятті студент отримує за активність у процесі виконання вправ, техніку виконання вправ, контрольні нормативи, тестові завдання рівня розвитку фізичних якостей. Під час підсумкового контролю засобами оцінювання результатів навчання з дисципліни є контрольні нормативи. Поточний контроль успішності здобувачів освіти здійснюється за

	чотирирівневою шкалою - «2» незадовільний рівень, «3» задовільний рівень, «4» добрий рівень, «5» відмінний рівень.
Інформаційне забезпечення	<p>Основна література</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Айунц В. І., Мельничук Д. Р. Основи методики викладання гімнастики: Навч. Посібник. Житомир: Видавництво ЖДУ ім. Івана Франка, 2010. 76с. 2. Ахметов Р.Ф., Максименко Г.М., Кутек Т.Б. Легка атлетика: Підручник. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2013. – 340с. 3. Бірук І.Д. Настільний теніс: Навчально-методичний посібник. Рівне: НУВГП, 2014. -164с. 4. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. 5. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посіб. / В. Л. Волков. К. : Освіта України, 2008. 256 с. 6. Гімнастична термінологія: навчальний посібник / [Райтер Р. І., Завійська В. М., Іваночко В. В. та ін.] Львів: Видавництво Львівської комерційної академії, 2012. 320 с. 7. Гостішев В. М. Оздоровчі види фізичної культури: навчальний посібник / В. М. Гостішев, А. В. Свасьєв, Н. В. Богдановська. Запоріжжя: Запорізький НУ, 2010. 180 с. 8. Легкоатлетичні вправи: навч. посіб. / уклад.: О. В. Гацко, Т. Г. Диба, Н. П. Гнутова. К.: Київ, ун-т ім. Б. Грінченка, 2012. 148с. 9. Спортивні ігри. Загальні основи теорії і методики спортивних ігор : [навч. посіб. для вищ. навч. закладів у 2 т. Т. 1] / [ред. Ж. Л. Козіна]. Х.: Точка, 2010. 200 с. 10. Славітяк О.С. Атлетична гімнастика: Навчальний посібник.; Миколаїв: НАУ імені В.О.Сухомлинського, 2016. – 154 с. 11. Теорія і методика фізичного виховання : підр. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2-х томах / Т. Ю. Круцевич. К. : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 390 с., Т. 2. 367 с. <p>Інформаційні ресурси</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техніка безпеки при виконанні фізичних вправ вдома. [Електронний ресурс] – URL: https://www.youtube.com/watch 2. Тренування в домашніх умовах. Лише 20 хв в день. [Електронний ресурс] – URL: https://www.youtube.com/watch 3. Фітнес аеробні вправи. [Електронний ресурс] – URL: https://www.google.com/search 4. Тренування для пресу. [Електронний ресурс] – URL: https://www.youtube.com/watch