

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ»

АНОТАЦІЯ КУРСУ

У межах курсу викладання дисципліни курсанти продовжують вдосконалення військово-прикладних рухових навичок професійної спрямованості, розвиток загальних та спеціальних фізичних якостей, які сприяють забезпеченню функціональної готовності до службової діяльності.

У рамках вдосконалення компонентів методичної підготовленості здійснюється формування компетентностей, які забезпечують необхідний рівень проведення фізичної підготовки у військових підрозділах.

Теоретична складова курсу має на меті створення первинних знань про фізіологічні основи рухової активності людини та базових знань про організацію та проведення фізичної підготовки в підрозділі.

ТРИВАЛІСТЬ КУРСУ

5 кредити (150 годин): 90 години аудиторної роботи, 60 годин самостійної роботи.

МЕТА КУРСУ

Мета курсу – формування фізичної готовності до виконання завдань за призначенням, вдосконалення методичних та організаційних компетентностей, які забезпечують виконання функціональних (службових) обов'язків у галузі фізичної підготовки.

Програмні результати навчання за навчальною дисципліною:

Випускник повинен:

Знати:

мету, загальні і спеціальні задачі фізичної підготовки; основи проведення всіх форм фізичної підготовки;

засоби регулювання фізичного навантаження на військовослужбовців при виконанні фізичних вправ;

зміст і послідовність вивчення фізичних вправ;

зміст ВСК та Військово-спортивної класифікації;

засоби, форми та порядок організації фізичної підготовки в підрозділах Національної гвардії України;

систему перевірки, оцінки фізичної та методичної підготовленості військовослужбовців;

вимоги особистої та загальної гігієни;

мету, зміст і порядок обліку фізичної підготовки в підрозділах; порядок всебічного забезпечення фізичної підготовки за профілем служби.

Уміти:

виконувати встановлені програмою вправи та дії, а також вправи і вимоги ВСК, спортивної та Військово-спортивної класифікації., навчати окремим вправам по програмі фізичної та спеціальної фізичної підготовки при проведенні практичних занять;

організувати і проводити заняття зі спеціальної та загально-фізичної підготовки; надавати допомогу та страхувати при виконанні фізичних вправ і прийомів рукопашного бою, перевіряти та оцінювати фізичну підготовленість військовослужбовців, організувати роботу по Військово-спортивному комплексу, проводити змагання по спортивним і військово-прикладним видам спорту.

Володіти:

методикою навчання окремим вправам по програмі фізичної та спеціальної фізичної підготовки при проведенні практичних занять;
 культурою фізичного самовдосконалення.
 Мати уявлення (бути ознайомленим) з:
 з організацією фізичної підготовки офіцерів;
 зі змістом і методами самостійного тренування та засобами самоконтролю за функціональним самопочуттям.

ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАННЯ

Навчальний курс дисципліни передбачає практичне оволодіння фізичними вправами, прийомами та діями, які забезпечують необхідний рівень функціональної готовності до виконання завдань за призначенням. Основним видом навчальних занять є практичні заняття навчально-тренувальної спрямованості. Формування методичних навичок у проведенні заходів фізичної підготовки здійснюється під час навчально-методичних занять (змістовий модуль «Методична підготовка»), а також шляхом залучення до методичної практики при проведенні інших форм фізичної підготовки. Основними положеннями теорії фізичної підготовки курсанти оволодівають шляхом самостійного вивчення під час підготовки до навчально-тренувальних та навчально-методичних занять. В ході вивчення курсу передбачається вхідний, поточний, проміжний (рубіжний) та підсумковий контроль. Вхідний контроль передбачає вступні випробування з метою визначення рівня розвитку фізичних якостей. Поточний контроль проводиться в процесі проведення навчальних занять та має на меті визначити рівень оволодіння окремими фізичними вправами прийомами та діями. Рубіжний (проміжний) контроль проводиться в кінці кожного семестру протягом періоду навчання у вигляді семестрових заліків з оцінкою та призначений для визначення рівня фізичної підготовленості на кожному логічно завершеному етапі навчання. Підсумковий контроль спрямований на визначення рівня фізичної підготовки курсантів та проводиться у вигляді підсумкового екзамену в кінці періоду навчання.

ОЦІНЮВАННЯ

Оцінювання знань курсантів здійснюється відповідно до «Положення про оцінювання знань слухачів (курсантів, студентів) в Національній академії Національної гвардії України».

Компетентності, які курсант набуде в результаті навчання:

Таблиця 1.

Компетентності та оцінювання рівня їх досягнення курсантами

Шифр	Компетентність	Ступінь сформованості компетентності	Оцінювання
ІК	Здатність особи розв'язувати складні задачі і проблеми тилового забезпечення військових частин у процесі службово-бойової діяльності, що передбачає проведення досліджень та здійснення інновацій й характеризується невизначеністю умов і вимог	Повністю. Співвідноситься з метою курсу.	Поточне, рубіжне (залік), підсумкове (екзамен)
ЗК 1	Здатність розв'язувати	Повністю.	Поточне, рубіжне

	проблеми у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності	Співвідноситься з метою курсу.	(залік), підсумкове (екзамен)
РН 1	Уміти та мати необхідні навички щодо розв'язання проблем у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності	Повністю. Співвідноситься з метою курсу.	Поточне, рубіжне (залік), підсумкове (екзамен)

ПОТОЧНЕ ОЦІНЮВАННЯ

Поточне оцінювання здійснюється на групових заняттях шляхом усного або письмового опитування. Крім того, на цих заняттях оцінюються якість та повнота відпрацювання графічних і текстових документів. На семінарських заняттях оцінюється ступінь засвоєння теоретичного матеріалу шляхом заслуховування підготовленої доповіді та/або розгорнутої відповіді на питання, запропоновані викладачем для обговорення.

МОДУЛЬНИЙ КОНТРОЛЬ (ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ)

Знання слухачів оцінюються за національною (чотирибальною - "відмінно", "добре", "задовільно", "незадовільно") шкалою, шкалою ECTS (A, B, C, D, E, F, FX) і за 100 бальною шкалою академії.

Загальні критерії оцінювання знань та їх відповідність шкалам оцінювання наведені у таблиці 2:

Таблиця 2

За шкалою ECTS	За національн ою шкалою	За шкалою академії	Критерії оцінювання
A "Відмінно"	Відмінно	90-100	Слухач виявив всебічні, систематичні та глибокі знання навчального матеріалу дисципліни, передбаченого програмою; засвоїв основну та додаткову літературу, рекомендовану програмою; проявив творчі здібності в розумінні, логічному, стислому та ясному трактуванні навчального матеріалу; засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни, їх значення для подальшої професійної діяльності.
B "Дуже добре"	Добре	82-89	Слухач виявив систематичні та глибокі знання навчального матеріалу дисципліни вище середнього рівня; продемонстрував уміння вільно виконувати завдання, передбачені програмою; засвоїв літературу, рекомендовану програмою; засвоїв

За шкалою ECTS	За національн ою шкалою	За шкалою академії	Критерії оцінювання
			взаємозв'язок основних понять дисципліни, їх значення для подальшої професійної діяльності.
C "Добре"		75-81	Слухач виявив загалом добрі знання навчального матеріалу дисципліни при виконанні передбачених програмою завдань, але припустив низку помітних помилок; засвоїв основну літературу, рекомендовану програмою; показав систематичний характер знань з дисципліни; здатний до самостійного використання та поповнення надбаних знань у процесі подальшої навчальної роботи та професійної діяльності.
D "Задовільно"	Задовільно	66-74	Слухач виявив знання навчального матеріалу дисципліни у обсязі, необхідному для подальшого навчання та майбутньої професійної діяльності; справився з виконанням завдань, передбачених програмою; ознайомився з основною літературою, рекомендованою програмою; припустив значну кількість помилок або недоліків у відповідях на запитання при співбесідах, тестуванні та при виконанні завдань тощо, принципів, які може усунути самостійно.
E "Достатньо"		60-65	Слухач виявив знання основного навчального матеріалу дисципліни в мінімальному обсязі, необхідному для подальшого навчання та майбутньої професійної діяльності; в основному виконував завдання, передбачені програмою; ознайомився з основною літературою, рекомендованою програмою; припустив помилки у відповідях на запитання при співбесідах, тестуванні та при виконанні завдань тощо, які може усунути лише під керівництвом та за допомогою викладача.
FX "Незадовільно"	Незадовільно	35-59	Слухач має значні прогалини в знаннях основного навчального матеріалу дисципліни; допускав принципові помилки при виконанні передбачених програмою завдань.
F "Незадовільно"		1-34	Слухач не мав знань зі значної частини матеріалу; допускав принципові помилки при виконанні більшості передбачених програмою завдань; не спроможний самостійно засвоїти програмний матеріал.

На заліку оцінка виводиться за окремими оцінками за відповіді на запитання білета.

При двох окремих оцінках виводиться:

«Відмінно» (А), якщо обидві оцінки «відмінно» (А).

«Добре» (В), якщо:

- одна оцінка «відмінно» (А), а друга «добре» (В);
- обидві оцінки «добре» (В).

«Добре» (С), якщо:

- одна оцінка «відмінно» (А), а друга «добре» (С) або «задовільно» (D або E);
- обидві оцінки «добре» (В або С).

«Задовільно» (D), якщо:

- обидві оцінки «задовільно» (D);
- одна оцінка «добре» (В або С), а друга - «задовільно» (D або E).

«Задовільно» (E), якщо:

- обидві оцінки «задовільно» (E).

«Незадовільно» (F або FX), якщо одна з окремих оцінок «незадовільно» (F або FX).

При трьох і чотирьох окремих оцінках виводиться:

«Відмінно» (А), якщо в окремих оцінках не більш однієї оцінки «добре» (В або С), а решта — «відмінно» (А);

«Добре» (В), якщо в окремих оцінках не більш однієї оцінки «задовільно» (D);

«Добре» (С), якщо в окремих оцінках не більш однієї оцінки «задовільно» (E);

«Задовільно» (D), якщо в окремих оцінках не більш двох оцінок «задовільно» (E);

«Задовільно» (С), якщо в окремих оцінках не більш однієї оцінки «незадовільно» (F або FX);

«Незадовільно» (F або FX), якщо в окремих оцінках більше однієї оцінки «незадовільно» (F або FX).

При проведенні заліку у формі комп'ютерного тестування оцінка за тестові завдання виставляється:

«відмінно» (А), якщо надано понад 90% правильних відповідей;

«добре» (В), якщо надано 82-89% правильних відповідей;

«добре» (С), якщо надано 75-81% правильних відповідей;

«задовільно» (D), якщо надано 66-74% правильних відповідей;

«задовільно» (E), якщо надано 60-65% правильних відповідей;

«незадовільно» (FX), якщо надано 35-59% правильних відповідей;

«незадовільно» (F), якщо надано 1-34% правильних відповідей.

Підсумкова оцінка формується через розподіл балів між поточним контролем та заліку у співвідношенні 60% оцінки за практичні дії, семінари, поточний контроль і 40% за результати екзамену.

ПОЛІТИКА КУРСУ («ПРАВИЛА ГРИ»)

- Курс передбачає виконання індивідуальних та групових завдань та роботу в складі підрозділу.
- Знання навички та уміння, які отримано під час навчальних занять, можуть бути використані під час проведення інших форм фізичної підготовки.
- Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін.
- У випадку пропуску заняття з поважної причини, курсант відпрацьовує навчальні питання під час самостійної підготовки та при проведенні інших форм фізичної підготовки.
- В ході вивчення дисципліни не допустимо порушення академічної доброчесності.