

АНОТАЦІЯ

навчальної дисципліни « **Фізичне виховання** »

Галузь знань 07 Управління та адміністрування

Спеціальність 076 "Підприємництво, торгівля та біржова діяльність"

Статус: обов'язкова

Курс II,III.

Семестр 4,5.

Загальний обсяг дисципліни: 180 год, 6 кредитів ECTS

Мета вивчення навчальної дисципліни: сприяння у підготовці всебічно розвинутих молодих спеціалістів, збереження і зміцнення здоров'я, фізичної підготовленості студентів до високопродуктивної праці і захисту Батьківщини.

Основні завдання навчальної дисципліни :

- розвиток у студентів основних фізичних якостей та рухових здібностей;
- формування життєво важливих рухових навичок та вмінь;
- набуття елементарних знань у галузі фізичної культури, гігієни та здорового способу життя;
- виховання інтересу і звички до занять фізичними вправами;
- виховання бережливого ставлення до здоров'я;
- формування основ здорового способу життя та безпеки життєдіяльності;
- формування усвідомленої індивідуальної установки на необхідність розвивати свої фізичні якості та рухові здібності;
- виховання морально-вольових і психологічних якостей особистості.

Зміст навчальної дисципліни (перелік тем):

- Основи здорового способу життя. Гігієнічні основи фізичних вправ. Гігієна розумової праці ;
- Вплив занять фізичними вправами на організм людини. Лікарський контроль і самоконтроль. Основи лікувальної фізичної культури (ЛФК);
- 1. Легка атлетика;
- 2.1 Баскетбол;
- 2.2 Волейбол;
- 3. Гімнастика;
- 4. Професійно прикладна фізична підготовка;
- 5. Туризм.

У результаті засвоєння дисципліни у здобувачів освіти будуть сформовані наступні компетентності:

<p>Загальні компетентності</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Здатність до абстрактного мислення; здатність вчитися і бути сучасно навченим; - Знання та розуміння предметної області та розуміння професії; - Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; - Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми; - Здатність до адаптації та дії в новій ситуації; здатність працювати автономно;
<p>Спеціальні предметні компетентності</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Володіння технікою виконання основних рухових навичок на вмінь; - Володіння навичками самоконтролю за реакціями організму на фізичне навантаження; - Вміння скласти комплекси ранкової гігієнічної гімнастики фізкультурної паузи та хвилинки; - Вміння скласти комплекси вправ, які сприяють розвитку фізичних якостей; - Вміння застосовувати систематичне фізичне тренування оздоровчої спрямованості; - Знання основи професійно-прикладної фізичної підготовки і вміння застосовувати їх на практиці; - Вміння користуватись загальною професійною прикладною фізичною підготовкою.
<p>Результати навчання</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формувати цілі та визначати структуру особистої діяльності на підставі результату аналізу певних суспільних та особистих потреб; - Дотримуватись здорового способу життя, користуватись прийомами саморегуляції та самоконтролю; - Застосовувати комплекси фізичних вправ для підвищення ефективності праці з урахуванням особливостей

	<p>прикладної професійної фахової діяльності;</p> <ul style="list-style-type: none">- Розуміти соціальну роль фізичного виховання в розвитку особистості;- Пропагувати здоровий спосіб життя в суспільстві та у своєму майбутньому трудовому колективі.
--	--

Форма підсумкового контролю - залік