

# АНОТАЦІЯ

навчальної дисципліни « **Фізичне виховання** » (факультатив)

**Галузь знань** 07 Управління та адміністрування

**Спеціальність** 071 "Облік і оподаткування"

**Статус: вибіркова**

**Курс I, II.**

**Семестр 1, 2, 3.**

**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):**

- Фізичне виховання як навчальна дисципліна в вищих навчальних закладах I - II рівня акредитації. Фізична культура в системі загальнолюдських цінностей;
- Природничо-наукові основи фізичного виховання. Основи здорового способу життя. Гігієнічні основи фізичних вправ. Гігієна рухомої праці;
- 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:**

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

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

**Форма підсумкового контролю - залік**