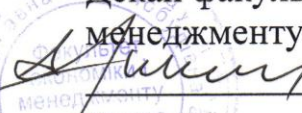

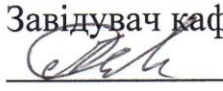


Донбаська державна машинобудівна академія

кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:
Дека́н факультету економіки і менеджменту
 С. В. Мироненко
« 07 09 » _____ 2020 р.



Розглянуто і схвалено на засіданні
кафедри фізичного виховання і спорту
Протокол № 21 від 27.08.2020 р.
Завідувач кафедри
 О. М. Олійник
« ____ » _____ 2020 р

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

(шифр і назва навчальної дисципліни)

напря́м підготовки	<u>Всі напрями підготовки</u> (шифр і назва напрямку підготовки)
спеціальність	<u>Всі спеціальності</u> (шифр і назва спеціальності)
Спеціалізація	<u>Відділення спортивного виховання з шахів</u> (назва спеціалізації)
інститут, факультет, відділення	<u>Денне відділення</u>

Факультет економіки і менеджменту

Розробник: Олійник О.М. – старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту

2020 рік

1 Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – позакредитна	Галузь знань <u>всі</u> (шифр і назва)	4г. – нормативна
	Напрямок підготовки <u>всі</u> (шифр і назва)	Рік підготовки:
Модулів – 3	Спеціальність (професійне спрямування): <u>всі</u>	1-5
Змістових модулів 8 (на кожному курсі)		Семестр
		1-9
		Лекції
		1 курс – 2 год.
		Практичні, семінарські
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____		Всі – 132 год.
(назва)		Лабораторні
Загальна кількість годин 1-5 курс – 264	-	
	Самостійна робота	
	122 год.	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента - 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр, спеціаліст, магістр	Індивідуальні завдання: 1-5 курс – 10 год.
		Вид контролю: 1 курс (1 – 2 сем., залік) 2 курс (3 – 4 сем., залік) 3 курс (5 – 6 сем., залік) 4 курс (7 – 8 сем., залік) 1 курс маг. (9 сем. залік)

Примітка.

Навчальні заняття для студентів 1-5 курсів відділення спортивного виховання з шахів усіх спеціальностей організуються в обсязі 4-х годин обов'язкових занять на тиждень.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить – 4/4.

2 Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни «Фізичне виховання» у вищому закладі освіти – послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти («бакалавр», «магістр»).

Робоча навчальна програма відділення спортивного виховання є обов'язковою для виконання її змісту студентами денної форми навчання, які обрали даний вид спорту спеціалізацію впродовж періоду навчання в академії (5 років).

Методологічною основою програми є чинні державні документи, що регламентують фізичне виховання як обов'язкову дисципліну.

Програма ґрунтується на концептуальних засадах законів України «Про фізичну культуру і спорт», «Про освіту», Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації», Концепції фізичного виховання в системі освіти України, Державних вимогах до навчальних програм з фізичного виховання, Державних стандартів вищої освіти та інших документах, що видані Міністерством освіти і науки України.

Для досягнення мети фізичного виховання студентів передбачається комплексне вирішення наступних **завдань**:

- зміцнення здоров'я, підвищення рівня життєдіяльності та опірності організму діям несприятливих чинників навколишнього середовища шляхом систематичних занять обраними формами та видами фізичної культури в обсязі індивідуальної рухової діяльності 8-10 годин на тиждень;

- виховання у студентській молоді мотивації до систематичних занять фізичними вправами протягом всього життя з метою фізичного самовдосконалення;

- набуття знань з основ теорії, методики та організації фізичного виховання в системі забезпечення здорового способу життя і навчання прикладному їх використанню щодо удосконалення свого організму та членів своєї родини, сім'ї;

- формування практичних умінь і навичок з основ методики самоконтролю в процесі фізичного вдосконалення, оцінки фізичного стану та рівня фізичної підготовленості;

- включення студентів в реальну фізкультурно-спортивну діяльність для творчого засвоєння цінностей фізичної культури і спорту з метою гармонійного розвитку та зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я, підготовки їх до майбутньої професії;

- набуття теоретичних знань та вдосконалення спортивно-технічних умінь і навичок з обраного виду спорту, підвищення функціональних можливостей організму, розвиток і вдосконалення фізичних якостей та спортивної майстерності.

Вирішення завдань фізичного виховання студентів забезпечується за допомогою двох взаємозалежних змістовних дидактичних компонентів: обов'язкового базового, який формує основи фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти (бакалавр, спеціаліст, магістр), і елективного, який ґрунтується на базовому і доповнює його з урахуванням професійної фізичної підготовки, індивідуальних мотивів, інтересів і потреб, стану здоров'я студентів.

Показниками оволодіння необхідними **рівнями знань і умінь** з фізичного виховання випускника вищого навчального закладу є:

- знання і дотримання основ здорового способу життя;

- знання основ методики оздоровлення і фізичного удосконалення традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури;

- знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і умінь застосувати їх на практиці в своїй фізичній активності;

- знання основ професійно-прикладної фізичної підготовки і умінь застосувати їх на практиці;

- умінь використовувати фізичні вправи з метою збереження та зміцнення власного здоров'я і забезпечення фахової дієздатності;

- умінь застосовувати методи самоконтролю за станом здоров'я, фізичного розвитку та діяльності функціональних систем організм;

- умінь використовувати природні чинники з метою зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та стійкості до захворювань;

- стійкий навик до щоденних занять фізичними вправами в різноманітних раціональних формах;
- систематичне фізичне тренування з спортивною спрямованістю.

3 Програма навчальної дисципліни 1-5 курс

Модуль 1. Загально кондиційна фізична підготовка.

Змістовий модуль 1.1. Загальна фізична підготовка (ЗФП).

Змістовий модуль 1.2. Спеціальна фізична підготовка (СФП).

Змістовий модуль 1.3. Спеціалізація.

Модуль 2. Професійно-прикладна фізична підготовка.

Змістовий модуль 2.1. Спеціальна фізична підготовка (СФП).

Змістовий модуль 2.2. Спеціалізація.

Змістовий модуль 2.3. Загальна фізична підготовка (ЗФП).

Модуль 3. Теорія і методика фізичного виховання.

Змістовий модуль 3.1. Теоретична підготовка.

Змістовий модуль 3.2. Методична підготовка.

4 Структура навчальної дисципліни

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		лекції	практ.	лабор.	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1. Загально кондиційна фізична підготовка.						
Змістовий модуль 1.1. Загальна фізична підготовка (ЗФП).						
Тема 1.1.1. ЗФП засобами легкої атлетики.	12		6			6
Тема 1.1.2. ЗФП засобами атлетичної гімнастики.	12		6			6
Тема 1.1.3. ЗФП засобами спортивних ігор.	12		6			6
Разом за зміст. модулем	36		18			18
Змістовий модуль 1.2. Спеціальна фізична підготовка (СФП).						
Тема 1.2.1. Розвиток спеціальних рухових якостей.	18		10			8
Разом за зміст. модулем	18		10			8
Змістовий модуль 1.3. Спеціалізація.						
Тема 1.3.1. Техніка обраного виду спорту.	34		16			18
Тема 1.3.2. Тактика обраного виду спорту.	12		6			6
Тема 1.3.3. Ігрова (для секцій з ігрових видів спорту) та змагальна діяльність.	10		10			
Разом за зміст. модулем	56		32			24
Усього годин за модуль	110		60			50
Модуль 2. Професійно-прикладна фізична підготовка.						
Змістовий модуль 2.1. Спеціальна фізична підготовка (СФП).						
Тема 2.1.1. Розвиток спеціальних рухових якостей.	12		6			6

Разом за зміст. модулем	12		6			6
Змістовий модуль 2.2. Спеціалізація.						
Тема 2.2.1. Техніка обраного виду спорту.	42		22			20
Тема 2.2.2. Тактика обраного виду спорту.	38		22			16
Тема 2.2.3. Ігрова (для секцій з ігрових видів спорту) та змагальна діяльність.	24		14			10
Разом за зміст. модулем	104		58			46
Змістовий модуль 2.3. Загальна фізична підготовка (ЗФП).						
Тема 2.3.1. ЗФП засобами легкої атлетики.	16		8			8
Разом за зміст. модулем	16		8			8
Усього годин за модуль	132		72			60
Модуль 3. Теорія і методика фізичного виховання.						
Змістовий модуль 3.1. Теоретична підготовка.						
Тема 3.1.1. Основи фізичної і психологічної підготовки в обраному виді спорту.	2					2
Тема 3.1.2. Основи технічної і тактичної підготовки в обраному виді спорту.	2					2
Тема 3.1.3. Спорт в системі формування особистості.	2					2
Разом за зміст. модулем	6					6
Змістовий модуль 3.2. Методична підготовка.						
Тема 3.2.1. Основи методики фізичного тренування.	2					2
Тема 3.2.2. Методика технічної і тактичної підготовки в обраному виді спорту.	12				10	2
Тема 3.2.3. Методика побудові самостійних занять фізичними вправами.	2					2
Разом за зміст. модулем	16				10	6
Усього годин за модуль	22				10	12
Усього годин	264		132		10	122

6 Теми практичних занять

ВІДДІЛЕННЯ СПОРТИВНОГО ВИХОВАННЯ З ШАХІВ

1	2	3	4	5	6
Модуль 1. Загально кондиційна фізична підготовка					
1	4	1, 2, 3	1.1 1.2 2.1 3.3	Заняття 1, 2 1. Вхідний контроль: виконати тести для визначення функціональної і фізичної підготовленості, рівня фізичного розвитку.	
2	4	1, 2, 3	1.1 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 3,4. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки захисту Німцовича; - консультаційні партії; 1. Сприяти розвитку розумової діяльності. Аналіз партій та типових позицій	
3	4	1, 2, 3	1.1 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 5,6. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - жертва пішки за ініціативу - ізольована пішка у центрі дошки - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності: вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
4	4	1, 2, 3	1.1 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 7,8. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - Будапештський гамбіт - Англійський початок - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
5	4	1, 2, 3	1.1 1.2 2.1 3.1 3.2	Заняття 9,10. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - слон проти коня - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
6	4	1, 2, 3	1.1 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 11,12. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - Захист Беноні - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	

7	4	1, 2, 3	1.1 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 13,14. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - ферзевий гамбіт - пішкові закінчення - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
8	2	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 15. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - скандинавський захист - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
8	2	1, 2, 3	1.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 16. 1. Виконати контрольні нормативи з розділу ЗФП	
9	4	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 17,18. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
10	4	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 19,20. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки захисту - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
11	4	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 21,22. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - захист 2 коней - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
12	4	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 23,24. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - швидкі закінчення - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
13	4	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 25,26. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - дебют 4 коней - вдосконалення техніки швидкої гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та	

				типових позицій.	
14	4	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 27, 28. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - дебют 4 коней - вдосконалення техніки швидкої гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
15	2	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 29 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - дебют 4 коней - вдосконалення техніки швидкої гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
15	2	1, 2, 3	1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3	Заняття 30. 1. Виконати контрольні нормативи з розділу ЗФП, СФП і спеціалізація.	
	60			Всього	
Модуль 2. Професійно-прикладна фізична підготовка					
1	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 1,2. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - дебют Реті - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
2	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 3,4. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - Використання Французького захисту у грі. - Використання Захисту Каро-Канн у грі. - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів	
3	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 5,6. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - Волзьський гамбіт - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів	
4	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 7,8. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - королівський гамбіт - консультаційні партії	

				2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
5	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 9,10. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності.	
6	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 11,12. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - Захист Альохіна - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
7	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 13,14. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - дебют ферзевих пішок - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
8	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 15,16 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
9	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 17, 18 1. Виконати контрольні нормативи з розділу СФП і спеціалізація.	
Модуль 2. Професійно-прикладна фізична підготовка					
1	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 1,2. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - ладійні закінчення - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
2	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 3,4. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	

3	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 5,6. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - ладійні закінчення - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
4	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 7,8. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - Захист Альохіна - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
5	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 9,10. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - дебют Реті - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій.	
6	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 11,12. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
7	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 13,14. 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - ладійні закінчення - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
8	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 15, 16 1. Вдосконалити техніко-тактичних дій: - вдосконалення техніки гри - консультаційні партії 2. Сприяти розвитку розумової діяльності. Вирішення задач та етюдів. Аналіз партій та типових позицій	
9	4	1, 2	1.1 2.1 2.2 2.3	Заняття 17, 18 1. Виконати контрольні нормативи з розділу СФП і спеціалізація.	
	36			Всього за модуль	
	132			Всього за курс	

7 Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Загальна фізична підготовка засобами легкої атлетики.	14
2	Загальна фізична підготовка засобами атлетичної гімнастики.	6
3	Загальна фізична підготовка засобами спортивних ігор.	6
4	Розвиток спеціальних рухових якостей.	14
5	Техніка обраного виду спорту.	38
6	Тактика обраного виду спорту.	22
7	Ігрова (для секцій з ігрових видів спорту) та змагальна діяльність.	10
8	Фізична культура і система фізичного виховання у вищих навчальних закладах.	2
9	Фізична культура і основи здорового способу життя студента.	2
10	Фізична підготовка в системі фізичного удосконалення людини.	2
11	Загальні основи системи спортивної підготовки в обраному виді спорту.	2
12	Роль та місце спорту в житті людини і суспільства. Олімпійський рух в Україні.	2
13	Загальні положення методики підготовки в обраному виді спорту.	2
14	Методика використання засобів фізичного виховання для усунення відхилень у стані здоров'я.	2
	Разом	122

7 Індивідуальні завдання

На протязі навчального року студенти паралельно з аудиторними практичними заняттями виконують індивідуальні домашні завдання орієнтовані на:

– зміцнення здоров'я, удосконалення статури, головних життєво і професійно важливих фізичних і психічних якостей, рухових і вольових навичок і умінь обраними видами спорту; професійно-прикладної фізичної підготовки, загартування та інших систем фізичних вправ;

– формування індивідуальної системи допоміжних засобів і прийоми підвищення працездатності та прискорення її відновлення при різноманітних видах праці.

При виборі об'єму, інтенсивності і дозування фізичного навантаження, тривалості індивідуальних тренувальних занять необхідно враховувати стан здоров'я, дані фізичного розвитку і фізичної підготовленості, функціональні можливості організму студентів.

8 Методи навчання

У процесі фізичного виховання використовуються традиційні і нетрадиційні засоби і методи фізкультурної освіти та фізичного удосконалення.

Добір засобів і методів здійснюється за розсудом викладачів з урахуванням фізкультурних і спортивних інтересів та індивідуальних особливостей тих, хто займається, рівня їхнього здоров'я, фізкультурної освіти, фізичної підготовленості, наявності умов для занять, екологічного добробуту.

Під час засвоєння програмного матеріалу з дисципліни фізичне виховання використовуються такі методи навчання: словесний, фізичних вправ та спостереження.

Зазначені методи є універсальними і тому використовуються під час лекційних та практичних занять, а також в самостійній роботі студентів.

Зокрема словесний метод передбачає використання розповіді, інструктажу, бесіди, пояснення, вказівки, команди, самонаказу.

Засвоєння техніки рухових дій, яка вивчається передбачає використання методу фізичних вправ (підготовчого, допоміжного і основного методів). Відповідний метод реалізується за допомогою співвідношення потужності та об'єму рухової дії у різних варіаціях (максимальна потужність та малий об'єм, середня потужність та малий об'єм, середня потужність та субмаксимальний об'єм, мала потужність та максимальний об'єм рухової дії).

Під час вивчення нових фізичних вправ та вдосконаленні вже засвоєних використовується метод демонстрації техніки фізичної вправи викладачем.

Крім цього, досить широко використовуються методи образно-наглядної демонстрації (таблиці, схеми, малюнки, комп'ютерна техніка, локальні та комплексні багатofункціональні тренажерні системи).

9 Методи контролю

Засвоєння програми фізичного виховання передбачає систему контрольних заходів, що включає оперативний, поточний, підсумковий контроль і підсумкову атестацію.

Оперативний контроль забезпечує інформацію про хід виконання студентами окремих видів навчальної роботи.

Поточний контроль ставить своїм завданням виявити ступінь засвоєння студентами окремих розділів і тем робочої навчальної програми з фізичного виховання.

Формами і методами оперативного і поточного контролю є педагогічні спостереження: виконання теоретичних контрольних робіт, практичних завдань, вправ і тестів.

Підсумковий контроль проводиться після закінчення логічно завершеної частини занять з фізичного виховання (модуля), результати якого враховуються при виставленні підсумкової оцінки з дисципліни за навчальний рік (залік).

Фізична підготовленість перевіряється і оцінюється за результатами виконання нормативів оцінки фізичної підготовленості студентів.

Передбачається використання модульно-рейтингової системи оцінювання знань. Основною формою контролю знань студентів в кредитно модульній системі є складання студентами всіх запланованих модулів. Формою контролю є накопичувальна система. Складання модуля передбачає виконання

студентом комплексу заходів, запланованих кафедрою і передбачених триместровим графіком навчального процесу та контролю знань студентів, затверджених деканом факультету.

Підсумкова оцінка за кожний модуль виставляється за 100-бальною шкалою. При умові, що студент успішно здає всі контрольні нормативи, набравши з кожної з них не менше мінімальної кількості балів, необхідної для зарахування відповідної контрольної точки, самостійно виконує і успішно захищає письмову контрольну роботу, та має за результатами роботи в триместрі підсумковий рейтинг не менше 55 балів, то за бажанням студента в залежності від суми набраних балів йому виставляється підсумкова залікова оцінка за національною шкалою і шкалою ECTS. Переведення набраних студентом балів за 100-бальною шкалою в оцінки за національною (5-бальною) шкалою та шкалою ECTS здійснюється в відповідності до *таблиці 1*:

Таблиця 1

Рейтинг студента за 100-бальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS
90-100 балів	відмінно	A
81-89 балів	добре	B
75-80 балів	добре	C
65-74 балів	задовільно	D
55-64 балів	задовільно	E
30-54 балів	незадовільно з можливістю повторного складання	FX
1-29 балів	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	F

**10 Система оцінки модульних вимог з фізичної підготовленості студентів
ВІДДІЛЕННЯ СПОРТИВНОГО ВИХОВАННЯ З ШАХІВ**

Модуль 1. Загально кондиційна фізична підготовка			
Семестр	Навч. тиждень	Найменування розділу	Контрольні тести і нормативи
			Чоловіки та жінки
I, IV, VII, X, XIII	8	Розділ №1. ЗФП	1. тест Руфє
	15		
	15	Розділ №2. СФП	1.тест Люшера,сек.
	15	Розділ №3. Спеціалізація	1. захист Уфїмцева
Модуль 2. Професійно-прикладна фізична підготовка			
II, V, VIII, XI, XIV	9	Розділ №2. СФП	1.тест на оперативність мислення
	9	Розділ №3. Спеціалізація	1.захист Тарраша
III, VI, IX	9	Розділ №1. ЗФП	1. проба Ромберга
	9	Розділ №2. Спеціалізація	1.Словянський захист
Модуль 3. Теорія і методика фізичного виховання			
III	9	Теоретична підготовка. Методична підготовка.	1. Контрольна робота.
VI	9		
IX	9		
XI	9		
XIII	15		

**Оцінка виконання контрольних нормативів фізичної підготовленості студентів
спортивного учбового відділення з шахів (чоловіки та жінки)**

Бали	Модуль 1			Модуль 2			
	Тест з теорії шахових дебютів (10 питань)	Рішення шахових задач з теорії дебютів (20 позицій)	Перевірка знань з дебюту (5 основних варіантів заданого дебюту)	Тест з теорії тактичних прийомів (10 питань)	Рішення шахових задач з тактики (25 позицій)	Рішення шахових етюдів по тактиці (10 позицій)	
A	100	10	20	5	10	25	10
	99						
	98		19			24	
	97						
	96						
	95	9	18		9	23	9
	94						
	93						
	92		17			22	
	91						
90	8		4.5	8		8	
B	89		16			21	
	88						
	87						
	86		15			20	
	85	7		4	7		7
	84						
	83		14			19	
	82						
81							
C	80	6	13		6	18	6
	79						
	78						
	77					17	
	76						
	75		12	3.5			
D	74	5			5	16	5
	73						
	72					15	
	71						
	70	4	11		4	14	4
	69						
	68					13	
	67						
	66					12	
	65		10	3			
E	64	3			3	11	3
	63						
	62					10	
	61						
	60		9			9	
	59	2			2		2
	58					8	
	57						
	56					7	
	55		8	2.5			
FX	50		7			6	
	45		6	2		5	
	40	1	5		1	4	1
X	30		4	1.5		3	
	20		3			2	
	10		1	1		1	
	0						

1 курс маг.

Бали		Модуль 1			Модуль 2		
		Тест з теорії шахових дебютів (15 питань)	Тест з теорії міттельшпіля (10 питань)	Розв'язування шахових задач з теорії міттельшпіля (20 позицій)	Тест з теорії ендшпіля (10 питань)	Рішення шахових задач з ендшпілю (25 позицій)	Розв'язування шахових етюдів з ендшпілю (10 позицій)
A	100	15	10	20	10	25	10
	99						
	98			19		24	
	97						
	96						
	95	14	9	18	9	23	9
	94						
	93						
	92			17		22	
	91						
90	13	8		8		8	
B	89			16		21	
	88						
	87						
	86			15		20	
	85	12	7		7		7
	84						
	83			14		19	
	82						
81	11						
C	80		6	13	6	18	6
	79						
	78	10					
	77					17	
	76						
75	9		12				
D	74		5		5	16	5
	73						
	72					15	
	71						
	70	8	4	11	4	14	4
	69						
	68					13	
	67						
	66					12	
65	7		10				
E	64		3		3	11	3
	63						
	62					10	
	61						
	60	6		9		9	
	59		2		2		2
	58					8	
	57						
	56					7	
55	5		8				
F X	50	4		7		6	
	45			6		5	
	40	3	1	5	1	4	1
X	30	2		4		3	
	20			3		2	
	10	1		1		1	
	0						

11 ДЕРЖАВНЕ ОЦІНЮВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ

Метою щорічного державного оцінювання є визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції.

Щорічне оцінювання фізичної підготовленості проводиться у травні та є обов'язковим для студентів усіх курсів.

12 ТРИМЕСТРОВИЙ ГРАФІК НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ТА КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ З ДИСЦИПЛІНИ

Графік проходження навчального матеріалу з фізичного виховання студентів відділення спортивного виховання з шахів
у I,IV,VII,X,XII семестрах 2020 -2021 навчального року

№ з/п	Зміст навчального матеріалу	Тижні, форми контролю																																
		I,IV,VII,X,XII семестр																																
		Навч. тижні		1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15		
№ заняття	Тема	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
1	Теорія і методика фізичного виховання	←																													→			
2	Загальна фізична підготовка	←																		→														
3	Спеціальна фізична підготовка																						←										→	
4	Спеціалізація	←																															→	
5	Професійно прикладна фізична підготовка	←																															→	
6	Самостійні заняття	←																															→	
7	Контрольні заходи	В																															М	
		К																															К	
																																		М
																																		К

ВК – вхідний контроль; АТ – атестація; МК – модульний контроль

13 МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Долинний Ю.О. Основи організації навчального процесу з фізичного виховання і спорту у вищому навчальному закладі: посібник для вищих навчальних закладів / Ю.О. Долинний, О.М. Олійник, Н.В. Дегтярьова. – Краматорськ: ДДМА, 2014. – 290 с.
2. Єрмоленко О.В. Методика проведення практичних і самостійних занять зі спортивних ігор : посібник / О.В. Єрмоленко, М.В. Єрмоленко. – Краматорськ: ДДМА, 2015. – 76 с.
3. Кошева Л.В. Калланетика: навчальний посібник для викладачів і студентів / Л.В. Кошева. – Краматорськ: ДДМА, 2012. – 72 с.
4. Міронов А.О. Формування здорового способу життя майбутніх фахівців машинобудівного профілю: навчальний посібник для студентів і викладачів / А.О. Міронов, О.М. Олійник, Ю.О. Долинний – Краматорськ: ДДМА, 2013. – 60 с.
5. Олейник О.Н. Производственная гимнастика в режиме дня работников умственного труда: пособие / О.Н. Олейник, Ю.А. Долинный. – Краматорськ: ДГМА, 2014. – 35 с.
6. Раєвський Р.Т. Професійно-прикладна психофізіологічна й психофізична підготовка студентів і фахівців машинобудівних спеціальностей: / Р.Т. Раєвський, В.І. Філінков. – Краматорськ: ДДМА, 2014. – 111 с.
7. Раєвський Р.Т. Професійно-прикладна психофізіологічна й психофізична підготовка студентів і фахівців машинобудівних спеціальностей: / Р.Т. Раєвський, В.І. Філінков. – 2-ге видання, змінене та доповнене. – Краматорськ: ДДМА, 2015. – 135 с.
8. Тимошенко В.В. Легка атлетика: посібник до практичних і самостійних занять / В.В. Тимошенко, В.Г. Лосік, О.В. Полях. – Краматорськ: ДДМА, 2014. – 56 с.
9. Черненко С.О. Шляхи підвищення ефективності навчально-тренувальних занять з бадмінтону серед студентів вищої школи: посібник / С.О. Черненко, В.Л. Мудрян. – Краматорськ: ДДМА, 2014. – 74 с.

14 РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Козіброцький С.П. Програмно-методичні засади фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації: Теорія, методика, практика: [методичні рекомендації для завідувачів та викладачів кафедр фізичного виховання ВНЗ України]. / С.П. Козіброцький, Г.Є. Іванова. – Луцьк: ЛДТУ, 2002. – 122 с.

2. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Посібник. / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2011. – 224 с.

3. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту: Т1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич. – К., 2008. – 392 с.

4. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Методики фізичного виховання різних груп населення. Підручник / Під. заг. ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2012. – Т.2. – 392 с.

5. Назар П.С. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту : навчальний посібник / П.С. Назар, О.О. Шевченко, Т.П. Гусев. – К. : Олімпійська література, 2013. – 327 с. : табл., іл.

6. Папуша В.Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях [Текст]: навч. посіб. / В.Г. Папуша. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2010. – 127 с.

7. Пилипей Л.П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст] : монографія / Л.П. Пилипей. – Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 312 с.

8. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. пос. / С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третяков та ін. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 192 с.

9. Романова В.І. Методика підвищення фізичної підготовки студенток вищих навчальних закладів на основі різних режимів рухової активності / В.І. Романова. – Рівне.; ППДМ, 2009. – 165 с.

10. Сіренко Р.Р. Гігієнічні основи фізичного виховання студентів: [навч. посібник] / Р.Р. Сіренко, А.Г. Киселевич, В.М. Стельникович, М.О. Сапронов. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2005. – 144 с.

11. Фурман Ю.М. Перспективні моделі фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів : [монографія] / Ю.М. Фурман, В.М. Мірошніченко, С.П. Драчук. – К. : Олімпійська література, 2013. – 184 с.

12. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч. посібник. У 2-х томах. – 4-е вид. випр. і доп. / О.М. Худолій. – Харків : «ОВС», 2008. – Т. 1. – 408 с: іл.

Допоміжна

1. Власов Г.В. Формування здорового способу життя студентів вищих медичних навчальних закладів / Г.В. Власов. — Донецьк, 2013. – 155 с.

2. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика /М.В. Дутчак. – К.: Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.

3. Крапівіна К.О. Нетрадиційний підхід до традиційної фізичної культури : [монографія] / К.О. Крапівіна, О.В. Мусієнко. –Львів: ЛНУ, 2006. – 300 с.

4. Присяжнюк С.І. Самоконтроль у процесі фізичного вдосконалення студентської молоді. Метод. ре-ком. / уклад. С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, В.Й. Кійко. – К.: Видавничий центр НАУ, 2006. – 43 с.

15 ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. <http://www.dgma.donetsk.ua/metodicheskoe-obespechenie-fv.html>.....
2. <http://www.mon.gov.ua/ua//activity/education/physical-training/>

Робоча навчальна програма складена на основі навчальної програми, затвердженої наказом Міністерства освіти і науки 14.11.2003 р. № 757 Фізичне виховання навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації

Розробник:

_____ / В. В.Тимошенко