Полтавський фаховий коледж
Полтавського університету економіки і торгівлі

Циклова комісія бізнесу й адміструванння

СИЛАБУС

навчальної дисципліни
«Фізичне виховання»
на 2026-2027 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	1 курс, 1,2 семестр
Освітня програма/спеціалізація	«Логістика»
Спеціальність	D7 Торгівля
Галузь знань	D Бізнес, адміністрування та право
Кваліфікація	Фаховий молодший бакалавр з торгівлі

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну, науковий ступінь і вчене звання, посада — **Васецький Ігор Анатолійович**, викладач вищої категорії

Контактний телефон	+380995104800
Електронна адреса	Sport.puet@gmail.com
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	очна www.Sport.puet@gmail.com он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00
Сторінка дистанційного курсу	https://el.puet.edu.ua/

Опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни	Формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготування її до професійної діяльності, необхідності фізичного вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом.
Тривалість	3 кредити ЄКТС/90 годин (практичні заняття 32 год., самостійна робота 58 год.)
Форми та методи навчання	Практичні заняття, самостійна робота поза розкладом. Аналітичний метод, метод проблемного викладу, порівнянь, вирішення ситуаційних завдань.
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: відвідування занять; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; доповіді з рефератами та їх обговорення; тестування. Підсумковий контроль: залік (ПМК).
Базові знання	Знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності.
Мова викладання	Українська

Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
РН 3. Володіти державною та іноземною мовами у професійній діяльності.	ЗК 2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності та 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.

Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Фізичне виховання		
Тема 1. Легка атлетика.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Оздоровча хода, оздоровчий біг. Вправи на дихання.
Тема 2. Футбол.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри, тактичними та технічними прийомами у футболі.
Тема 3. Атлетична гімнастика.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Виконання вправ для розвитку сили м’язів.
Модуль 2. Фізичне виховання		
Тема 4. Волейбол.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри, тактичними та технічними прийомами у волейболі.
Тема 5. Баскетбол.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри, тактичними та технічними прийомами у баскетболі.
Тема 6. Настільний теніс.	Відвідування занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи.	Ознайомлення з правилами гри, тактичними та технічними прийомами з настільного тенісу.

Інформаційні джерела

1. Антонюк О. А. Атлетична гімнастика : методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ : КНУБА : Талком, 2021. 26 с. 2. Барсукова Т. О., Антипова Ж. І., Кучеренко Г. В. Волейбол в системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти : навч. посіб. Одеса : 2023.

3. Виноградов В. Є., Єдинак Г. А., Куц О. С. та ін. Легка атлетика : підручник. Київ : Логос, 2017. 544 с.

4. Донець О. В., Гуцул Н. З., Вовк І. В., Мадяр-Фазекаш Е. О. Методика проведення занять з фізичного виховання у ЗВО засобами сучасних фітнес-технологій : навч.-метод. посіб. Полтава : ПНПУ, 2022. 49 с.

5. Дорошенко Е., Гончаренко В., Нізельський А. Застосування методу колового тренування у спеціальній фізичній підготовці кваліфікованих футболістів. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*, 2024, №4, с. 84–94.

6. Жула В. П. Волейбол. Методика навчання : навч.-метод. посіб. Львів : 2021.

7. Захожа Н. Я., Митчик О. А., Пантік В. В. Легка атлетика у фізичному вихованні студентів : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2010. 192 с.

8. Корнієнко О. В., Петрачков О. В., Гусак О. Д. Легка атлетика та прискорене пересування : навч. посіб. Київ : НУОУ імені Івана Черняховського, 2023. 320 с.

9. Кравченко О. С. та ін. Фізичне виховання: баскетбол : навч. посіб. Харків : Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, 2024. 175 с.

10. Лісенчук Г. А. Спортивні ігри та методика викладання (футбол) : навч.-метод. рекомендації. Миколаїв : Іліон, 2020. 51 с.

11. Махно В. В., Липчанська Л. М. Методика формування фізичної підготовленості студентів засобами атлетичної гімнастики як складова здорового способу життя : методичні рекомендації. Кропивницький : ЦНТУ, 2025. 56 с.

12. Мілаєв О. І. Організація і методика проведення занять з волейболу : навч.-метод. посіб. Мелітополь : 2020. 132 с.

13. Мілаєв О. І., Газаєв В. Н., Нестеров О. С. Організація і методика проведення занять з баскетболу : навч.-метод. посіб. Мелітополь, 2020. 132 с.

14. Мозейчук Ю. Ю. Спортивні ігри з методикою викладання (футбол) : навч.-метод. посіб. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, 2022. 240 с.

15. Овчаренко С. В., Матяш В. В., Соловей Д. О., Яковенко А. В. Футбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання : навч.-метод. посіб. Дніпро : Стандарт-Сервіс, 2020. 150 с.

16. Перевозник В. І. Теорія та методика футболу : навч. посіб. Харків, 2019 (актуалізоване видання 2020–2021 рр.). 101 с.

17. Сиротинська О. К., Сабіров О. С., Сироватко З. В., Чеховська А. Ю. Силові види спорту. Атлетична гімнастика : навч. посіб. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. 163 с.

18. Сиротинська О. К., Чеховська А. Ю. Колове тренування як дієвий засіб для гармонійного фізичного розвитку здобувачів вищої освіти. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2023. 236–241 с.

19. Собко І., Коваленко С., Циганкова К. Використання методу колового тренування в умовах тренажерного залу в навчально-тренувальному процесі волейболістів 14–15 років**.** *Спортивні ігри*, 2023, №4, с. 40–52.

20. Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д., Іваніцький Р. Б. Методика навчання основних технічних прийомів гри в волейбол : метод. рекомендації. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2021.

21. Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д., Іваніцький Р. Б. Методика навчання основних технічних прийомів гри в баскетбол : метод. рекомендації. Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2021. 65 с.

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

- Пакет програмних продуктів Microsoft Office, до якого входить програмне забезпечення для роботи з різними типами документів: текстами, електронними таблицями, презентаціями, базами даних тощо.
- Браузер з доступом до мережі Інтернет.
- Дистанційний курс «Фізичне виховання» в Moodle на платформі Центру дистанційного навчання ПУЕТ.

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

Політика оцінювання здобувачів фахової передвищої освіти: письмові практичні завдання мають бути здані для перевірки під час практичного заняття з відповідної теми. Якщо завдання виконуються із порушенням термінів без поважних причин, то можуть оцінюватися на нижчу оцінку (до 50 % від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Поточні модульні роботи проводяться у формі тестів в письмовій формі або за допомогою відповідного

програмного забезпечення комп'ютерної підтримки освітнього процесу у термін, передбачений робочою навчальною програмою, студент має 2 спроби для тестування. Якщо оцінка за поточну модульну роботу незадовільна (менш ніж 60 % правильних відповідей), перескладання відбувається у формі усної співбесіди з теоретичних питань модулю.

Положення про організацію освітнього процесу Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2025/06/pfk-polozh-org-osv-p.pdf

Положення про поточне та підсумкове оцінювання знань студентів у Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2026/09/pfk-polozh-pids-ocin.pdf

Положення про організацію навчання здобувачів фахової передвищої освіти за індивідуальним графіком у Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі http://pfk.puet.edu.ua/docs/pfk-polozh-org-navch.pdf

Положення про порядок відрахування, переривання навчання, поновлення і переведення осіб, які навчаються в Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі, та надання їм академічної відпустки http://pfk.puet.edu.ua/docs/pfk-polozh-por-vidrah.pdf

Політика щодо відвідування: відвідування є обов'язковим. За умов об'єктивної неможливості (хвороба, працевлаштування, перебування поза межами країни) з дозволу викладача відвідування може бути онлайн або за допомогою асинхронних завдань.

Політика щодо академічної доброчесності: студенти мають не допускати списування (один в одного, з власноруч написаного тексту, друкованого або електронного носія інформації тощо) під час виконання індивідуальних навчальних завдань та дидактичних тестів; якісно оформлювати покликання на джерела інформації при написанні доповідей, підготовки презентацій, тез тощо.

Положення про академічну доброчесність у Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі http://pfk.puet.edu.ua/docs/pfk-polozh-acad-dch.pdf

Кодекс честі студента Полтавського фахового коледжу Полтавського університету економіки і торгівлі http://pfk.puet.edu.ua/docs/pfk-codex.pdf

Політика визнання результатів навчання визначена такими документами:

Положення Про академічну мобільність у Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2026/07/pfk-polozh_acad_mobl.pdf

Політика вирішення конфліктних ситуацій:

Положення Про конфліктні ситуації у Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2026/07/pfk-polozh_confl.pdf

Положення про порядок реагування на доведені випадки булінгу (цькування) у Полтавському фаховому коледжі Полтавського університету економіки і торгівлі та відповідальність осіб причетних до булінгу (цькування) https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2025/04/buling2-pfk.pdf

https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2025/04/buling-pfk.pdf

Політики підтримки учасників освітнього процесу: з метою покращення психологічної підтримки учасників освітнього процесу фінкціонує:

Психологічна служба https://puet.edu.ua/psyhologichna-pidtrymka-v-puet/ Студентський омбудсмен (Уповноважений з прав студентів) ПУЕТ https://puet.edu.ua/other-divisions/studentskyj-ombudsmen-upovnovazhenyj-z-prav-studentiv-puet/ Уповноважена особа з питань запобігання та виявлення корупції https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/

Безпека освітнього середовища: Інформація про безпечність освітнього середовища наведена у вкладці «Безпека життєдіяльності» https://puet.edu.ua/pro-puet/bezpeka-zhyttyediyalnosti/

Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1 (теми 1-3): відвідування занять (32 балів); завдання самостійної роботи (58 бали); поточна модульна робота (10 балів).	100
Разом	**100**
Модуль 2 (теми 4-6): відвідування занять (32 балів); завдання самостійної роботи (58 бали); поточна модульна робота (10 балів).	100
Разом	**100**

Система нарахування додаткових балів за видами робіт з вивчення навчальної дисципліни

Форма роботи	Вид роботи	Бали
Науково-дослідна	Участь у студентських наукових конференціях	10

За додаткові види навчальних робіт студент може отримати не більше 10 балів. Додаткові бали додаються до загальної підсумкової оцінки за вивчення навчальної дисципліни, але загальна підсумкова оцінка не може перевищувати 100 балів.

Шкала оцінювання здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Відмінно
82-89	B	Дуже добре
74-81	C	Добре
64-73	D	Задовільно
60-63	E	Задовільно достатньо
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов’язковим повторним вивченням навчальної дисципліни