



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

«Атлетизм (розділ 1)»

на 2020 / 2021 навчальний рік

Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
ОПП (ОНП)	«Фізична культура і спорт»
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Форма навчання	Денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	На базі ПЗСО – 2а семестр/ на базі ОКР «Молодший бакалавр» за іншою спеціальністю – 2а семестр/ на базі ОКР «Молодший бакалавр» за спорідненою спеціальністю – 2а семестр
Статус дисципліни	Вибіркова
Обсяг дисципліни	90 годин (3.0 кредитів ЕКТС)
Мова викладання	Українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Економіки і менеджменту
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Сорокін Юрій Сергійович, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Сорокін Юрій Сергійович, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Сорокін Юрій Сергійович, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання - 2231, аудиторія практичного навчання – тренажерний зал ДДМА, технічне забезпечення – проектор, спортивний інвентар та обладнання.
Лінк на дисципліну	Платформа дистанційної освіти ДДМА http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=910

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
90	8	46		36	Залік

Що буде вивчатися (предмет навчання)	Предметом вивчення навчальної дисципліни «Атлетизм (розділ 1)» є формування систематичних знань в області теорії і методики атлетизму та готовності до освоєння і реалізації методики навчання в різних сферах професійної діяльності.
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)	Курс спрямований на засвоєння здобувачами теоретичних знань і методичних навичок в організації та проведенні різних форм занять атлетизмом, використання засобів гімнастики у реабілітаційних цілях.
Чому можна навчитися (результати навчання)	- здатний показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; - здатний здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань; - здатний використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості; - здатний застосовувати знання, вміння та навички для ефективного проведення тренувальних занять зі спортсменами з урахуванням їх вікових, статевих та індивідуальних особливостей, рівня підготовленості та закономірностей становлення спортивної майстерності в обраному виді спорту.
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	- здатність працювати в команді; - здатність планувати та управляти часом; - здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово; - здатність бути критичним і самокритичним; - здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); - здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; - здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення; - здатність зміцнювати здоров'я людини завдяки використанню рухової активності, раціонального харчування, здорового способу життя; - здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; - здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту; - здатність до безперервного професійного розвитку; - здатність застосовувати знання про мету, завдання, принципи, засоби, методи та структуру підготовки спортсменів в обраному виді спорту; - здатність залучати дітей до занять обраним видом спорту, здійснювати планування та реалізацію тренувального процесу на першій стадії багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.

Навчальна логістика	Програма навчальної дисципліни складається з одного змістовного модуля. Зміст дисципліни: Історичні аспекти виникнення атлетизму. Визначення і зміст атлетизму як складової системи фізичного виховання і спорту. Техніка безпеки та структура занять. Бодібілдинг (культуризм). Основи пауерліфтингу. Види занять: лекційні, практичні. Методи навчання: під час засвоєння студентами курсу «Атлетизм (розділ 1)» використовуються наступні методи навчання: - вербальні (словесні): лекція, пояснення, опис, розбір, бесіда, розповідь, вказівка, настанова; - наочні: показ вправ, техніки окремих рухів та виконання вправи в цілому; використання наочних посібників, відеофайлів; - практичні: практичне виконання вправ; - самостійна робота: теоретична підготовка до аудиторних занять (лекцій, практик); самостійне опрацювання окремих розділів, тем навчальної дисципліни; підготовка і виконання завдань, що передбачені програмою, підготовка до усіх контрольних занять (складання практичних нормативів).
Пререквізити	Вивчення дисципліни «Атлетизм (розділ 1)» передбачає тісний взаємозв'язок з іншими навчальними дисциплінами: теорія та методика фізичного виховання, теорія та методика дитячо-юнацького спорту, олімпійський і професійний спорт, анатомія людини з основами морфології, теорія і методика викладання обраного виду спорту.
Постреквізити	Знання отримані під час вивчення курсу «Атлетизм (розділ 1)» будуть використовуватись під час засвоєння наступних навчальних дисциплін: теорія і методика викладання обраного виду спорту, проходження виробничої (тренерської) практики, виробничої (педагогічної) практики.
Політика курсу	Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Під час роботи над індивідуальними завданнями та проектами не допустимо порушення академічної доброчесності. Презентації та виступи мають бути авторськими оригінальними.
Оцінювання досягнень	При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних та лабораторних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи. Іспит/Залік за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання. 55-100 балів - виставляється, якщо здобувач виявив певні знання основного програмного матеріалу в обсязі, що необхідний для

	подальшого навчання і роботи, у цілому впорався з поставленим завданням, припустився незначних помилок в арифметичних розрахунках, демонстрував здатність упоратися з виконанням завдань, передбачених програмою на рівні репродуктивного відтворення. 0-55 балів – «Не зараховано» - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.
Інформаційне забезпечення	Основна література: 1. Власов Г.М. Загальна фізична підготовка важкоатлета / Г.М.Власов. – Київ: Здоров'я, 1975. – 68 с. 2. Олешко В.Г. Силові види спорту: підруч. [для студ. вузів фіз. вих. і спорту] / В.Г. Олешко. – К.: Олімпійська література, 1999. – 287 с. 3. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту : [навч. посіб.] / В. Г. Олешко. – К. : ДІА, 2011. – 444 с. 4. Організація та методика проведення занять з гирьового спорту / В. М. Романчук, С. В. Романчук, К. В. Пронтенко, В. В. Пронтенко // навч.- метод. посіб. – Житомир : ЖВІ НАУ, 2010. – 196 с. 5. Пауерліфтинг. Правила змагань / За ред. Т.Г. Мельник, С.Г. Базаєва, Г.В. Бесарабчука. – Київ, 2019. – 84 с. 6. Правила спортивних змагань з важкої атлетики. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 06 червня 2019 року № 2911 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: практические приложения: учебник / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 2 – 2015. – № 2911 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0746-19#Text 7. Стеценко А. І. Теорія і методика атлетизму: навч. посіб. / А. І. Стеценко, П. М. Гунько. – Черкаси: ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2011. – 216 с. Електронні ресурси з дисципліни 1. http://uwf.net.ua 2. https://ukrpowerlifting.com 3. http://igsf.biz/dir/ukr/ 4. https://ukrpowerlifting.com/wp-content/uploads/2019/04/rules_fpu.pdf Додаткова література: 1.Боднар І. Р. Ставлення студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості до фізкультурно-спортивної діяльності // Актуальні проблеми фізичного виховання у вузі : зб. наук. пр. II Всеукр. наук.-практ. конф. – Донецьк, 1998. – С. 191-194. 2.Єдинак Г. Фізичне здоров'я і тип конституції: середньо групові та середньо типологічні особливості дівчаток 7-14 років // Теорія і методика фізичного виховання та спорту. – 2002. – № 4. – С. 34-40. 3.Кібальник О. Я. Підвищення рухової активності підлітків з використанням занять фітнесом оздоровчого спрямування : навч.-

	метод. посіб. / О. Я. Кібальник. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2006. 4. Мельничук М. В. Технологія побудови індивідуально-оздоровчих програм для учнів загальноосвітніх шкіл : канд. пед. наук. – М., 2001. – С. 163. Платформа дистанційної освіти ДДМА http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=910 Сорокін Ю.С. Черненко С.О. Навчальний посібник: Теорія й методика викладання атлетизму – Краматорськ: ДДМА, 2020. – 67 с.
--	--

Розробник:

Ю.С. Сорокін старший викладач
кафедри ФВіС 

«___» _____ 2020 р.

Гарант освітньої програми:

к.п.н., доцент

Ю. О. Долинний 

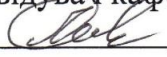
«___» _____ 2020 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри

Протокол № 21 від 27.08.2020 р.

Завідувач кафедри

 О. М. Олійник

«___» _____ 2020 р.

Затверджую:

Декан факультету економіки і
менеджменту

 Є. В. Мироненко

«___» _____ 2020 р.

