

Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичної культури


ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор ІНФК
Михайло Лянной



Професійно-прикладна фізична підготовка

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура)
Освітньо-професійна програма: Середня освіта (Фізична культура) другий (магістерський) рівень
Мова навчання: українська

Погоджено науково-методичною комісією
Навчально-наукового інституту
фізичної культури
Голова: Людмила Мороз, к.пед.н., доцент



Суми - 2024

Розробник: Світлана Гвоздецька, к.фіз.вих., доцент кафедри ТМФК

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри Теорії та методики фізичної культури

Протокол № 1 від 30 серпня 2024 р.

Завідувач кафедри

Олександр Томенко

д. фіз. вих, професор _____

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 7,5	Магістр	Обов'язкова	
		Рік підготовки:	
1-й - 2-й			
Семестр			
2-3-й			
Лекції			
26 год.		6 год.	
Практичні, семінарські			
44 год.		10 год.	
Самостійна робота			
147 год.		207 год.	
Консультації			
8		2	
Вид контролю: залік			
Загальна кількість годин - 225			

1. Мета вивчення навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Професійно-прикладна фізична підготовка» є набуття у майбутніх фахівців фізичного виховання знань з основ професійно-прикладної фізичної підготовки учнів та студентів закладів середньої, професійно-технічної, фахової передвищої та вищої освіти і уміння застосовувати їх на практиці.

2. Передумови для вивчення дисципліни

Навчальна дисципліна «Професійно-прикладна фізична підготовка» має тісні міждисциплінарні зв'язки з такими предметами, як «Психологія вищої школи», «Теорія і методика фізичного виховання», «Методика викладання фізичного виховання у ЗВО», «Сучасні види рухової активності», «Медико-педагогічний контроль» тощо.

3. Результати навчання за дисципліною

<p>Інтегральна компетентність</p>	<p>ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми в галузі освіти, пов'язані з предметною спеціальністю «Фізична культура», що передбачає проведення досліджень, здійснення інновацій, і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу у закладах загальної середньої освіти, фахової передвищої освіти, професійно-технічної освіти</p>
--	---

<p style="text-align: center;">Знання</p>	<p>ЗК 6. Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації (у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій), необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.</p> <p>ФК 1. Здатність формувати розуміння теоретико-методичних основ фізичного виховання різних груп населення, проектувати технології здоров'язбереження, розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.</p>	<p>ПРН 1. Знати теоретико-методичні основи фізичного виховання різних груп населення, технології здоров'язбереження, розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури.</p> <p>Методи навчання: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>пояснення, бесіди, дискусії, презентації</i>).</p> <p>Методи оцінювання: усне опитування, письмове опитування, практична перевірка, презентація результатів виконаних завдань (<i>усне (письмове) опитування, перевірка самостійних завдань, презентації, розв'язування кросвордів</i>).</p>
--	---	---

<p style="text-align: center;">Уміння</p>	<p>ФК 3. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології у фізичному вихованні для розвитку професійно важливих фізичних і психофізичних якостей у представників різних спеціальностей для реалізації професійно орієнтованої моделі організації фізичного виховання.</p> <p>ФК 5. Здатність до виконання посадових обов'язків вчителя фізичної культури та викладача фізичної культури, розробки перспективних та оперативних планів і програм, володіння навичками конструктивної взаємодії з учасниками освітнього процесу, педагогічною етикою та високими моральними якостями, застосовувати інноваційні методики і освітні технології, з метою забезпечення якості навчально-виховного процесу у закладах освіти.</p> <p>ФК 8. Здатність організовувати спортивно-масові заходи для досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондицій осіб різного віку (у тому числі й з відхиленнями стану здоров'я).</p>	<p>ПРН 3. Володіти сучасними методами та інноваційні освітніми технологіями для розвитку професійно важливих фізичних і психофізичних якостей у представників різних спеціальностей та реалізації професійно орієнтованої моделі організації фізичного виховання.</p> <p>Методи навчання: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>дискусії, презентації, семінари-діалоги</i>).</p> <p>Методи оцінювання: усне (письмове) опитування, практична перевірка, презентації результатів виконаних завдань (<i>усне (письмове) опитування, презентації, оцінка практичного завдання</i>).</p> <p>ПРН 11. Володіти різноманітними методичними прийомами, що активізують пізнавальну діяльність.</p> <p>Методи навчання: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>бесіди, презентації, «контекст-практики», що імітують умови професійної діяльності</i>).</p> <p>Методи оцінювання: усне (письмове) опитування, практична перевірка (<i>усне (письмове) опитування, перевірка домашнього завдання, оцінка практичного завдання</i>)</p>
--	--	---

<p>Комунікація</p>	<p>ЗК 2. Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня.</p> <p>ЗК 3. Здатність спілкуватися державною мовою, виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність та мультикультурність у суспільстві; здатність до вираження національної культурної ідентичності.</p>	<p>ПРН 13. Володіти навичками критичного мислення, міжособистісної комунікації, роботи у колективі, відстоювати власну позицію, відповідально ставитись до виконання професійних обов'язків.</p> <p>Методи навчання: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>пояснення, бесіди, презентації</i>).</p> <p>Методи оцінювання: усне опитування (письмове опитування), практична перевірка, презентація результатів виконаних завдань (<i>усне (письмове) опитування, перевірка самостійних завдань, презентації</i>).</p>
<p>Автономія та відповідальність</p>	<p>ЗК 1. Здатність діяти відповідально і свідомо на засадах поваги до прав і свобод людини та громадянина; реалізовувати свої права та обов'язки; усвідомлювати цінності громадянського суспільства та необхідність його сталого розвитку, нетерпимості до корупційної поведінки, поважне ставлення до права й закону, володіння достатнім рівнем професійної правосвідомості.</p> <p>ЗК 4. Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування</p>	

	людей до досягнення спільної мети, дотримуватися принципів професійної етики, адаптуватися до різних професійних ситуацій.	
--	--	--

4. Критерії оцінювання результатів навчання

Кількість балів	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
90 – 100	<p>Оцінка «відмінно»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знання і розуміння всього програмного матеріалу в повному обсязі; • здібність до аналізу викладеного матеріалу; • послідовне, логічне, обґрунтоване викладання матеріалу; • самостійне, впевнене і правильне застосування знань при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; • представлена презентація виконаних завдань.
82 - 89	<p>Оцінка «добре»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знання і розуміння всього програмного матеріалу в цілому; • здібність до аналізу викладеного матеріалу; • послідовне, логічне, обґрунтоване викладання матеріалу під час усних відповідей; • самостійне застосування знань при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; • представлена презентація виконаних завдань.
74 - 81	<p>Оцінка «добре»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знання і розуміння всього програмного матеріалу в цілому; • послідовне, логічно обґрунтоване викладання матеріалу під час усних відповідей; • правильне і без особливих труднощів застосування знань при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; • допущення окремих несуттєвих помилок під час усних відповідей. • представлена доповідь виконаних завдань без презентації.
64 - 73	<p>Оцінка «задовільно»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знання і розуміння всього програмного матеріалу в цілому; • послідовне, логічно обґрунтоване викладання матеріалу під час усних відповідей; • правильне застосування знань при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; • допущення помилок під час усних відповідей.

	<ul style="list-style-type: none"> представлена доповідь виконаних завдань без презентації.
60 - 63	<p>Оцінка «задовільно»:</p> <ul style="list-style-type: none"> знання і розуміння тільки основного програмного матеріалу в обсязі, який дозволяє застосувати наступний програмний матеріал; спрощене викладання матеріалу під час усних відповідей; нечітке та непослідовне застосування окремих знань при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; допущення окремих суттєвих помилок під час усних відповідей. <ul style="list-style-type: none"> представлена доповідь виконаних завдань без презентації.
35-59	<p>Оцінка «незадовільно»:</p> <ul style="list-style-type: none"> не розуміння основного програмного матеріалу; не викладання матеріалу під час усних відповідей; невміння робити висновки та узагальнення; невміння застосувати знання при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; <ul style="list-style-type: none"> не представлена доповідь виконаних завдань.
1 - 34	<p>Оцінка «незадовільно»:</p> <ul style="list-style-type: none"> поверхове знання і розуміння основного програмного матеріалу в обсязі, який не дозволяє засвоювати наступний програмний матеріал; непослідовне викладання матеріалу з допущенням багатьох істотних помилок під час усних відповідей; невміння робити висновки та узагальнення; невміння застосувати знання при виконанні домашніх завдань, підготовки індивідуального завдання; <ul style="list-style-type: none"> не представлена доповідь виконаних завдань.

Розподіл балів

Поточний контроль							Разом	Сума
РОЗДІЛ 1		РОЗДІЛ 2		РОЗДІЛ 3				
Т 1.1	Т 1.2	Т 2.1	Т 2.2	Т 3.1	Т 3.2	Т 3.3	45	100
Поточний контроль								
5	5	5	10	5	10	5		
Контроль самостійної роботи							55	
10	10	10	5	5	5	10		

Т 1.1, Т 1.2 ... Т 2.4 – теми розділів

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	задовільно
60 - 63	E	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
1 - 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

5. Засоби діагностики результатів навчання

Контроль результатів: відповіді на запитання, доповідь, перевірка домашніх завдань, перевірка індивідуального завдання (складання професіограми), презентації результатів виконаних завдань, оцінка практичного завдання, розв'язання кросвордів, залік.

6. Програма навчальної дисципліни

6.1. Інформаційний зміст навчальної дисципліни

Розділ 1. Історія прикладної фізичної культури

Тема 1.1. Терміни і поняття дисципліни «Професійно-прикладна фізична підготовка». (Визначення поняття «професійно-прикладна фізична підготовка», психофізичні якості та здібності).

Тема 1.2. Історія прикладної фізичної культури. (Виникнення і розвиток прикладної фізичної культури у стародавньому світі; прикладна фізична культура Середньовіччя, в епоху Відродження та Новий і Новітній час; професійно-прикладна фізична підготовка в роки незалежності України).

Розділ 2. Система професійно-прикладної фізичної підготовки

Тема 2.1. Місце професійно-прикладної фізичної підготовки у сучасній системі фізичного виховання. (Значення та завдання професійно-прикладної фізичної підготовки; фактори, які визначають загальну спрямованість професійно-прикладної фізичної підготовки; загальні та професійні здібності у підготовці кадрів; система заходів для розвитку здібностей до певного виду діяльності; фізичні вправи як метод вивчення здібностей; професіограма, види та основи її складання).

Тема 2.2. Основи методики проведення занять з професійно-прикладної фізичної підготовки. (Побудова методики ППФП; засоби професійно-прикладної фізичної підготовки; форми організації професійно-прикладної фізичної підготовки; планування професійно-прикладної фізичної підготовки; педагогічний контроль у професійно-прикладній фізичній підготовці).

Розділ 3. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів

Тема 3.1. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. (Значення і завдання ППФП; чинники, що впливають на ППФП студентів, засоби ППФП студентів; особливості розвитку професійно-важливих фізичних якостей та формування прикладних рухових умінь і навичок на заняттях з професійно-прикладної фізичної підготовки зі студентами ЗВО; форми організації професійно-прикладної фізичної підготовки студентів ЗВО; планування та педагогічний контроль на заняттях з професійно-прикладної фізичної підготовки зі студентами ЗВО).

Тема 3.2. Концепція проектування інноваційних технологій ППФП студентів ЗВО. (Концепція проектування інноваційних технологій ППФП студентів шести груп спеціальностей, за якими здійснюється підготовка фахівців у ЗВО: інформаційно-логічна, комунікативна, творчо-образна, технічна, екстремальна, природничо-аграрна).

Тема 3.3. Професійно орієнтована модель викладання фізичного виховання у ЗВО. (Організація фізичного виховання у вищих навчальних

зкладах. Професійно орієнтована модель викладання фізичного виховання у ЗВО. Комплексні програми з фізичного виховання, які орієнтовані на особливості майбутньої професії).

6.2. Структура та обсяг навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	Усього	у тому числі				Усього	у тому числі			
		лек	пр	конс.	сп		лек	пр	конс.	сп
1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5
Розділ 1. Історія прикладної фізичної культури.										
Тема 1.1. Терміни і поняття дисципліни «Професійно-прикладна фізична підготовка»	23	1	1	1	20	21,5	0,5	1		20
Тема 1.2. Історія прикладної фізичної культури.	35	1	3	1	30	31,5	0,5	1		30
Розділ 2. Система професійно-прикладної фізичної підготовки.										
Тема 2.1. Місце професійно-прикладної фізичної підготовки у сучасній системі фізичного виховання.	46	6	6	4	30	56	2	2	2	50
Тема 2.2. Основи методики проведення занять професійно-прикладної фізичної підготовки.	22	2	10		10	11,5	0,5	1		10
Розділ 3. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО.										

Тема 3.1. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО.	14	2	2		10	8,5	0,5	1		7
Тема 3.2. Концепція проектування інноваційних технологій ППФП студентів ЗВО.	34	12	12		10	53	1	2		50
Тема 3.3. Професійно орієнтована модель викладання фізичного виховання у ЗВО.	51	2	4	2	43	43	1	2		40
Усього годин	225	26	38	8	153	225	6	10	2	207

Теми лекційних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Терміни і поняття дисципліни «Професійно-прикладна фізична підготовка»	1	0,5
2.	Історія прикладної фізичної культури.	1	0,5
3.	Місце професійно-прикладної фізичної підготовки у сучасній системі фізичного виховання.	6	2
4.	Основи методики проведення занять з професійно-прикладної фізичної підготовки.	2	0,5
5.	Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО.	2	0,5
6.	Концепція проектування інноваційних технологій ППФП студентів ЗВО.	12	1
7.	Професійно орієнтована модель викладання фізичного виховання у ЗВО.	2	1
Разом		26	6

Теми практичних (семінарських) занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Терміни і поняття дисципліни «Професійно-прикладна фізична підготовка»	1	1
2.	Історія прикладної фізичної культури.	3	1
3.	Місце професійно-прикладної фізичної підготовки у сучасній системі фізичного виховання.	6	2
4.	Основи методики проведення занять з професійно-прикладної фізичної підготовки.	10	1
5.	Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО.	2	1
6.	Концепція проектування інноваційних технологій ППФП студентів ЗВО.	12	2
7.	Професійно орієнтована модель викладання фізичного виховання у ЗВО.	4	2
Разом		38	10

Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Терміни і поняття дисципліни «Професійно-прикладна фізична підготовка»	20	20
2.	Історія прикладної фізичної культури.	30	30
3.	Місце професійно-прикладної фізичної підготовки у сучасній системі фізичного виховання.	30	50
4.	Основи методики проведення занять з професійно-прикладної фізичної підготовки.	10	10
5.	Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО.	10	7
6.	Концепція проектування інноваційних технологій ППФП студентів ЗВО.	10	50
7.	Професійно орієнтована модель викладання фізичного виховання у ЗВО.	43	40
Разом		153	207

7. Рекомендовані джерела інформації

Основні:

1. Гвоздецька С.В. Професійно-прикладна фізична підготовка: навчально-методичний посібник для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) / С.В. Гвоздецька, П.Ф. Рибалко, С.В. Чередніченко – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2017. – 111 с.
<http://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/7765>
2. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст] : монографія / Л. П. Пилипей. – Суми : ДВНЗ “УАБС НБУ”, 2009. – 312 с.
<https://drive.google.com/file/d/1RAevmlG32U0h1Mfn8oA5kx83RemgUAgy/view?usp=sharing>
3. Методичні вказівки для практичних та самостійних занять з дисципліни «Фізичне виховання» «Професійно-прикладна фізична підготовка студентів» для студентів усіх спеціальностей / Укладач: ст. викладач Бейгул І.О., Дніпродзержинськ, 2012, 15 с.
<http://www.dstu.dp.ua/Portal/Data/6/31/6-31-mzp9.pdf>
4. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч.закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчинкова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. - [2-ге вид., переробл. та доп.]. – К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. л-ра», 2017. – Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – С. 221 – 239.
5. Прокопова Л. І. Курс лекцій з теорії і методики фізичного виховання / Л. І. Прокопова, М. Б. Чхайло. – Навчальний посібник. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2009.
<http://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/4378>

Додаткові:

1. Антошків Ю.М. Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів вищих навчальних закладів МНС України [Текст] / Ю. М. Антошків. – Л., 2006. – 70 с.

2. Макаренко М. В. Основи професійного відбору військових спеціалістів та методики вивчення індивідуальних психофізіологічних відмінностей між людьми. К. : Черкаський ЦНТЕІ, 2006. – 395 с.
3. Пилипей Л. П. Актуальність теорії функціонування зорового аналізатора в руслі проектування системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів [Текст] / Л. П. Пилипей // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2008. – С. 21–26.
4. Пилипей Л. П. Ефективність особистісно-орієнтованої програми зі степ-аеробіки для професійно-прикладної фізичної підготовки [Текст] / Л. П. Пилипей, Н. В. Петренко // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків. – 2008. – № 8. – С. 121–124.
5. Пилипей Л. П. Систематизація напрямків підготовки спеціалістів у ВНЗ згідно з вимогами до професійно-прикладної фізичної підготовки [Текст] / Л. П. Пилипей // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Київ. – № 1. – 2008. – С. 56–64.
6. Римик Р.В. Професійно-прикладна фізична підготовка учнів професійно-технічних навчальних закладів радіотехнічного профілю [Текст] / Р. В. Римик. – Івано-Франківськ, 2005. – 100 с.
7. Рой І. В. Визначення критеріїв професійної орієнтації, впровадження заходів профілактики у дітей та підлітків зі сколіотичною хворобою за допомогою методів скринінг-тестування /І. В. Рой, Т. Є. Русанова// Міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх». – Київ : Олімпійська література, 2010. – С. 281.
8. Салатенко І. О. Спортивно орієнтована технологія як перспективний напрямок удосконалення фізичного виховання студенток вищих навчальних закладів : [монографія] / І. О. Салатенко – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2017. – 175с.

9. Петренко О.П., Петренко Н.В., Лоза Т.О. Оздоровчі технології пілатесу в професійно-прикладній фізичній підготовці студентів закладів вищої освіти : монографія Суми : Сумський держуніверситет, 2020. – 176 с.

**8. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення,
використання яких передбачає навчальна дисципліна**

1. Навчальні аудиторії, які обладнанні для проведення лекційних і семінарських занять;
2. Презентації лекцій в Power point.
3. Тренажери для розвитку рухових костей.
4. Гімнастичні палиці, м'ячі, скакалки, обручі, фітболи, гантелі, бодібари, гімнастичні мати, гімнастична лава, гімнастична стінка.
5. Прилади для реєстрації показників рухової активності, прилади для реєстрації антропометричних вимірювань.
6. Мультимедійні системи.