

Хмельницький національний університет



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної роботи
Хмельницького національного університету

Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ
серпень 2024 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Основи професійно-прикладної фізичної культури і спорту

Призначення Робочої програми
Рівень вищої освіти
Мова навчання
Обсяг дисципліни
Статус дисципліни
Факультет
Кафедра

Для освітніх програм різних спеціальностей
Другий (магістерський) рівень
Українська
4 кредити ЄКТС
Вибіркова загальної підготовки
Здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Теорії і методики фізичного виховання і спорту

Форма навчання	Курс	Семестр	Загальний обсяг дисципліни	Кількість годин					Курсовий проект	Вид семестрового контролю		
				Кредити ЄКТС	Аудиторні заняття					Самостійна робота, В т.ч. ІРС.	Залік	Іспит
					Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття				
Денна	2	3	4/120	51	17		34	69		+		
Заочна	2	3	4/120	6	2		4	114		+		

Робоча програма складена на основі освітніх програм підготовки магістрів та стандартів вищої освіти

Робоча програма складена _____ професор Анатолій РЕБРИНА

Схвалена на засіданні кафедри: Теорії і методики фізичного виховання і спорту

Протокол від 29 серпня 2024 № 1.

Зав. кафедри _____ Олександр СОЛТИК

ВСТУП

Робочу навчальну програму з дисципліни «Основи професійно-прикладної фізичної культури і спорту» укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни, необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

Метою викладання дисципліни є: вивчення навчально-методичного матеріалу, необхідного для підготовки фахівців у сфері освіти з питань фізичної культури, формування у студентів знань та методичних навичок з організації професійно-прикладної фізичної підготовки; прищеплення професійно-педагогічних навичок і умінь у сфері прикладної фізичної культури.

Завдання викладання дисципліни:

- Формування цілісного уявлення про професійно-прикладну фізичну підготовку, її цілей та завдань;
- Ознайомлення студентів із засобами та методами організації процесу професійно-прикладної фізичної підготовки, а також формами організації занять з ППФП;
- Ознайомлення студентів із особливостями планування, контролю та управління професійно-прикладною фізичною підготовкою;
- Оцінювати соматичний і функціональний стан індивіда, його придатність до занять тим чи іншим видом фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- Визначати цілі і завдання навчального процесу ППФП;
- Підбирати адекватні поставленим завданням засоби і методи навчання;
- Визначати величину навантажень, адекватну можливостям індивіда;
- Оцінювати ефективність використовуваних засобів і методів у навчальному процесі;
- За допомогою систем тестів здійснювати поточний і етапний контроль за станом загальної і спеціальної працездатності, займатися і вносити корективи в освітній процес;
- Навчати руховим діям;
- Контролювати ефективність техніки фізкультурно-спортивних рухів, розробляти і використовувати прийоми її вдосконалення;
- Використовувати комп'ютерну техніку, комп'ютерні програми для планування навчального та тренувального процесів, обліку виконуваних тренувальних навантажень, контролю за станом тих, що займаються, коригування тренувального процесу, вирішення інших практичних завдань;
- Сприяти формуванню особистості учнів в процесі занять фізичною культурою і спортом, її залученню до загальнолюдських цінностей, до здорового способу життя.

Програма курсу «Основи професійно-прикладної фізичної культури і спорту» складена у відповідності з вимогами ступеневої підготовки фахівців з кваліфікаційним рівнем «магістр».

Навчальний процес складається з лекцій, практичних занять, а також самостійної роботи студентів з відповідною кількістю годин кожного розділу.

Лекції. Цільове спрямування: інформаційне забезпечення теоретичного матеріалу. Методичне забезпечення: лекційний курс. Контрольні заходи: підсумковий контроль – контроль засвоєння студентами теоретичного матеріалу – семестровий контроль.

Практичні заняття. Цільове спрямування: формування професійних умінь та навичок практичного застосування основних теоретичних положень.

Самостійна робота. Цільове спрямування: підвищення рівня індивідуальної підготовки, розкриття індивідуальних творчих здібностей. Методичне забезпечення: методичні матеріали. Контрольні заходи: а) поточний контроль; б) підсумковий контроль.

В результаті вивчення дисципліни студент повинен:

Знати:

- сутність і значущість своєї майбутньої професії, основні проблеми, що визначають конкретну область професії, їх взаємозв'язок у системі знань;
- професійно-прикладна фізична підготовка студентів;

- методичні основи організації професійно-прикладної фізичної підготовки;
- курування процесом професійно-прикладної фізичної підготовки;
- загальні категорії та поняття професійно-прикладної фізичної підготовки студентів та працюючого населення;
- методичні аспекти професійно-прикладної фізичної культури.

Вміти:

- Аналізувати спеціальну науково-методичну літературу;
- Творчо використовувати отримані знання під час розв'язування ситуаційних завдань; володіти науково-методичними даними професійно-прикладної фізичної підготовки; підготувати контрольну та реферативну роботу, використовуючи сучасні наукові матеріали;
- Уміти використовувати отримані знання у майбутній практичній діяльності;
- Визначати здібності і рівень готовності особистості включитися у відповідну фізкультурно-оздоровчу діяльність;
- Планувати різні форми занять з урахуванням медико-біологічних, санітарно-гігієнічних, психолого-педагогічних основ фізкультурної діяльності, кліматичних, регіональних, національних особливостей з метою вдосконалення природних даних, підтримки здоров'я, оздоровлення та рекреації займаються;
- Використовувати у своїй діяльності лексику професійного спрямування;
- Використовувати у професійній діяльності актуальні прийоми навчання і виховання, різноманітні форми занять з урахуванням вікових, морфо-функціональних і психологічних особливостей тих, хто займаються, рівня їх фізичної і професійної підготовленості;
- Підбирати засоби і методи, адекватні поставленим завданням;
- Використовувати технічні засоби та інвентар для підвищення ефективності фізкультурно-оздоровчих занять;
- Визначати функціональний стан, фізичний розвиток і рівень підготовленості тих хто займаються в різні періоди вікового розвитку;
- Використовувати методи педагогічної та психологічної діагностики;
- Використовувати педагогічні, медико-біологічні методи контролю для оцінки впливу фізичних навантажень на індивіда і вносити відповідні корективи в процес занять;
- Надавати першу долікарську допомогу постраждалим в процесі фізкультурно-оздоровчих занять;

Володіти:

- Технічними елементами прикладних видів спорту, а також прийомами пояснення і демонстрації основних і допоміжних елементів;
- Способами нормування та контролю навантажень;
- Методами і засобами збору, узагальнення та використання інформації;
- Різними засобами комунікації у професійній діяльності.

2. Структура залікових кредитів дисципліни

(2 курс 3 семестр, магістерський рівень)

Назва теми	Кількість годин, відведених на					
	лекції		практичні заняття		самостійну роботу	
	ДФН	ЗФН	ДФН	ЗФН	ДФН	ЗФН
Тема 1 – «Становлення і розвиток ППФК»	1	-	2	-	6	12
Тема 2 – «Сучасні уявлення про виховання ППФК»	2	-	4	-	8	12
Тема 3 - «Засоби та методи виховання професійно-прикладної фізичної культури»	2	-	4	-	8	14
Тема 4 – «Форми організації занять з виховання професійно-прикладної фізичної культури»	2		4		8	12
Тема 5 - «Планування, контроль та управління процесом виховання ППФК»	2	-	4	-	6	12
Тема 6 – «Виховання ППФК учнівської молоді»	2	-	4	-	8	12
Тема 7 – «Виховання ППФК студентської молоді»	2		4		8	12
Тема 8 – «Військово-прикладна фізична підготовка»	2	-	4	-	8	14
Тема 9 – «Прикладні види спорту»	2	2	4	4	9	14
<i>Разом за семестр</i>	<i>17</i>	<i>2</i>	<i>34</i>	<i>4</i>	<i>69</i>	<i>114</i>

3. Програма навчальної дисципліни

3.1. Зміст лекційного курсу

(2 курс, 3 семестр)

№	Перелік змістових модулів, тем лекцій, їх анотацій	К-ть год.	
		ДФН	ЗФН
1	Тема 1 – «Становлення і розвиток ППФК». Взаємозв'язок з іншими дисциплінами. Охарактеризовано основні етапи прикладного фізичного виховання та спорту. Висвітлюються форми і методи роботи з навчальною літературою. Література: [1 с.14-29, 2 с.24-35]	1	-
2	Тема 2 – «Сучасні уявлення про виховання ППФК». Розглядаються загальні методи науково-педагогічного дослідження у сфері прикладного фізичного виховання та спорту. Література: [2 с.36-78]	2	-
3	Тема 3 – «Засоби та методи виховання професійно-прикладної фізичної культури». Розглядаються загальні засоби та методи виховання у сфері прикладного фізичного виховання та спорту Література: [6 с. 15-42]	2	-
4	Тема 4 – «Форми організації занять з виховання професійно-прикладної фізичної культури». Містить основні вимоги щодо організації занять з виховання професійно-прикладної фізичної культури з урахуванням діючих нормативних положень. Література: [3 с. 14-67, 4 с. 10-31]	2	-

5	Тема 5 – «Планування, контроль та управління процесом виховання ППФК». Подаються загальні вимоги щодо планування, контролю та управління процесом виховання ППФК. Література: [1 с. 47-61, 5 с.15-36]	2	-
6	Тема 6 – «Виховання ППФК учнівської молоді». Характеристика навчальних програм з фізичної культури для учнів ЗНЗ, складання плану роботи, організації роботи над теоретичною і практичною частинами уроку. Література: [3 с. 28-53, 6 с. 55-61]	2	-
7	Тема 7 – «Виховання ППФК студентської молоді» Характеристика навчальних програм з професійно-прикладної фізичної культури для студентів ЗВО, складання плану роботи, організації роботи над теоретичною і практичною частинами занять Література: [5 с. 51-77, 7 с.12-23]	2	-
8	Тема 8 – «Військово-прикладна фізична підготовка» Висвітлена структура військово-прикладної фізичної підготовки Література: [5 с. 35-68]	2	-
9	Тема 9 – «Прикладні види спорту» Характеристика прикладних видів спорту Література: [5 с. 69-88]	2	2
<i>Разом за семестр</i>		17	2

3.2 Зміст практичних занять (2 курс, 3 семестр)

№	Тема практичного заняття	К-ть год.	
		ДФН	ЗФН
1	Тема 1 – «Становлення і розвиток ППФК». Взаємозв'язок з іншими дисциплінами. Охарактеризовано основні етапи прикладного фізичного виховання та спорту. Висвітлюються форми і методи роботи з навчальною літературою. Література: [1 с.14-29, 2 с.24-35]	2	-
2	Тема 2 – «Сучасні уявлення про виховання ППФК». Розглядаються загальні методи науково-педагогічного дослідження у сфері прикладного фізичного виховання та спорту. Література: [2 с.36-78]	4	-
3	Тема 3 – «Засоби та методи виховання професійно-прикладної фізичної культури». Розглядаються загальні засоби та методи виховання у сфері прикладного фізичного виховання та спорту Література: [6 с. 15-42]	4	-
4	Тема 4 – «Форми організації занять з виховання професійно-прикладної фізичної культури». Містить основні вимоги щодо організації занять з виховання професійно-прикладної фізичної культури з урахуванням діючих нормативних положень. Література: [3 с. 14-67, 4 с. 10-31]	4	-
5	Тема 5 – «Планування, контроль та управління процесом виховання ППФК». Подаються загальні вимоги щодо планування, контролю та управління процесом виховання ППФК. Література: [1 с. 47-61, 5 с.15-36]	4	-

6	Тема 6 – «Виховання ППФК учнівської молоді». Характеристика навчальних програм з фізичної культури для учнів ЗНЗ, складання плану роботи, організації роботи над теоретичною і практичною частинами уроку. Література: [3 с. 28-53, 6 с. 55-61]	4	-
7	Тема 7 – «Виховання ППФК студентської молоді» Характеристика навчальних програм з професійно-прикладної фізичної культури для студентів ЗВО, складання плану роботи, організації роботи над теоретичною і практичною частинами занять Література: [5 с. 51-77, 7 с.12-23]	4	-
8	Тема 8 – «Військово-прикладна фізична підготовка» Висвітлена структура військово-прикладної фізичної підготовки Література: [5 с. 35-68]	4	-
9	Тема 9 – «Прикладні види спорту» Характеристика прикладних видів спорту Література: [5 с. 69-88]	4	4
Разом за семестр		34	4

3.3 Зміст самостійної (у т.ч. індивідуальної) роботи

Самостійна робота студентів полягає у систематичному опрацюванні програмного матеріалу, підготовці до виконання і захисту практичних робіт, реферату, презентацій, тестування з теоретичного матеріалу, виконанні індивідуальних завдань тощо.

№	Зміст самостійної роботи	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	Опрацювання лекційного матеріалу №1.	6	12
2	Опрацювання лекційного матеріалу №2. Впровадження результатів наукових досліджень з проблеми виховання ППФК в практику фізичного виховання та спорту.	8	12
3	Опрацювання лекційного матеріалу №3. Організація проведення наукового дослідження з проблеми виховання ППФК в галузі фізичного виховання та спорту.	8	14
4	Опрацювання лекційного матеріалу №4. Підготовка до поточного контролю за темами №1,№2,№3,№4.	8	12
5	Опрацювання лекційного матеріалу №5.	6	12
6	Опрацювання лекційного матеріалу №6.	8	12
7	Опрацювання лекційного матеріалу №7.	8	12
8	Опрацювання лекційного матеріалу №8.	8	14
9	Опрацювання лекційного матеріалу №9. Підготовка до поточного контролю за темами №5,№6,№7,№8,№9. Підготовка до поточного контролю розділів програми, які не викладаються на лекціях.	9	14
Разом за 7 семестр		69	114

Орієнтовна тематика індивідуального завдання для самостійної роботи студентів

1. Охарактеризуйте становлення дисципліни «Професійно-прикладна фізична культура».
2. Опишіть взаємозв'язок між фізичним вихованням та трудовою діяльністю.
3. Розкрийте роль фізичної культури в підготовці до трудової діяльності.
4. Опишіть історію виникнення професійно-прикладної фізичної підготовки.
6. Опишіть якості, що розвиваються за допомогою ППФП.
7. Цілі та задачі ППФП.
8. Визначте фактори, що впливають на зміст ППФП та опишіть їх.

9. Зміст та особливості складання професіограми. Складіть професіограму обраної професії.
10. ППФП у ЗВО: Цілі та задачі фізичного виховання студентів.
39. Прикладні види спорту і спортивні дисципліни, рекомендовані для ППФП спеціалістів масових професій.

Орієнтовні теми контрольних робіт для студентів заочної форми навчання

1. Роль фізичної культури в підготовці до трудової діяльності.
2. Історія виникнення професійно-прикладної фізичної підготовки.
3. ППФП як невід'ємна частина трудової діяльності.
4. Фактори, що впливають на зміст ППФП різних професій.
5. Зміст та особливості складання професіограми. Професіограма обраної професії.
6. ППФП у ЗВО: фізичне виховання студентів.
7. Загальна характеристика та принципи відбору засобів для ППФП.
8. Професійно-прикладні засоби фізичної підготовки майбутніх спеціалістів.
9. Формування професійно важливих фізичних і психічних якостей.
10. Сучасні уявлення про класифікацію методів ППФП.
11. Види спорту і спортивні дисципліни як засоби підготовки спеціалістів масових професій.
12. Супутня ППФП та особливості її використання.
13. Професійно-прикладні види спорту.
14. Особливості підбору засобів та методів для занять з ППФП.
15. Планування занять з ППФП у ЗВО.
16. ППФП фахівців різних професій.
17. Керування процесом ППФП.
18. Забезпечення процесу ППФП.
19. Тренажери, що використовуються у процесі ППФП.

4. Технології навчання

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій, зокрема: лекції (з використанням методів проблемного навчання і візуалізації); практичні заняття (з використанням методів комп'ютерного моделювання, тренінгів, майстер-класів, практикумів), самостійна робота (індивідуальні завдання; курсове проектування) і мають за мету – оволодіння студентами спеціальною термінологією і набуття ними практичних навичок з ППФП за різними методиками тощо.

5. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час лекційних та практичних занять, а також у дні встановлених робочою програмою і графіком навчального процесу. При цьому використовуються такі методи поточного контролю:

- усне опитування перед допуском до практичного заняття;
- захист практичних робіт із розробкою презентацій;
- тестовий контроль теоретичного матеріалу з теми;
- презентація індивідуальних завдань;
- виконання домашніх завдань.

При виведенні підсумкової семестрової оцінки враховуються результати як поточного контролю, так і підсумкового контрольного заходу, який проводиться методом тестування з усього матеріалу дисципліни. Студент, який набрав позитивний середньозважений бал за поточну роботу і не здав підсумковий контрольний захід, вважається невстигаючим.

6. Оцінювання результатів навчання студентів у семестрі

Кожний вид роботи з дисципліни оцінюється за **чотирибальною** шкалою. Семестрова підсумкова оцінка визначається як середньозважена з усіх видів навчальної роботи, виконаних і зданих **позитивно** з урахуванням коефіцієнта вагомості. Вагові коефіцієнти змінюються залежно від структури дисципліни і важливості окремих видів її робіт.

Оцінка, яка виставляється за практичне заняття, складається з таких елементів: усне

опитування студентів перед допуском до практичного заняття; знання теоретичного матеріалу з теми; якість оформлення презентації; вільне володіння студентом спеціальною термінологією і уміння професійно обґрунтувати прийняті конструктивні рішення; своєчасний захист практичного заняття. У кінці семестру студент має сформувати портфоліо із графічної частини лабораторних робіт.

Термін захисту практичного заняття вважається своєчасним, якщо студент захистив його після лекційного заняття. Пропущене заняття студент зобов'язаний відпрацювати у встановлений викладачем термін з реєстрацією у відповідному журналі, але не пізніше, ніж за два тижні до кінця теоретичних занять у семестрі.

Засвоєння студентом теоретичного матеріалу з дисципліни оцінюється тестуванням. Виконання індивідуального завдання завершується його презентацією у терміни, встановлені графіком самостійної роботи.

Оцінювання знань студентів здійснюється за такими критеріями:

Оцінка за національною шкалою	Узагальнений критерій
Відмінно	Студент глибоко і у повному обсязі опанував зміст навчального матеріалу, легко в ньому орієнтується і вміло використовує понятійний апарат; вміє пов'язувати теорію з практикою, вирішувати практичні завдання, впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає грамотний, логічний виклад відповіді (як в усній, так і у письмовій формі), якісне зовнішнє оформлення роботи. Студент не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки. При відповіді допустив дві–три несуттєві <i>помилки</i> .
Добре	Студент виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних задач; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання закономірностей тощо. Відповідь студента має будуватися на основі самостійного мислення. Студент у відповіді допустив дві–три <i>несуттєві помилки</i> .
Задовільно	Студент виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою. Як правило, відповідь студента будується на рівні репродуктивного мислення, студент має слабкі знання структури курсу, допускає неточності і <i>суттєві помилки</i> у відповіді, вагається при відповіді на видозмінене запитання. Разом з тим набув навичок, необхідних для виконання нескладних практичних завдань, які відповідають мінімальним критеріям оцінювання і володіє знаннями, що дозволяють йому під керівництвом викладача усунути неточності у відповіді.
Незадовільно	Студент виявив розрізнені, безсистемні знання, не вміє виділяти головне і другорядне, допускається помилок у визначенні понять, перекручує їх зміст, хаотично і невпевнено викладає матеріал, не може використовувати знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка "незадовільно" виставляється студенту, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення дисципліни.

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання студентів у семестрі за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота	Самостійна, індивідуальна робота	Семестровий контроль, іспит
<i>Третій семестр</i>		
Лекційні та практичні заняття Т №:1-9. Реферат (ІЗ)	Поточний контроль: № 1,2	Підсумковий контрольний захід
ВК*:	0,2	0,4

Умовні позначення: Т – тема дисципліни; ВК – ваговий коефіцієнт, ІЗ – індивідуальне завдання.

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання студентів заочної форми навчання у семестрі за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота			Самостійна, індивідуальна робота		Семестровий контроль (іспит)	
_____ семестр						
Лекційні та практичні заняття №:			Контрольна робота		Індивідуальне завдання. Реферат (презентація)	Підсумковий контрольний захід
1	2	3	Якість виконання	Оцінка за захист	1	1
ВК*:	0,2		0,1	0,1	0,1	0,5

Оцінювання тестових завдань

Поточний та підсумковий контрольний захід для кожного студента складається з двадцяти п'яти тестових завдань, кожне з яких оцінюється одним балом. Максимальна сума балів, яку може набрати студент, складає 25.

Оцінювання здійснюється за чотирибальною шкалою.

Відповідність набраних балів за тестове завдання оцінці, що виставляється студенту, представлена у нижченаведеній таблиці.

Сума балів за тестові завдання	1–13	14–16	17–22	23–25
Оцінка за 4-бальною шкалою	2	3	4	5

На тестування відводиться 25-30 хвилин. Правильні відповіді студент записує у талоні відповідей. При цьому усі графи для відповідей мають бути заповнені цифрами, що відповідають правильним, на погляд студента, відповідям. Викладач на наступному занятті оголошує результати тестування. Тестування студент може також пройти і в он-лайн режимі у модульному середовищі для навчання MOODLE.

Якщо студент отримав негативну оцінку, то він має перездати її в установленому порядку, але обов'язково до терміну наступного контролю.

Підсумкова семестрова оцінка за національною шкалою і шкалою ЄКТС встановлюється в автоматизованому режимі після внесення викладачем усіх оцінок до електронного журналу. Співвідношення вітчизняної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС наведені у таблиці.

Співвідношення вітчизняної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Інституційна інтервальна шкала балів	Вітчизняна оцінка, критерії	
A	4,75–5,00	5	Відмінно – глибоке і повне опанування навчального матеріалу і виявлення відповідних умінь та навиків
B	4,25–4,74	4	Добре – повне знання навчального матеріалу з кількома незначними помилками
C	3,75–4,24	4	Добре – в загальному правильна відповідь з двома-трьома суттєвими помилками
D	3,25–3,74	3	Задовільно – неповне опанування програмного матеріалу, але достатнє для практичної діяльності за професією
E	3,00–3,24	3	Задовільно – неповне опанування програмного матеріалу, що задовольняє мінімальні критерії оцінювання
FX	2,00–2,99	2	Незадовільно – безсистемність одержаних знань і неможливість продовжити навчання без додаткових знань з дисципліни
F	0,00–1,99	2	Незадовільно – необхідна серйозна подальша робота і повторне вивчення дисципліни

Залік виставляється, якщо середньозважений бал, який отримав студент з дисципліни, знаходиться у межах від 3,00 до 5,00 балів. При цьому за вітчизняною шкалою ставиться оцінка «зараховано», а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом кількості балів відповідно до таблиці Співвідношення.

7. Питання для самоконтролю здобутих студентами знань

1. Дайте характеристику основним термінам дисципліни “Професійно-прикладна фізична культура”.
2. Опишіть взаємозв’язок між фізичним вихованням та трудовою діяльністю.
3. Розкрийте роль фізичної культури в підготовці до трудової діяльності.
4. Опишіть історію виникнення професійно-прикладної фізичної підготовки.
5. Яким чином успішність професійної діяльності пов’язана з рівнем фізичної працездатності. Наведіть приклади.
6. Опишіть якості, що розвиваються за допомогою ППФП.
7. Цілі та задачі ППФП.
8. Визначте фактори, що впливають на зміст ППФП та опишіть їх.
9. Зміст та особливості складання професіограми. Складіть професіограму обраної професії.
10. ППФП у ЗВО: Цілі та задачі фізичного виховання студентів.
11. Які фактори впливають на зміст ППФП.
12. Особливості роботи викладача з ППФП у ЗВО.
13. Програма з фізичного виховання у ЗВО.
14. Назвіть основні форми організації ППФП в учбовому процесі з ФВ у сучасному ЗВО.
15. Напрямки реалізації ППФП у ЗВО.
16. Приблизний зміст ППФП студентів різних спеціальностей.
17. Засоби ППФП. Фізична вправа – основний засіб фізичного виховання.
18. Загальна характеристика засобів ППФП.
19. Принципи відбору засобів для ППФП.
20. Професійно-прикладні засоби фізичної підготовки майбутніх спеціалістів.
21. Класифікація фізичних вправ та їх використання в процесі ППФП.
22. Зміст фізичних вправ, що використовуються у ППФП.
23. Природні сили навколишнього середовища та гігієнічні фактори як засоби ППФП.
24. Вплив навколишнього середовища на трудову діяльність людини.
25. Природні сили навколишнього середовища засоби ППФП
26. Гігієнічні фактори як засоби ППФП.
27. Формування професійно важливих фізичних і психічних якостей.
28. Опишіть методику формування здатності дозувати силове напруження.
29. Опишіть методику формування загальної витривалості.
30. Опишіть методику формування статичної витривалості.
31. Опишіть методику розвитку простої та складної зорово-моторної реакції.
32. Опишіть методику розвитку рівноваги та вестибулярної стійкості.
33. Опишіть методику формування стійкості до несприятливих метеорологічних чинників виробничого середовища.
34. Формування професійних навичок засобами ППФП.
35. Методи ППФП.
36. Сучасні уявлення про класифікацію методів ППФП.
37. Структура занять з ППФП
38. Види занять з ППФП.
39. Види спорту і спортивні дисципліни, рекомендовані для ППФП спеціалістів масових професій.
40. Комплекси ППФП та їх використання.
41. Супутня ППФП та особливості її використання.
42. Професійно-прикладні види спорту.
43. Принципи побудови занять з ППФП.
44. Особливості підбору засобів та методів для занять з ППФП.

45. Загальні уявлення про планування занять з ППФП.
46. Планування занять з ППФП у ЗВО.
47. Планування ППФП фахівців різних професій.
48. Керування процесом ППФП.
49. Моделювання, прогнозування та контроль процесу ППФП.
50. Забезпечення процесу ППФП.
51. Тренажери, що використовуються у процесі ППФП.

8. Методичне забезпечення

Навчальний процес з дисципліни «Основи професійно-прикладної фізичної культури і спорту» повністю і в достатній кількості забезпечений необхідною навчально-методичною літературою. Зокрема, викладачами кафедр та іншими підготовлені і видані такі роботи:

1. Мізенко Т.С. Методична розробка «Професійно-прикладна фізична підготовка» : <https://naurok.com.ua/metodichna-rozrobka-profesiyno-prikladna-fizichna-pidgotovka-385617.html> (дата звернення: 11.08.2024).
2. Петелько В.В. Професійно-прикладна фізична підготовка у професійно-технічних навчальних закладах : [file:///D:/%D0%9F%D0%9F%D0%A4%D0%9A/%D0%B2%D0%B8%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB_metod_profes_spryamov_fizra_15_redag_NEW%20\(1\).pdf](file:///D:/%D0%9F%D0%9F%D0%A4%D0%9A/%D0%B2%D0%B8%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB_metod_profes_spryamov_fizra_15_redag_NEW%20(1).pdf) (дата звернення: 11.08.2024).
3. Професійно-прикладна спрямованість занять з фізичного виховання студентів напряму підготовки «Економіка і підприємництво» (на прикладі студентів спеціальності «Маркетинг») [електронний ресурс] : методичні рекомендації для студентів /ХНУ / А. А. Ребрина. – Хмельницький, 2010. – 51 с. : http://Library.tup.km.ua/asp/php_f

9. Рекомендована література

Основна

1. Асаулюк І. О. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів мистецьких спеціальностей : file:///D:/%D0%9F%D0%9F%D0%A4%D0%9A/%D0%90%D1%81%D0%B0%D1%83%D0%BB%D1%8E%D0%BA_aref_asaulyuk_i.o_2020.pdf (дата звернення: 11.08.2024).
2. Гвоздецька С.В., Рибалко П.Ф., Чередніченко С.В. П 68 Професійно-прикладна фізична підготовка: навчально-методичний посібник для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) : <https://repository.sspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/5c3e75f0-0219-4be9-9e00-0a21b8cb6140/content> (дата звернення: 11.08.2024).
1. Круцевич Т.Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей та підлітків у процесі фізичного виховання: Навч. посібник. – К.: Олімпійська література, 2019. – 232с.
2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник в 2-х томах. Т 1. / Т.Ю. Круцевич – К.: Олімп. л-ра, 2017. – 392 с.
3. Раєвський Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вищих навчальних закладів : навч.-метод. посіб. / Р. Т. Раєвський, С. М. Канішевський : за заг. ред. проф. Р. Т. Раєвського. – О. : Наука і техніка, 2010. – 380 с.

Допоміжна

1. Маляр Е. І. Розвиток професійно-важливих якостей майбутніх податківців : дис. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту : 24.00.02 / Едуард Імреївич Маляр. – Львів, 2008. – 226 с.

2. Ребрина А. А. Робоча програма навчальної дисципліни. Професійно-прикладна фізична культура: <https://core.ac.uk/download/pdf/33688146.pdf> (дата звернення: 11.08.2024).
3. Ребрина А. А. Організаційно-педагогічні умови забезпечення професійної спрямованості фізичного виховання майбутніх фахівців з маркетингу: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / 2. Анатолій Арсенович Ребрина – Тернолість, 2011. – 266 с.
4. Римик Р. ППФП учнів ПТУ як педагогічна проблема / Р. Римик // Молода спортивна наука України : зб. наук. статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2003. – Вип. 7. – Т. 2. – С. 565–567.
5. Смолякова І. До проблеми ППФП майбутніх інженерів-механіків / І. Смолякова // Молода спортивна наука України : зб. наук. статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2003. – Вип. 7. – Т. 2. – С. 422–426.
6. Філінков В. ППФП працівників розумової праці / В. Філінков // Молода спортивна наука України : зб. наук. статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2003 – Вип. 7. – Т. 2. – С. 582–585.
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : у 2 ч. Ч. 1. / Б. М. Шиян– Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : у 2 ч. Ч. 2. / Б. М. Шиян– Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2002. – 248 с.

10. Інформаційні ресурси

1. Модульне середовище для навчання. Доступ до ресурсу: <https://msn.khmnu.edu.ua/course/view.php?id=6506> .
2. Електронна бібліотека університету. Доступ до ресурсу: http://lib.khmnu.edu.ua/asp/php_f/p1age_lib.php .
3. Репозитарій ХНУ. Доступ до ресурсу: <https://library.khmnu.edu.ua/#>.