Національний технічний університет України
«КИЇВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ
імені ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО»

Кафедра технологій
оздоровлення і спорту

Складно-координаційні види спорту

(Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування)

Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

Реквізити навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	*Перший (бакалаврський)*
Галузь знань	*Всі*
Спеціальність	*Всі*
Освітня програма	*Всі*
Статус дисципліни	*Вибіркова*
Форма навчання	*Заочна*
Рік підготовки, семестр	*2-й курс, осінній / весняний семестр*
Обсяг дисципліни	*2 кредити (60 год)* аудиторні заняття: лекції – 6 годин, практичні –2 години, самостійна робота – 52 години
Семестровий контроль/ контрольні заходи	*Залік, домашня контрольна робота*
Розклад занять	*За розкладом факультетів*
Мова викладання	*Українська*
Інформація про керівника курсу / викладачів	*http://ktos-fbmi.kpi.ua/article/spivrobitnyky*
Розміщення курсу	

Програма навчальної дисципліни

1. Опис навчальної дисципліни, її мета, предмет вивчання та результати навчання

Основною метою навчальної дисципліни «Складно-координаційні види спорту (**Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування**)» є формування у здобувачів вищої освіти здатності підтримувати на достатньому рівні стан фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності; розвивати основні життєво необхідні професійно-прикладні рухові навички; формувати мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складової здорового способу життя;

Дисципліна «Складно-координаційні види спорту (**Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування**)» має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує, відповідно до свого предмету, знання з медико-біологічних, психолого-педагогічних та інших наук, які сприяють підвищенню рівня фізичного розвитку, функціональному удосконаленню систем організму, набуттю основних життєво важливих рухових навичок, вмінь для подальшої професійної діяльності.

В результаті вивчення навчальної дисципліни «Складно-координаційні види спорту (**Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування**)» здобувачі вищої освіти зможуть:

1) використовувати засоби **аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування** з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров`я;
2) здійснювати контроль та самоконтроль за функціональним станом організму;

3) забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров`я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.

2. Пререквізити та постреквізити дисципліни (місце в структурно-логічній схемі навчання за відповідною освітньою програмою)

Дисципліна «Складно-координаційні види спорту (**Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування**)» відноситься до циклу дисциплін загальної підготовки, вона є вибірковим компонентом Освітньої програми. Для успішного засвоєння дисципліни здобувачами вищої освіти необхідно належати за станом здоров'я до основної чи підготовчої медичної групи.

3. Зміст навчальної дисципліни

Тематика практичних занять.

Тема 1.	Інформаційне забезпечення проведення занять з аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування.
Тема 2.	Методика визначення індивідуального фізичного стану. Аналіз та оцінювання рівня індивідуальної фізичної підготовленості.
Тема 3.	Вдосконалення фізичної підготовленості засобами аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування (на самостійне вивчення)
Тема 4.	Вдосконалення техніки виконання фізичних вправ з аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування (на самостійне вивчення)
Тема 5.	Контроль і оцінювання рівня власної фізичної підготовленості (на самостійне вивчення)
Тема 6	Вдосконалення фізичних якостей засобами аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування
Тема 7	Тестування рівня фізичної підготовленості (на самостійне вивчення).

4. Навчальні матеріали та ресурси

Базова навчальна література:

Навчальні посібники:

1. Фізичне виховання. Аеробіка [Електронний ресурс]: навчальний посібник / КПІ ім. Ігоря Сікорського; уклад. С. Є. Толмачова, Н. В. Кузьменко, А. Ю. Чеховська, І. Ю. Захарова. – Електронні текстові дані (1 файл: 4,04 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. – 151 с. – Назва з екрану.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/32204

2. Синиця С. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навч. посіб. / Сергій Синиця, Людмила Шестерова. - Полтава, ПНПУ, 2010. - 244 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10042

3. Розвиток швидкісно-силових якостей та спеціальної витривалості спортсменок високого класу у спортивному командному фітнесі: навч. посіб. / Атаманюк С. І., Пасічна Т. В. – Вид-во: Запоріжжя, НУ «Запорізька політехніка», 2020. – 141 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/36363

4. Школа О. М. Сучасні фітнес-технології оздоровчо-рекреаційної спрямованості: навчальний посібник / О. М. Школа, А. В. Осіпцов; Комунальний заклад «ХГПА» ХОР. – Харків, 2017. – 217 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

http://repository.khpa.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/975/1/Сучасні%20фітнес-технології%20ПОСИБНИК.pdf

5. Силові види спорту: Атлетична гімнастика [Електронний ресурс] : навч. посіб. для студ. / КПІ ім. Ігоря Сікорського; уклад.: Сиротинська О.К, Сабіров О.С, Сироватко З.В., Чеховська А.Ю..

– Електронні текстові данні (1 файл: 16,8 МБ). – Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. – 157 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/50027

6. Методичні рекомендації для студентів «Основні принципи та методи хореографічної побудови уроку з аеробіки» [Електронний ресурс] / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад. С. Є. Толмачова. – Електронні текстові данні (1 файл: 159,02 Кбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 42 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/19558

7. Фізичне виховання [Електронний ресурс]: методичні рекомендації для самостійних занять з фізичного виховання для студентів навчального відділення аеробіки НТУУ «КПІ». Методичні рекомендації для студентів, які займаються аеробікою / НТУУ «КПІ»; уклад. Н. В. Іванюта, С. Є. Толмачова, Н. В. Кузьменко, Н. В. Градусова [та ін.]. – Електронні текстові данні (1 файл: 32,4 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2015. – 137 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/15480

8. Методичні рекомендації для виконання комплексу вправ за системою пілатес [Електронний ресурс] / НТУУ «КПІ» ; уклад. С. Є. Толмачова, Н. В. Іванюта. – Електронні текстові дані (1 файл: 17,1 Мбайт). – Київ : НТУУ «КПІ», 2014. – 66 с. – Назва з екрана

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/8148

9. Базова аеробіка у структурі оздоровчого фітнесу [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів усіх спеціальностей / НТУУ «КПІ»; уклад. Н. В. Градусова, Н. В. Кузьменко. – Електронні текстові дані (1 файл: 187 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2011. – Назва з екрана. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1780

Допоміжна навчальна література:

1. Основи оздоровчого фітнесу: Навчальний посібник: посібник [Електронний ресурс] / [упоряд. О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко]; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. – Черкаси: ЧДТУ, 2020. – 194 с. –Навчальний посібник. – Черкаси, 2020. - 194 с. Режим доступу:

https://er.chdtu.edu.ua/bitstream/ChSTU/2380/1/Основи%20оздоровчого%20фітнесу.pdf

2. Толмачова С. Є., Іванюта Н. В. Методичні рекомендації по пілатес для студентів І-ІІ курсів для самостійних занять студентів відділення навчальної аеробіки. – Електронний варіант: www.library.kpi.ua, 2014 – 66 с.

3. Індивідуалізація навчального процесу студентів на практичних заняттях з шейпінгу [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять для студентів навчального відділення шейпінгу / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: Г. Л. Бойко, С. У. Шарафутдінова, Т. Г. Козлова, Н. В. Іванюта, Н. Є. Гаврилова. – Електронні текстові дані (1 файл: 737,41 Кбайт). – Київ, 2017. – 58 с. - Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/20446

4. Фізичне виховання [Електронний ресурс] : методичні рекомендації для самостійних занять з фізичного виховання для студентів навчального відділення аеробіки НТУУ «КПІ». Методичні рекомендації для студентів, які займаються аеробікою / НТУУ «КПІ» ; уклад. Н. В. Іванюта, С. Є. Толмачова, Н. В. Кузьменко, Н. В. Градусова [та ін.]. – Електронні текстові данні (1 файл: 32,4 Кбайт). – Київ : НТУУ «КПІ», 2015. – 137 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/15480

5. Фізичне виховання. Методичні рекомендації для виконання комплексу вправ з фітболом для студентів навчального відділення аеробіки НТУУ «КПІ» [Електронний ресурс] / НТУУ «КПІ»; уклад. Н. В. Іванюта, С. Є. Толмачова. – Електронні текстові дані (1 файл: 906 КБ). – Київ: НТУУ «КПІ», 2015. – 42 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/11742

6. Розвиток фізичних якостей на заняттях шейпінгом [Електронний ресурс] : методичні рекомендації до практичних занять для студентів навчального відділення шейпінгу / НТУУ «КПІ» ; уклад. Г. Л. Бойко, О. Ф. Твердохліб, Т. Г. Козлова, С. У. Шарафутдінова, Н. Є. Гаврилова. – Електронні текстові дані (1 файл: 1,60 Мбайт). – Київ : НТУУ «КПІ», 2014. – 31 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/10148

7. Фізичне виховання. Гімнастичне багатоборство та акробатичні стрибки. Навчання техніці виконання вправ [Електронний ресурс]: навчальний посібник для студентів / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: І. В. Зеніна, С. Є. Толмачова, І. Ю. Захарова. – Електронні текстові данні (1файл: 1,63 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2018. – 138 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/22927\

8. Фізичне виховання. Легка атлетика - фітнес [Електронний ресурс] : навч. посіб. для студ. всіх спеціальностей / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: Новицький Ю. В., Гаврилова Н. М., Прус Н. М., Руденко Г. А., Скибицький І. Г., Ускова С. М. – Електронні текстові дані (1 файл: 2,79 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 152 с. – Назва з екрана

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/44515

9. Фізичне виховання. Плавання [Електронний ресурс] : навчальний посібник для студентів всіх спеціальностей / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: Дакал Н. А., Хіміч І. Ю., Антонюк О. В., Парахонько В. М., Смірнов К. М., Черевичко О. Г., Зубко В. В., Качалов О. Ю., Муравський Л. В. – Електронні текстові дані (1 файл: 4,52 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 216 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/42507

10. Основи здорового способу життя: оздоровчі фітнес програми [Електронний ресурс] : навчальний посібник для здобувачів ступеня бакалавра / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: І. В. Зеніна, В. Е. Добровольський, В. І. Шишацька. – Електронні текстові данні (1 файл: 1,14 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 78 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/42021

11. Саламаха, О. Є. Фізичне виховання. Основи прикладної техніки східних бойових мистецтв – карате, таеквон-до. Навчальний посібник для самостійної роботи студентів [Електронний ресурс]: навчальний посібник для студентів всіх спеціальностей / О. Є. Саламаха ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. – Електронні текстові данні (1 файл: 6,32 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 87 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/41508

12. Фізичне виховання. Спортивна гімнастика [Електронний ресурс] : навчальний посібник для здобувачів ступеня бакалавра / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: І. В. Зеніна, В. Е. Добровольський, В. І. Шишацька. – Електронні текстові данні (1 файл: 1,01 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 84 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/41115

Література для самостійного вивчення (теми: 3,4,5,7)

1. Фізичне виховання студентів: навч.-метод. посіб. / О.М. Школа, Д.В. Пятницька, А.В. Бойченко, Г.В. Таможанська, Л.К. Грищенко, О.І. Галашко, О.І. Грищенко, Д.В. Сичов, О.В. Фоменко, В.Х. Фоменко / за загал. ред. О.М. Школи. – Х.: ФОП Бровін О.В., 2016. – 456 с.

2. Розвиток швидкісно-силових якостей та спеціальної витривалості спортсменок високого класу у спортивному командному фітнесі: навч. посіб. / Атаманюк С. І., Пасічна Т. В. – Вид-во: Запоріжжя, НУ «Запорізька політехніка», 2020. – 141 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):
https://ela.kpi.ua/handle/123456789/36363

3. Синиця С.В., Шестерова Л.Є. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення: навч. посіб. / Полт. нац. пед. ун-т імені В.Г. Короленка. Полтава: ПНПУ, 2010. 244 с.

4. Воловик Н. Основи оздоровчого фітнесу: Навчальний посібник. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. 240 с.

5. Оздоровча аеробіка для студентів/ Тодорова В.Г./ Навчально-методичний посібник. – Одеса, 2013. – 53с.

6. Музична Ритміка І Основи Хореографії/ Тодорова В.Г./ Навчально-методичний посібник. – Одеса, 2013 . – 104с.

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

8. Фітбол – засіб вдосконалення фізичних якостей студенток медичних ВНЗ: навчально-методичний посібник / І.О. Сазанова, Е.Ю. Дорошенко, А.М. Гурєєва. – Запоріжжя: ЗДМУ, 2017. – 80 с.

9. Фітбол: методичні вказівки для студентів 1-2 курсів навчання усіх напрямів підготовки / уклад.: С.М. Киселевська, В.П. Брінзак, О.А. Войтенко. – К.: КНУБА, 2013. – 28 с.

10. Фізичне виховання. Оздоровчий фітнес: практикум / уклад.: В. В. Білецька, І. Б. Бондаренко. – К.: НАУ, 2013. – 52 с.

11. Деякі аспекти фізичного виховання студентської молоді. Методи сприяння розвитку координаційних здібностей за допомогою занять аеробікою / Череповська О. А., Пасічна Т. В., Сербо Є. В. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. – Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. – Вип. 4 (98). – с. 179–182. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): https://ela.kpi.ua/handle/123456789/30359

Навчальний контент

5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Тема 1. Інформаційне забезпечення проведення занять з Аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування.

Лекція. Характеристика складно-координаційних видів спорту (Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування).

Організація системи фізичного виховання в КПІ ім. Ігоря Сікорського. Особливості технічної підготовки в **складно-координаційних видах спорту (Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування).** Техніка безпеки на заняттях зі **складно-координаційних** видів спорту. Вплив занять зі **складно-координаційних** видів спорту **(Аеробіка: спортивна, танцювальна, тренінг силового спрямування)** на організм людини.

Тема 2. Методика визначення індивідуального фізичного стану.

Лекція. Оцінювання фізичного стану тих, хто займається складно-координаційними видами спорту.

Функціональна діагностика систем організму: тестування рівня функціонального стану ССС, дихальної системи та психофізичного стану організму людини. Антропометрія. Оцінка стану опорно-рухового апарату. Тестування рівня розвитку фізичних якостей, технічної підготовленості. Методи самооцінки фізичних станів людини.

Тема 3. Вдосконалення фізичних якостей засобами аеробіки: спортивної, танцювальної, тренінгу силового спрямування.

Лекція. Розвиток та вдосконалення фізичних якостей засобами складно-координаційних видів спорту**.**

Методики розвитку фізичних якостей людини: швидкості, сили, координаційних здібностей, гнучкості, витривалості засобами **складно-координаційних** видів спорту. Особливості застосування фізичних навантажень відповідно до рівня фізичної підготовленості тих, хто займається. Методики відновлення фізичної працездатності.

Практичне заняття. Методики визначення індивідуального рівня функціонального стану серцево-судинної системи (ССС) дихальної та нервової систем організму. Особливості розвитку основних фізичних якостей людини. Оцінка рівня фізичної підготовленості тих, хто займається.

Теми домашньої контрольної роботи

1. Історія виникнення та розвитку аеробіки в Україні.
2. Танцювальна аеробіка, як вид рухової діяльності для підтримки високого рівня фізичної і розумової працездатності.
3. Спортивна аеробіка, як сучасний вид спорту для підтримки високого рівня фізичної і розумової працездатності.
4. Підвищення мотивації до занять з фізичного виховання засобами спортивної аеробіки, як складової якісної вищої освіти.
5. Формування мотивації до занять танцювальною аеробікою, як складової здорового способу життя.

6. Аеро Денс - командна програма спортивної аеробіки, рівень її розвитку в світі.
7. Види аеробіки її сучасні цілі та завдання.
8. Оволодіння різноманітними стилями танцювальної культури Фанк аеробіки для розвитку координаційних здібностей.
9. Прикладна аеробіка, як засіб відновлення та підтримки належного стану здоров'я.
10. Танцювальна аеробіка (на прикладі стилю Latino) як засіб відновлення працездатності студентів які займаються на навчальному відділенні.
11. Планування самостійних занять для студентів навчального відділення.
12. Степ-аеробіка, як засіб базової частини аеробіки.
13. Вплив музичного супроводу на емоційний стан студентів.
14. Степ-аеробіка як засіб командної роботи студентів для досягнення спільної мети.
15. Застосування базових аеробних вправ з фітболом, гімнастичними палицями, ізотонічними кільцями, як метод розвитку гнучкості, сили, силової витривалості.
16. Оволодіння різноманітними стилями танців в аеробіці, як засобу розвитку координаційних здібностей.
17. Оздоровчий вплив танцювальної аеробіки (на прикладі bachata) на функціональний стан здоров'я студенток технічних спеціальностей.
18. Belly dance як метод розвитку творчих здібностей студенток технічних вузів.
19. Навички та вміння застосування контролю за станом серцево-судинної та дихальної систем, запобігання травматизму та перша медична допомога при травматизмі та поганому самопочутті.
20. Стренфлекс – змагальне тестування здібностей студентів та рівня фізичного стану.

Вимоги до оформлення ДКР:

шрифт Times New Roman розмір шрифту – 14 пт

міжрядковий інтервал - 1,5 інтервали

параметри сторінки - формат А 4, орієнтація - книжна;

верхнє, нижнє поля - 20 мм, ліве поле - 25 мм, праве поле - 15 мм; відступ 1-ї строки абзацу 1,25 см, інтервал до абзацу та після абзацу 0;

обсяг роботи – 16-20 сторінок тексту (без титульного аркуша, сторінок з планом та літературою);

мова – українська;

Структура ДКР:

титульний аркуш, план роботи, вступ,

основна частина, висновки,

список літератури 8-12 джерел (активні посилання по тексту).

6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Підготовка до практичних занять, виконання домашньої контрольної роботи.

Самостійна робота здобувача вищої освіти (52 години) передбачає самостійне вивчення тем курсу, підготовку до аудиторних занять та контрольних заходів.

Розподіл годин СРС: підготовка до практичних занять – 20 годин; підготовка до ДКР – 30 годин; підготовка до заліку – 2 години.

Політика та контроль

7. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Система вимог, що ставляться перед здобувачем вищої освіти:

Правила поведінки на заняттях: дотримання вимог з техніки безпеки.

Правила захисту індивідуальних завдань: дотримання принципу академічної доброчесності.

- політика дедлайнів та перескладань: у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань

- інші вимоги, що не суперечать законодавству України та нормативним документам Університету:
- політика щодо академічної доброчесності: політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначені у кодексі честі КПІ ім.. Ігоря Сікорського (див: https//kpi.ua/code).

8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання (РСО)

1. Виконання тестових завдань на практичному занятті

На практичному занятті кожне тестове завдання з 20-ти тестів оцінюється в 2 бали.

Максимальна кількість балів за тестові завдання – 40 балів.

2. **Домашня контрольна робота**

Виконується реферативна робота за запропонованою тематикою

Максимальна оцінка – 60 балів.

Остаточна оцінка опанування здобувачем вищої освіти освітнього компонента оцінюється за результатом його роботи протягом семестру з переведенням його рейтингових балів до університетської шкали оцінювання (Таблиця 1).

Остаточний рейтинг здобувача вищої освіти *не може перевищувати 100 балів!*

Підсумковий контроль – **залік.**

Якщо за результатами роботи у семестрі здобувач вищої освіти набрав менше ніж 60 балів або він бажає підвищити свій рейтинговий бал, то йому надається можливість виконати *залікову контрольну роботу (інтегральний тест)*, а його попередній рейтинг анулюється.

Залікова контрольна робота проводиться у формі тестування. Здобувачу вищої освіти пропонується інтегральний тест, що містить 50 питань, кожна правильна відповідь оцінюється у 2 бали.

Максимальна кількість балів за інтегральний тест – 100 балів.

Отримані здобувачем вищої освіти бали за інтегральний тест переводяться у оцінку за університетською шкалою:

Таблиця 1. Відповідність рейтингових балів оцінкам за університетською шкалою

Рейтингові бали здобувача вищої освіти	Оцінка за університетською шкалою
95 – 100	Відмінно
85 – 94	Дуже добре
75 – 84	Добре
65 – 74	Задовільно
60 – 64	Достатньо
< 60	Незадовільно

9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

Під час проходження навчального матеріалу з навчальної дисципліни передбачено використання сучасних технологій в навчальному процесі.

Робочу програму навчальної дисципліни (силабус):

Складено:

в.о. завідувача кафедри технологій оздоровлення і спорту, к.п.н., доцент, Бойко Ганна Леонідівна

ст. викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту - Кузьменко Наталія Вікторівна

Ухвалено кафедрою технологій оздоровлення і спорту (протокол № 3 від 18.10.2022 р.)

Погоджено Методичною радою університету (протокол № 8 від 02.06.2023 р.)