

## **017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ**

### **що це за спеціальність?**

#### **Перший освітній рівень вищої освіти: БАКАЛАВР**

**Фізична культура** в Україні є часткою загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості.

**Спорт** як органічна частина фізичної культури є сферою діяльності людей, виявлення та уніфікованого порівняння у змаганні їх досягнень в певних видах фізичних вправ. В той же час спорт є часткою міжнародного спілкування, дає можливість демонстрації досягнень суспільства у цій сфері діяльності, сприяє утвердженню гуманістичних цінностей та спортивного авторитету України у світовому співтоваристві.

#### **Спеціалісти в області фізичної культури і спорту** підготовлені:

*До педагогічної і тренерської діяльності* в усіх типах освітніх установ, в організаціях, на підприємствах різної форми власності, в збірних командах з видів спорту, включаючи збірні команди України;

*До управлінської діяльності* в сфері фізичної культури і спорту на місцевому, регіональному та державному рівнях;

*До виконання рекреаційних і реабілітаційних завдань* засобами фізичної культури і спорту в фізкультурно-спортивних, спортивно-видовищних, туристських, оздоровчо-відновлювальних та профілактичних установах будь-якої форми власності.

#### **Напрями діяльності фізичної культури та спорту.**

**Базова (освітня) фізична культура** - фундаментальна частина фізичної культури, яка включена в систему освіти і виховання (фізична культура в школі).

**Спорт** - це вид фізичної культури, змагальна діяльність і підготовка до неї, що ґрунтуються на використанні фізичних вправ з метою досягнення найвищих спортивних результатів. Існують: *дитячо-юнацький спорт; спорт вищих досягнень; військово-прикладний спорт; професійний спорт; адаптивний спорт.*

**Професійно-прикладна фізична культура** (ППФК) - планомірно організований процес спеціально спрямованого використання фізичної культури для формування рухових умінь і навичок, що сприяють професійній майстерності.

**Оздоровчо-реабілітаційна фізична культура** - процес спеціально спрямованого використання фізичних вправ в якості засобів оздоровлення і відновлення функцій організму, порушених або втрачених внаслідок захворювань, травм та інших причин. Поділяється на: *лікувальну фізичну культуру (ЛФК)* і *адаптивну фізичну культуру (АФК)*. ЛФК використовує широкий комплекс засобів і методів (лікувальна гімнастика, дозована ходьба, біг та ін.), залежно від характеру захворювань. АФК спрямована на максимально можливий розвиток життєздатності організму людини, що має стійкі відхилення в стані здоров'я (у тому числі інвалідів).

**Спортивно-відновлювальна фізична культура** спрямована на відновлення функціональних і пристосувальних можливостей організму після тривалих періодів напружених тренувальних і змагальних навантажень, особливо при перетренуванні, втоми та ліквідації наслідків спортивних травм.

**Фонові види фізичної культури:**

**Гігієнічна фізична культура** - це різні форми фізичної культури, включені в рамки повсякденного побуту (ранкова гімнастика, прогулянки, інші фізичні вправи в режимі дня, не пов'язані зі значними навантаженнями).

**Рекреативна фізична культура** - активний досуг, походи вихідного дня, фізкультурно-спортивні розваги.

Фонова фізична культура надає оперативний вплив на поточний функціональний стан організму, нормалізує його та сприяє створенню сприятливого функціонального фону для життєдіяльності.

### **Кому потрібна дана спеціальність?**

Фізична культура і спорт є відіграє важливу роль у особистому, соціальному та професійному житті людини.

**Професійно-прикладне значення фізичної культури і спорту** націлене на розвиток і підтримку на оптимальному рівні психічних та фізичних якостей людини, до яких пред'являє підвищені вимоги конкретна професійна діяльність, а також розвиток функціональної стійкості організму до умов цієї діяльності і формування прикладних рухових умінь і навичок, в першу чергу, необхідних у зв'язку з особливими зовнішніми умовами праці.

Найбільш характерними представниками даної спеціальності являються: *педагог, вчитель фізичної культури, тренер за видом спорту, інструктор-методист з фізичної культури і спорту.*

**Педагог** – основна сфера діяльності це навчання та виховання дітей і молоді.

**Вчитель фізичної культури** – необхідно знати і уміти як спланувати, організувати та провести заняття з фізичної культури, позанавчальні спортивно-масові, фізкультурно-оздоровчі та рекреаційні заходи в закладах загальної середньої освіти та закладах фізичної культури і спорту, бути фахівцем-консультантом зі здорового способу життя.

**Тренер за видом спорту** – кожен фахівець повинен знати і уміти не тільки як тренувати на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів для досягнення високих результатів та перемог, але й бути психологом, мати основи медичних знань, особливо тих, що стосуються першої допомоги, профілактиці травм і захворювань, а також відновлення працездатності після високих тренувальних навантажень, травм та захворювань.

### **Які навички отримає студент?**

Професійно-педагогічні та психологічні навички фахівця з фізичного виховання/тренера за видом спорту.

Медико-біологічні знання і навички.

Практичні знання і навички з різних видів рухової активності фізкультурно-оздоровчого та спортивного спрямування.

### **Де я зможу працювати?**

У закладах загальної середньої освіти, дитячих юнацьких спортивних школах, спортивних школах олімпійського резерву, федераціях, спортивних клубах, оздоровчих та рекреаційних центрах і т.п.

### **Чому саме в КНУБА?**

Високий рівень матеріально-технічної, навчальної та спортивної бази (включаючи «Центр студентської Олімпійської підготовки»)

Можливість навчатися і продовжувати спортивну кар'єру

Професіональні фахівці в галузі фізичної культури і спорту

Змішана форма навчання

Можливість приймати участь у міжнародних програмах обміну та стажування

Достатній обсяг практичної підготовки (4 види практик спортивного, педагогічного та оздоровчого спрямування)

Перспективність подальшого навчання в магістратурі за напрямком «Фізичне виховання та психологія спорту»

