

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації



РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Спеціальність: А7 Фізична культура і спорт
ОПП «Фізкультурно-спортивне відновлення»
Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Розробник

Віталій ВЕРБИЦЬКИЙ

Завідувач кафедри розробника

Сергій ГЕТМАНЦЕВ

Завідувач кафедри спеціальності

Сергій ГЕТМАНЦЕВ

Гарант освітньої програми

Михайло КОЗІЙ

Декан ФФВіС

Віталій ВЕРБИЦЬКИЙ

Начальник НМВ

Свєнєня ПОСТИКІНА

Миколаїв – 2025

1. Опис освітньої компоненти

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Історія фізичної культури	
Галузь знань	А Освіта	
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Фізкультурно-спортивне відновлення	
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)	
Статус дисципліни	Нормативна	
Курс навчання	1	
Навчальний рік	2025 – 2026 н.р.	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	1	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин	
Структура курсу: – лекції – семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) – годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	30	
	30	
	60	
Відсоток аудиторного навантаження	50%	
Мова викладання	Українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)		
Форма підсумкового контролю	Залік	

2. Мета, завдання, компетентності та результати вивчення дисципліни

Мета вивчення дисципліни «Історія фізичної культури» – ознайомлення студентів з виникненням, закономірностями та специфічними принципами розвитку фізичної культури і спорту за кордоном та в Україні.

Основні завдання курсу:

- сформулювати понятійний апарат, який дозволить студентам опанувати знання про розвиток фізичної культури та спорту;
- дати студентам знання теоретичних основ історичної науки, розкрити основні положення формаційного та цивілізаційного методологічних підходів до вивчення всесвітньої історії та історії фізичної культури та спорту зокрема;
- вивчення історії створення зарубіжних та вітчизняних систем фізичного виховання;
- вивчення історії міжнародного спортивного руху;
- сприяти підготовці широко освічених, критично думаючих спеціалістів, здатних аналізувати та прогнозувати розвиток масового, аматорського та професійного спорту.

Розроблена програма відповідає освітній програмі та орієнтована на **формування компетентностей**:

Інтегральна компетентність (ІК)	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК 3	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)	СК 6	Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.

Передумови вивчення дисципліни: шкільні обов'язкові предмети суспільно-гуманітарного циклу «Історія України», «Всесвітня історія», основи здоров'я, фізична культура тощо.

В результаті вивчення дисципліни студент має *знати*:

- причини зародження та розвитку фізичної культури і спорту;
- загальні положення і напрями розвитку фізичної культури і спорту залежно від етапів розвитку людського суспільства;
- основні напрямлення з громадської, педагогічної та військової історії, культури, медицини, теорії та методики фізичного виховання, спортивно-педагогічних і медико-біологічних дисциплін;
- основні події і дати, що характеризують історію фізичної культури;
- історію зародження, становлення і розвитку спорту в цілому і за окремими видами;
- історію міжнародного та Олімпійського рухів;
- історію розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

вміти:

- характеризувати основні поняття фізичної культури;

- характеризувати розвиток фізичної культури в різні періоди існування суспільства;
- застосовувати знання з історії фізичної культури в практичній діяльності;
- аналізувати роль історичного знання в рішенні актуальних проблем міжнародного спортивного та олімпійського рухів.

Відповідно до освітньої програми очікувані **результати навчання** включають вміння:

ПРН 12	Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.
--------	--

3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма навчання

№ з/п	Назва розділів та тем	За формами занять, годин		
		Аудиторні		Самостійна робота
		Лекції	Практичні (семінарські)	
Модуль 1. Всесвітня історія розвитку фізичної культури і спорту.				
1	Тема 1. Історія фізичної культури, як навчальна і наукова дисципліна. Виникнення і розвиток фізичної культури в первісно родовому суспільстві.	2	2	4
2	Тема 2. Фізична культура в державах Стародавнього світу	2	2	4
3	Тема 3. Фізична культура в епоху феодалізму (V-XVII ст.).	2	2	4
4	Тема 4. Фізична культура в період Нової історії	2	2	4
5	Тема 5. Розвиток, фізичної культури і спорту в зарубіжних країнах у Новіший час	2	2	4
Модуль 2. Історія фізичної культури і спорту в Україні.				
6	Тема 6. Витоки і традиції народної фізичної культури в Україні	2	2	4
7	Тема 7. Система фізичної підготовки в Запорізькій Січі (XV-XVII ст.)	2	2	4
8	Тема 8. Фізична культура і спорт на українських землях, які входили до складу Російської імперії в період XVIII – початок XX ст..	2	2	4
9	Тема 9. Розвиток фізичної культури в західній Україні (кінець XIX – 30 роки XX століття)	2	2	4
10	Тема 10. Фізична культура і спорт в Україні за часів СРСР.	2	2	4
11	Тема 11. Фізична культура і спорт в Україні в період державного суверенітету	2	2	4
Модуль. 3 Історія розвитку Олімпійських ігор.				
12	Тема 12. Олімпійські ігри стародавньої Греції	2	2	4
13	Тема 13. Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена	2	2	4
14	Тема 14. Історичні особливості розвитку міжнародного Олімпійського руху	2	2	4
15	Тема 15. Історія Олімпійського руху в Україні в період державного	2	2	4

суверенітету			
Всього за курсом	30	30	60

4. Зміст навчальної дисципліни

4.1. План лекцій (денна форма навчання)

№ лекції	Кількість годин	Ключові питання, які розглядаються
Лекція 1	2	Тема 1. Історія фізичної культури як навчальна і наукова дисципліна. Виникнення і розвиток фізичної культури в первісно родовому суспільстві. 1. «Історія фізичної культури» як навчальна і наукова дисципліна. 2. Структура курсу, його зв'язок з іншими предметами. 3. Основні терміни і поняття дисципліни та еволюція їх розвитку. 4. Періодизація та джерела вивчення історії фізичної культури. 5. Теорії походження фізичної культури. 6. Фізичне виховання в родовому суспільстві, його зв'язок з трудовою діяльністю, залежність від етнографічної середовища та природних умов.
Лекція 2	2	Тема 2. Фізична культура в країнах Стародавнього світу. 1. Особливості, провідні форми та суспільне значення фізичної культури Стародавнього світу. 2. Значення фізичного виховання в житті Стародавньої Греції. Зміст античної гімнастики. Афіньська та спартанська системи фізичного виховання. 3. Особливості фізичної культури Стародавнього Риму. 4. Особливості фізичної культури у країнах Стародавнього Сходу та Америки.
Лекція 3	2	Тема 3. Фізична культура епохи Середньовіччя. 1. Особливості європейської фізичної культури в Середні віки. 2. Лицарська система фізичного виховання. 3. Розвиток фізичної культури серед селян та ремісників-міщан європейських країн. 4. Вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання. 5. Розвиток педагогічних ідей фізичного виховання в епоху Відродження. 6. Особливості фізичного виховання у Середні віки в країнах Сходу, Америки та Африки.
Лекція 4	2	Тема 4. Фізична культура Нового часу. 1. Передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII- XIX ст. 2. Особливості англійської, німецької, шведської, французької та сокольської систем фізичного виховання. 3. Утворення нових форм та структур фізичного виховання: релігійних, жіночих, робітничих. Скаутський рух.
Лекція 5	2	Тема 5. Розвиток фізичної культури і спорту в зарубіжних країнах у Новітній час

		1. Фізична культура в зарубіжних країнах в період між двома світовими війнами. Розвиток шкільної фізичної культури та позашкільних фізкультурних організацій. 2. Фізична культура після Другої світової війни: капіталістична та соціалістична моделі фізичної культури та спорту, фізична культура і спорт в країнах «третього світу».
Лекція 6	2	Тема 6. Витоки і традиції народної фізичної культури в Україні. 1. Зародження фізичного виховання в період стародавньої доби на теренах сучасної України. Скіфсько-сарматський період розвитку фізичної культури. 2. Фізична культура Північного Причорномор'я в античний період (VI ст. до н.е. - IV ст н.е.). 3. Традиції фізичного виховання в Київській Русі.
Лекція 7	2	Тема 7. Система фізичної підготовки в Запорізькій Січі (XV-XVII ст.) 1. Особливості фізичного виховання молоді на Січі. 2. Основні напрями розвитку фізичної культури українців у часи козацької доби. 3. Народні форми фізичного вдосконалення: парубоцькі громади, мандрівні борці, «вулиця», чумакування та ін. 4. Реформи Петра Конашевича-Сагайдачного та їх роль в розвитку військово-фізичної підготовки козацького війська. 5. Створення наукових основ фізичного виховання. Єпіфаній Славинецький і його погляди на фізичне виховання молоді.
Лекція 8	2	Тема 8. Фізична культура і спорт на українських землях, які входили до складу Російської імперії (XVIII - початок XX ст.). 1. Фізична культура і спорт на українських землях, які входили до складу Російської імперії в період XVIII – першої половини XIX ст. 2. Фізична культура і спорт в Російській імперії в другій половині XIX – на початку XX ст. 2.1. Фізичне виховання у навчальних закладах. 2.2. Виникнення та розвиток спортивного руху. Створення перших фізкультурно-спортивних товариств, студентських спортивних гуртків. 2.3. Становлення науково-теоретичних основ фізичного виховання. Діяльність П. Ф. Лесгафта і його система фізичної освіти.
Лекція 9	2	Тема 9. Розвиток фізичної культури в Західній Україні (кінець XIX – 30 роки XX ст.) 1. Історичні аспекти зародження спортивного руху в Західній Україні. Особливості та загальна характеристика західноукраїнського спортивно-гімнастичного руху. 2. Діяльність спортивних організацій «Сокіл», «Пласт», «Січ», «Луг», «Каменярь» тощо. 3. Розвиток окремих видів спорту в українських спортивних товариствах. 4. Особливості розвитку спортивного руху в Закарпатті та Буковині.

Лекція 10	2	Тема 10. Становлення та розвиток фізкультурно-спортивного руху в Україні за часів СРСР. 1. Фізична культура і спорт в УРСР в період 1917-1941рр. 2. Створення та розвиток програмно-нормативних основ радянської системи фізичного виховання. 3. Введення фізкультурного комплексу «Готовий до праці та оборони» ГПО. 4. Становлення науково-методичних основ радянської системи фізичного виховання та спорту. 5. Особливості розвитку фізичного виховання і спорту в УРСР в період 1945-1991 рр. 6. Спартакіади народів СРСР та їх значення для розвитку масового спорту та спорту вищих досягнень. 7. Участь радянських спортсменів у міжнародному спортивному русі. Українські спортсмени у складі збірних команд СРСР.
Лекція 11	2	Тема 11. Фізична культура і спорт в Україні в період державного суверенітету. 1. Передумови становлення та розвитку спортивного руху в Україні. 2. Державне регулювання та нормативно-правове забезпечення розвитку фізичної культури і спорту. 3. Сучасний стан, проблеми та перспективи розвитку спортивного руху в Україні.
Лекція 12	2	Тема 12. Олімпійські ігри Стародавньої Греції 1. Значення спорту у житті античних греків. 2. Передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавній Греції. 3. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор. 4. Спортивні споруди Стародавньої Греції. 5. Причини занепаду давньогрецьких Олімпійських ігор.
Лекція 13	2	Тема 13. Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена. 1. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Піонери відродження Олімпійських ігор. Розкопки Олімпії. 2. Життя та діяльність П'єра де Кубертена. 3. Атлетичний конгрес 1894 року та його значення. 4. Організація, проведення та значення Ігор I Олімпіади.
Лекція 14	2	Тема 14. Історичні особливості розвитку Міжнародного олімпійського руху. 1. Хронологія та аналіз Олімпійських ігор сучасності. 2. Діяльність Міжнародного Олімпійського Комітету та його президентів. 3. Олімпійська символіка та атрибутика. 4. «Ода спорту» та її гуманістична цінність. 5. Паралімпійські ігри та їх значення.
Лекція 15	2	Тема 15. Історія олімпійського руху в Україні в період державного суверенітету 1. Створення Національного олімпійського комітету України. Його мета, склад та завдання. 2. Результати виступів українських спортсменів на літніх та зимових Олімпійських іграх.

		3. Проблеми та перспективи розвитку Олімпійського руху в Україні.
Всього	30	

4.2. План практичних (семінарських, лабораторних, півгрупових) занять

Денна форма навчання

№ семінару	Кількість годин	Ключові питання, які розглядаються
Заняття 1	2	Тема 1. Вступ до дисципліни. Значення, зміст та завдання курсу «Історія фізичної культури». Виникнення і розвиток фізичної культури в первісно родовому суспільстві. 1. Предмет та завдання курсу «Історія фізичної культури» як історичної науки. 2. Виникнення фізичної культури як специфічної сфери суспільної діяльності, історичні етапи її розвитку, джерела зародження. 3. Значення історії фізичної культури та спорту для формування наукового світогляду історичної самосвідомості та критичного мислення спеціалістів з фізичної культури. 4. Фізичне виховання в родовому суспільстві, його зв'язок з трудною діяльністю, залежність від етнографічної середовища та природних умов. 5. Фізичне виховання в період розпаду родового устрою, його воєнізація, зародження класового характеру.
Заняття 2	2	Тема 2. Фізична культура в країнах Стародавнього світу. 1. Історичні умови, особливості становлення і розвитку фізичної культури в рабовласницькому суспільстві. 2. Фізична культура в країнах Стародавнього Сходу. 3. Виникнення античної гімнастики та агоністики в Стародавній Греції. 4. Розквіт фізичної культури в Стародавній Греції (VI – V ст. до н.е.); спартанська та афінська системи фізичного виховання молодого покоління рабовласників. 5. Погляди філософів Стародавньої Греції на фізичне виховання. 6. Військово-фізичне виховання молоді в Стародавньому Римі.
Заняття 3	2	Тема 3. Фізична культура епохи Середньовіччя. 1. Коротка характеристика феодалізму та особливості розвитку фізичної культури в середні віки. 2. Фізична культура в період раннього та розвинутого феодалізму (V-XIV ст.). 3. Засоби фізичної підготовки селян та городян. 4. Фізична культура епохи Відродження. Погляди гуманістів, соціалістів-утопістів на фізичне виховання людини. 5. Фізична культура народів Азії: середньовічна Індія, середньовічний Китай та Японія.
Заняття 4	2	Тема 4. Фізична культура Нового часу

		1. Особливості розвитку фізичної культури та спорту в буржуазному суспільстві в період Нового часу. 2. Питання фізичного виховання дітей та молоді в педагогічних творах Я.А. Коменського, Д. Локка, Ж.Ж. Руссо, І.Х. Песталоцці. Практична та теоретична діяльність Г. Фіта та І. Гутс-Мутса. 3. Створення національно-буржуазних систем фізичного виховання в країнах Європи в кінці XVIII на початку XX ст. 4. Створення наукових основ фізичного виховання. Діяльність та погляди Ф. Садолина, Г. Рацине, Е. Фалка П.Ф. Лесгафта та ін. в області фізичного виховання. 5. Виникнення та розвиток міжнародного та робітничого спортивних рухів. 6. Мілітаризація шкільного фізичного виховання напередодні та в роки Першої світової війни. Скаутський рух.
Заняття 5	2	Тема 5. Розвиток фізичної культури і спорту в зарубіжних країнах у Новітній час 1. Фізична культура в період між двома світовими війнами. Нова історична обстановка та її вплив на розвиток фізичної культури і спорту в світі. 2. Виникнення та розвиток міжнародного, робочого та студентського спортивних рухів. 3. Воєнізація системи фізичного виховання в період між двома світовими війнами. 4. Фізична культура після Другої світової війни. 5. Капіталістична та соціалістична моделі управління системою фізичного виховання 6. Розвиток міжнародного спортивного руху та регіональних спортивних ігор.
Заняття 6	2	Тема 6. Витоки і традиції народної фізичної культури в Україні. 1. Фізичне виховання в культурі скіфсько-сарматських племен. 2. Фізична культура Північного Причорномор'я в античний період (VI ст. до н.е. – IV ст. н.е.). 3. Традиції фізичного виховання в Київській Русі.
Заняття 7	2	Тема 7. Система фізичної підготовки в Запорізькій Січі (XV-XVII ст.) 1. Особливості фізичного виховання молоді на Січі. 2. Основні напрями розвитку фізичної культури українців у часи козацької доби. 3. Народні форми фізичного вдосконалення: парубоцькі громади, мандрівні борці, «вулиця», чумакування та ін. 4. Реформи Петра Конашевича-Сагайдачного та їх роль в розвитку військово-фізичної підготовки козацького війська. 5. Створення наукових основ фізичного виховання. Єпіфаній Славинецький і його погляди на фізичне виховання молоді.
Заняття 8	2	Тема 8. Фізична культура і спорт на українських землях, які входили до складу Російської імперії (XVIII - початок XX ст.).

		1. Фізична культура і спорт в Російській імперії з початку ХІІІ до другої половини ХІХ ст. 2. Фізична культура і спорт в другій половині ХІХ – на початку ХХ ст. 3. Фізичне виховання у навчальних закладах. 4. Виникнення та розвиток спортивного руху.
Заняття 9	2	Тема 9. Розвиток фізичної культури в Західній Україні (кінець ХІХ – 30 роки ХХ ст.) 1. Історичні аспекти зародження спортивного руху в Західній Україні. 2. Особливості та загальна характеристика західноукраїнського спортивно-гімнастичного руху. 3. Діяльність спортивних організацій «Сокіл», «Пласт», «Січ», «Луг», «Каменярь» тощо. 4. Розвиток окремих видів спорту в українських спортивних товариствах. 5. Особливості розвитку спортивного руху в Закарпатті та Буковині.
Заняття 10	2	Тема 10. Становлення та розвиток фізкультурно-спортивного руху в Україні за часів СРСР. 1. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в СРСР в період 1917-1941 рр. 2. Створення та розвиток програмно-нормативних основ радянської системи фізичного виховання. Введення фізкультурного комплексу «Готовий до праці та оборони» (ГПО), Єдиної всесоюзної спортивної класифікації (ЄВСК). 3. Характеристика рівня радянського спорту напередодні Другої світової війни. 4. Відновлення спортивно-масової роботи в СРСР після ІІ Світової війни. 5. Спартакіади народів СРСР та їх значення для розвитку масового спорту і спорту вищих досягнень. 6. Участь українських спортсменів у складі команди СРСР в міжнародному спортивному русі.
Заняття 11	2	Тема 11. Фізична культура і спорт в Україні в період державного суверенітету 1. Соціально-економічні умови розвитку фізичної культури і спорту в Україні 2. Створення національної системи фізичного виховання у перші роки незалежності. 3. Організаційні засади, структура і матеріальна основа розвитку спортивно-фізкультурного руху в Україні. 4. Проблеми та перспективи розвитку фізичної культури в Україні.
Заняття 12	2	Тема 12. Олімпійські ігри Стародавньої Греції 1. Значення спорту у житті античних греків. 2. Передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавній Греції. 3. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор. 4. Спортивні споруди Стародавньої Греції. 5. Причини занепаду давньогрецьких Олімпійських ігор.
Заняття	2	Тема 13. Відродження Олімпійських ігор сучасності.

13		Діяльність П'єра де Кубертена. 1 Відродження Олімпійських ігор. 2 П'єр де Кубертен – ініціатор сучасного олімпізму. 3 Створення Міжнародного олімпійського комітету (МОК). 4 Основні принципи, структура і функціонування МОК.
Заняття 14	2	Тема 14. Історичні особливості розвитку Міжнародного олімпійського руху. 1 Особливості проведення Олімпійських ігор в період до Першої світової війни. Затвердження символіки та атрибутики Олімпійського руху. 2 Олімпійські ігри між Першою та Другою світовими війнами. 3 Відродження Олімпійських ігор після Другої світової війни. 4 Тенденції розвитку та основні проблеми сучасного Міжнародного олімпійського руху.
Заняття 15	2	Тема 15. Історія олімпійського руху в Україні в період державного суверенітету. 1. Створення Національного олімпійського комітету (НОК) України. Його мета, склад та завдання. 2. Участь українських спортсменів на літніх та зимових Олімпійських іграх. 3. Проблеми та перспективи розвитку Олімпійського руху в Україні.
Всього	30	

4.5. Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи для здобувачів *денної форми навчання* становить 60 годин.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу:

1. Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
2. Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу.
3. Підготовка реферату згідно встановлених вимог.
4. Підготовка до тестування, заліку тощо.

Перелік тем для підготовки реферату.

1. Особливості розвитку фізичної культури у первісному суспільстві.
2. Особливості розвитку фізичної культури в країнах Стародавнього Сходу (Китай, Індія, Іран, Японія).
3. Особливості розвитку фізичної культури народів Америки у період до європейської колонізації.
4. Особливості розвитку фізичної культури в Стародавній Греції.
5. Особливості фізичного виховання в стародавніх Спарті та Афінах.

6. Фізична культура і змагання в Стародавньому Римі.
7. Особливості фізичної культури європейських країн у середні віки.
8. Особливості фізичної підготовки середньовічних лицарів.
9. Фізичне виховання та змагання у житті середньовічних міщан і ремісників.
10. Фізичне виховання та змагання в житті селян у середні віки.
11. Особливості фізичного виховання у середні віки в країнах Сходу.
12. Формування та розвиток національних систем гімнастики у новий час.
13. Виникнення та розвиток німецької системи гімнастики. Діяльність І. Гутс-Мутса, Ф. Яна, А. Шпісса.
14. Виникнення та розвиток шведської системи гімнастики. Діяльність П. Лінга і Я. Лінга.
15. Виникнення та розвиток французької системи гімнастики. Діяльність Ф. Амороса.
16. Виникнення та розвиток сокольської гімнастики. Діяльність М. Тірша.
17. Англійська система фізичного виховання нового часу. Діяльність Г. Арнольда.
18. Зародження фізичної культури на українських землях у період первісно-общинного ладу.
19. Особливості фізичної культури на українських землях у скіфо-сарматську добу.
20. Особливості фізичного виховання в античних державах Північного Причорномор'я.
21. Проведення атлетичних змагань в північно-причорноморських полісах.
22. Особливості фізичної культури стародавніх слов'ян.
23. Особливості фізичної культури Київської Русі.
24. Особливості військово-фізичної підготовки княжого війська в часи Київської Русі.
25. Особливості військово-фізичної підготовки запорізького козацтва.
26. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в Східній Україні до Першої світової війни.
27. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в УРСР в 20-30-і роки ХХ ст.
28. Особливості розвитку спортивно-гімнастичного руху в Західній Україні на початку ХХ століття.
29. Зародження та розвиток сокільського руху в Західній Україні в першій третині ХХ ст.
30. Зародження та розвиток січового руху в Західній Україні на початку ХХ ст.
31. Зародження та розвиток "Пласту" в Західній Україні на початку ХХ ст.
32. Зародження та діяльність «лугових» товариств в Західній Україні в 20-30 роки ХХ ст.
33. Особливості спортивного руху в Закарпатті та Буковині у першій третині ХХ ст.
34. Розвиток сучасного олімпійського руху.
35. Олімпійські ігри сучасності: розвиток, проблеми та перспективи розвитку.
36. Діяльність та роль П'єра де Кубертена у відродженні сучасних Олімпійських ігор
37. Результати виступів спортсменів незалежної України на літніх та зимових Олімпійських іграх.

Вимоги до написання реферату:

Вимоги: 1 стр. титульний лист; 2 лист – план і після нього – текст. Обсяг роботи має складати – 10-15 сторінок. До загального обсягу роботи не входять додатки, глосарій, список використаних джерел, таблиці та рисунки, які повністю займають площу сторінки. Але всі сторінки зазначених елементів підлягають суцільній нумерації. Робота має бути акуратно написана від руки або надрукована з дотриманням стилістичних і граматичних норм. У тексті обов'язково повинні бути посилання на літературу та інші джерела, що використовувалися при підготовці роботи. Забороняється цитування в тексті та внесення до бібліографічних списків тих джерел, які опубліковані російською мовою в будь-якій країні, а також джерел іншими мовами, якщо вони опубліковані на території росії та білорусі.

Текст роботи викладається державною мовою на стандартних аркушах формату А-4(210 x 297).

Робота друкується шрифтом Times New Roman, 14 кеглем; вирівнювання - “За шириною”; міжрядковий інтервал “Полуторний” (1,5 Lines); абзацний відступ – п’ять знаків (1,25 см); верхнє і нижнє поле – 2 см., ліве – 3 см, праве – 1 см. Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п'яти знакам (1,25 см). Інтервал між абзацами – «0 пт».

Скорочення слів та словосполучень мають відповідати чинним стандартам з бібліотечної та видавничої справи (наприклад: Міністерство внутрішніх справ України (далі – МВС)).

Розділи та підрозділи мають містити заголовки, які належить точно відтворювати у змісті. Заголовки розділів, як правило, розміщують посередині рядка. Назви розділів друкують великими літерами без розділових знаків у кінці, без підкреслень. Заголовки розділів слід починати з належного відступу.

Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п'яти знакам (стандартний відступ, визначений текстовими редакторами на ПК).

Якщо заголовок складається з двох і більше речень, їх розділяють крапкою. Переніс слів у заголовках розділів слід уникати. Відстань між заголовком і подальшим чи попереднім текстом, при друкованому виготовленні письмової роботи, повинна становити не менше двох рядків.

Нумерація сторінок має бути наскрізною. Порядковий номер сторінки позначають арабською цифрою і проставляють у правому верхньому куті сторінки без крапки чи рисок. Титульний аркуш(додається) включається до загальної нумерації сторінок письмової роботи, але номер сторінки на титульному аркуші, як правило, не проставляють. Розділи слід нумерувати також арабськими цифрами.

При використанні літературних джерел в тексті письмової роботи можуть бути два варіанти посилань на них. Перший – це посторінкові посилання (виноски): коли на сторінці цитується джерело, то внизу цієї сторінки під основним текстом наводиться бібліографічний опис літературного джерела і вказується сторінка. Другий – коли в разі посилання на літературне джерело у квадратних дужках вказується його порядковий номер у списку літератури та конкретна сторінка, наприклад [3, с. 17] або вказується лише порядковий номер літературного джерела у списку літератури [3].

Ілюстративний матеріал – малюнки, графіки, схеми тощо слід розміщувати безпосередньо після першого посилання на нього в тексті. Якщо графік, схема, таблиця не поміщається на сторінці, де є посилання, їх подають на наступній сторінці. На кожний ілюстративний матеріал мають бути посилання в тексті.

4.6. Забезпечення освітнього процесу

Навчально-методичний матеріал: навчальні посібники, монографії, наукові статті, конспекти лекцій та практичних занять.

Мережа інтернет: доступ до сайтів університетів, бібліотек, наукових журналів та інших сайтів, які необхідні для забезпечення навчального процесу.

Обладнання: ноутбук, мультимедійний проектор.

5. Підсумковий контроль

Денна форма навчання

Наприкінці 1-го семестру передбачений **ЗАЛІК**. Кожний заліковий білет містить 2 питання.

Перелік питань до заліку

1. Предмет, завдання і значення навчальної дисципліни «Історія фізичної культури». Теорії походження фізичної культури.
2. Особливості розвитку фізичної культури у первісному суспільстві.
3. Розвиток фізичної культури в державах зони стародавньої Месопотамії (Вавилон, Єгипет, Персія).
4. Особливості розвитку фізичної культури в країнах Стародавнього Сходу (Китай, Індія, Японія).
5. Особливості розвитку фізичної культури в Стародавній Греції.
6. Характеристика Афіньської та Спартанської систем фізичного виховання.
7. Фізична культура і змагання в Стародавньому Римі.
8. Особливості фізичної підготовки середньовічних лицарів.
9. Фізичне виховання селян та городян в епоху середньовіччя.
10. Особливості фізичного виховання у середні віки в країнах Сходу.
11. Розвиток педагогічних ідей фізичного виховання в епоху Відродження. Вчення гуманістів про фізичне виховання.
12. Погляди Ф. Рабле, М. Монтеня та ін. на фізичне виховання. Фізичне виховання в педагогіці Я. Каменського.
13. Становлення та розвиток педагогічних основ буржуазної системи фізичного виховання (основні ідеї Д. Локка, Ж.Ж. Руссо, І.Г. Песталотці).
14. Формування та розвиток національних систем гімнастики у Новий час.
15. Виникнення та розвиток німецької системи гімнастики. Діяльність І. Гутс-Мутса, Ф. Яна, А. Шпісса.
16. Виникнення та розвиток шведської системи гімнастики. Діяльність П. Лінга і Я. Лінга.
17. Виникнення та розвиток французької системи гімнастики. Діяльність Ф. Амороса.
18. Виникнення та розвиток сокольської гімнастики. Діяльність М. Тирша.
19. Англійська система фізичного виховання нового часу. Діяльність Т. Арнольда.
20. Створення наукових основ фізичного виховання. Діяльність та погляди Ф. Садолина, Г. Рацине, Е. Фалка, П.Ф. Лесгафта (на вибір) в області фізичного виховання.
21. Формування системи міжнародних змагань наприкінці XIX століття.
22. Мілітаризація шкільного фізичного виховання напередодні та в роки Першої світової війни. Скаутський рух.
23. Розвиток міжнародного спортивного руху в період між I та II світовими війнами.
24. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в країнах соціалістичного співтовариства після Другої світової війни.
25. Капіталістична модель управління системою фізичного виховання.
26. Розвиток міжнародного спортивного руху після Другої світової війни.
27. Особливості розвитку міжнародного студентського спортивного руху. Виникнення та проведення Універсіад.
28. Зародження фізичної культури на українських землях у період первісного ладу.
29. Особливості фізичної культури на українських землях у скіфсько-сарматську добу.

30. Особливості фізичного виховання в античних державах Північного Причорномор'я.
31. Проведення атлетичних змагань в північнопричорноморських полісах.
32. Особливості фізичної культури Київської Русі.
33. Особливості військово-фізичної підготовки запорізького козацтва.
34. Особливості розвитку фізичної культури і спорту на українських землях, які входили до складу Російської імперії (XVIII - початок XX ст.). Відомі спортсмени українського походження.
35. Зародження та діяльність спортивних товариств на Галичині (кінець XIX – початок XX ст.).
36. Особливості розвитку спортивного руху в Закарпатті та на Буковині на початку XX століття.
37. Видатні постаті західноукраїнського спортивно-гімнастичного руху.
38. Створення і розвиток радянської системи фізичного виховання. Комплекс ГПО, його роль у розвитку фізичної культури та спорту СРСР.
39. Спартакіади народів СРСР та їх значення для розвитку масового спорту і спорту вищих досягнень.
40. Особливості розвитку спортивно-гімнастичного руху в УРСР.
41. Виступи спортсменів України в складі команд СРСР на Олімпійських іграх.
42. Система організації спортивно-масового руху в сучасній Україні. Проблеми та перспективи розвитку.
43. Особливості фізичної культури у Стародавній Греції.
44. Агоністика стародавніх греків. Істмійські, Піфійські, Немейські та інші атлетичні ігри Стародавньої Греції.
45. Олімпійські ігри Стародавності: зародження, розвиток, програма та учасники.
46. Спроби відновлення Олімпійських ігор у XVII – XIX століттях. Археологічні розкопки Олімпії та їх значення для відродження Олімпійських ігор.
47. Діяльність та роль П'єра де Кубертена у відродженні сучасних Олімпійських ігор.
48. Міжнародний Атлетичний конгрес 1894 року та його значення для розвитку олімпійського руху.
49. Ігри першої Олімпіади 1896 року в Афінах та їх значення.
50. Характерні риси Ігор Олімпіад до Першої світової війни.
51. Особливості проведення Ігор VII – XIV Олімпіад (1920 – 1948 рр.).
52. Особливості проведення Ігор XV – XXVI Олімпіад (1952 – 1996 рр.).
53. Значення та основні підсумки останніх літніх Олімпійських ігор.
54. Виникнення та проведення зимових Олімпійських ігор.
55. Значення та основні підсумки останніх зимових Олімпійських ігор.
56. Міжнародний олімпійський комітет та особливості його діяльності.
57. Основні проблеми та перспективи розвитку Міжнародного олімпійського руху.
58. Створення НОК України та розвиток олімпійського руху в період розбудови української державності.
59. Результати виступів спортсменів незалежної України на літніх та зимових Олімпійських іграх.
60. Особливості розвитку неолімпійських видів спорту.

Зразок «нульового» варіанту залікового білету

Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації
Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський) .
Спеціальність – А7 Фізична культура і спорт
Навчальна дисципліна – Історія фізичної культури.

ЗАЛІКОВИЙ БІЛЕТ № 0

1. Предмет, завдання і значення навчальної дисципліни «Історія фізичної культури».
2. Особливості фізичної культури Київської Русі.

Схвалено на засідання кафедри медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації

Протокол № ____ від « ____ » _____ 20__ р.

Завідувач кафедри _____ Сергій ГЕТМАНЦЕВ

Екзаменатор _____ Віталій ВЕРБИЦЬКИЙ

За повну розгорнуту відповідь на заліку за кожне з двох питань здобувач отримує 15 балів:

15-12 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

11-8 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в ньому; змістовні відповіді на запитання;

7-4 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу;

4-0 балів: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів.

Максимальна кількість балів за залік становить **30 балів**.

6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання.

6.1. Система оцінювання роботи студентів.

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється шляхом перевірки знань студентів на іспиті згідно розкладу сесії.

У відповідності до положення про систему рейтингової оцінки знань студентів при вивченні дисципліни «Історія фізичної культури» застосовується наступна система оцінювання роботи студентів.

Денна форма навчання

№	Вид контролю	Максимальна кількість балів
1	Виконання практичної роботи (конспект лекцій)	15 робіт x 2 бали = 30 балів

2	Виступи/обговорення питань на груповому занятті	15 виступів x 1 бал = 15 балів
3	Творчо-пошукова робота (реферат)	1 робота x 5 балів = 5 балів
4	Модульна контрольна робота (тестування)	2 (МКР) x 7 балів = 14 балів 1 (МКР) x 6 балів = 6 балів
5	Залік	30
6	Всього	100

6.2. Критерії оцінювання

6.2.1. Виконання практичних робіт на групових заняттях – форма контролю, яка дозволяє оцінити вміння студентів самостійно опрацьовувати матеріал та викладати його, відповідати на запитання викладача та колег.

Денна форма

Максимальна оцінка за роботу на практичному занятті – 3 бали: 2 бали – письмове виконання завдання та 1 бал – усні відповіді на занятті.

Критеріями для оцінювання письмового виконання завдання виступають:

Оцінка 2 бали ставиться у випадку:

- студент виконав роботу у письмовому вигляді від руки;
- студент вільно володіє знаннями й уміннями, які визначено програмою;
- правильно і в достатній кількості добирає необхідні для відповіді факти;
- висловлює власне ставлення до навчального матеріалу;
- відповідь чітка і завершена.

Оцінка 1 бали ставиться у випадку:

- студент виконав роботу у письмовому вигляді від руки;
- студент має незначні ускладнення при використанні визначених програмою знань і умінь;
- при доборі фактів припускається незначних помилок;
- власне ставлення студентом висловлюється, але в аргументації зустрічаються окремі неточності.

Оцінка 0 балів ставиться у разі відсутності виконаної роботи.

У студента, який виконав роботу за допомогою комп'ютерних програм – знижується оцінка за виконання письмової роботи на 1 бал.

Критеріями для оцінювання усного виконання завдання виступають:

Оцінка 1 бал ставиться у випадку:

Виступ сповнений власних аналітичних суджень, аргументованих співставлень, порівнянь та міжпредметних аналогій. Продемонстровано достатньо високий рівень володіння фактичними знаннями, що стосуються означеної теми, структура продумана. Виступ спонукає до подальшої дискусії та розбору суміжних тем в разі наявності часу. Дотримано правил поведінки і мовного етикету в розмові.

6.2.2. Написання реферату.

Написання реферату для *денної* форми навчання оцінюється у 5 балів.

Критерії оцінювання

5 балів (відмінно)	Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить нову, нетрадиційну інформацію з даного питання і пропозиції щодо її практичного застосування.
--------------------	---

4 балів (добре)	Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається переважно на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить фрагменти нової, нетрадиційної інформації.
3 балів (добре)	Запропонована студентом робота викладена в необхідному обсязі, оформлена грамотно, включає базовий теоретичний та практичний вихід, але містить певні недоліки у висвітленні питання, яке досліджувалось.
2 бали (задовільно)	Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але не має практичного виходу. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми.
1 бали (задовільно)	Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але тема розкрита неповністю. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми. Обсяг та оформлення роботи не відповідають вимогам.
0 (незадовільно)	Робота не виконана.

6.2.3. Модульні контрольні роботи (денна форма)

Протягом вивчення дисципліни (наприкінці кожного модуля) передбачено складання трьох контрольних робіт (тестові завдання).

1-а та 2-а контрольна робота складаються з 7 питань. Кожне питання оцінюється в 1 бал. Максимальна кількість балів під час складання двох контрольних робіт становить 14 балів.

3-я контрольна робота включає 6 тестових завдань. Кожне завдання оцінюється в 1 бал. Максимальна кількість балів за тест 6 балів.

Приклад тестового завдання.

1. Що є причиною виникнення фізичних вправ відповідно до матеріалістичної теорії?
 - а) трудова діяльність людини;
 - б) ігрова діяльність людини;
 - в) ритуальна діяльність;
 - г) потреба реалізації зайвої енергії людини.
2. Складові елементи античної гімнастики?
 - а) атлетика, змагання, орхестрика;
 - б) пентатлон, атлетика, палестрика;
 - в) палестрика, орхестрика, ігри.
3. Афінська система фізичного виховання передбачала:
 - а) тільки фізичний розвиток, розумовому розвитку увага не приділялася;
 - б) всебічне виховання, спрямоване на формування гармонійно розвиненої особистості
 - в) розумовий розвиток, фізичне виховання не мала значення.
4. Якими навичками повинен був володіти лицар?
 - а) вірність церкві та королю, особиста хоробрість, святість даного слова, великодушність до слабкого;
 - б) вміння їздити верхи, плавати, полювати, стріляти з лука, боротись, грати в

розважальні ігри, читати вірші і танцювати;
в) життя королю, серце дамі, честь собі.

5. Засновники шведської системи фізичного виховання:

- а) Пер Лінг, Ялмар Лінг;
- б) Г. Фіт, Ф. Ян, А. Шпісс;
- в) Чарльз Кінгслі, Томас Арнольд.

6. Характерні риси французької системи гімнастики.

- а) природна військово-прикладна спрямованість;
- б) наявність елементів лікарсько-педагогічного контролю;
- в) високий рівень підготовки педагогів.

7. Система виховання в Німеччині між I та II Світовими війнами:

- а) “Гелендешпорт”
- б) “Коло чоловіків”;
- в) “Юнгфольке”, “Гітлерюгент”;

7. Рекомендовані джерела інформації

7.1. Основні.

- 1. Вербицький В.А., Бондаренко І.Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні : навчальний посібник. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
- 2. Іваній І.В. Історія фізкультурно-спортивного руху : навчальний посібник для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Суми : Сум. ДПУ ім. А.С.Макаренка, 2023. 141 с.
- 3. Історія фізичної культури : навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності “Середня освіта” освітньо-професійної програми “Середня освіта (Фізична культура)” / уклад.: В. О. Тищенко, Ф. Ф. Товсто́п’ятко, С. Б. Парій. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 112 с.
- 4. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства : навчально - методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів усіх спеціальностей / укладачі П.Ф. Рибалко, Т.О. Гриб, Т. Г. Клименченко, В.В. Мелюшкіна. Суми : САНУ, 2018. 174 с.
- 5. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства (частина II) : навчально - методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів усіх спеціальностей / укладачі С. В. Хоменко, Т.О. Гриб, Т. Г. Клименченко. Суми : САНУ, 2019. 105 с.
- 6. Кошева Л.В. Історія фізичної культури : курс лекцій для студентів спеціальності 017 – Фізична культура і спорт. Краматорськ : ДДМА, 2021. 216 с.

7.2. Додаткові

- 1. Вербицький В.А. Діяльність херсонського товариства сприяння фізичному вихованню дітей (кінець XIX – початок XX ст.). *Чорноморський літопис*. Миколаїв : Вид-во ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. Вип. 10. С. 73-80.
- 2. Вербицький В.А. З історії розвитку шкільного водного спорту на Миколаївщині (початок XX ст.). *Гілея* / Гол. ред. В.М. Вашкевич. К.: Вид-во Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, 2015. Вип. 99. С. 65-68.
- 3. Конспект лекцій з дисципліни «Історія фізичної культури» для здобувачів вищої

освіти за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт» очної форми навчання / Укладач: к.т.н., професор Губарєв І.В. Кам'янське, ДДТУ, 2022. 174 с.

- 4 Конспект лекцій з дисципліни «Історія та сучасність фізичної культури і спорту» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання / уклад. О.О. Полякова, І.О. Поляков. Харків : НТУ «ХП», 2024. 121 с.

7.3. Інформаційні ресурси в інтернеті

1. Репозитарій ЧНУ імені Петра Могили: <https://dspace.chmnu.edu.ua/jspui/>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського: офіційний сайт
[URL:http://www.nbuv.gov.ua/](http://www.nbuv.gov.ua/)