

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра олімпійського та професійного спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор

Котляр Ю.В.

“29” 08 2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка / А Освіта

спеціальність 014 Середня освіта / А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)

спеціалізація 014.11 Фізична культура / предметна спеціальність А4.11 Фізична культура

Розробник

Завідувач кафедри розробника

Завідувач кафедри спеціальності,

Гарант освітньої програми

В.о. директора ННІ післядипломної освіти

Декан факультету ФВіС

Начальник НМВ


Ірина БОНДАРЕНКО


Інна ГОРОДИНСЬКА


Надія ДОВГАНЬ


Надія ДОВГАНЬ


Інна ГОРОДИНСЬКА


Катерина ЗУБ


Віталій ВЕРБИЦЬКИЙ


Євгенія ПОСТИКІНА

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни					
Найменування дисципліни	Теорія та методика фізичного виховання					
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка / А Освіта					
Спеціальність	014 Середня освіта / А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)					
Спеціалізація (якщо є)	014.11 Фізична культура / А4.11 Фізична культура					
Освітня програма	Середня освіта (Фізична культура)					
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)					
Статус дисципліни	нормативна					
Курс навчання	2					
Навчальний рік	2025-2026					
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма		Заочна форма			
	3,4 семестри		4,5,6 триместри			
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	7,5 кред. / 225 годин		7,5 кред. / 225 годин			
Структура курсу:	Денна форма		Заочна форма			
	3 сем.	4 сем.	4 тр.	5 тр.	6 тр.	
	– лекції	30	32	8	-	-
	– семінарські заняття (групові)	30	16	-	8	8
– годин самостійної роботи студентів	60	57	40	61	100	
Відсоток аудиторного навантаження	48 %		11 %			
Мова викладання	українська					
Форма проміжного контролю (якщо є)	Курсова робота		Курсова робота			
Форма підсумкового контролю	Залік (3 семестр) Екзамен (4 семестр)		Залік (5 триместр) Екзамен (6 триместр)			

2. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Мета: озброєння майбутніх фахівців спеціальності «Середня освіта Фізична культура» теоретичними знаннями та практичними навичками щодо обґрунтування та використання загальних законів управління процесом фізичного виховання, принципів, засобів, методів та форм фізичного виховання різних верств населення.

Завдання:

- ознайомити студентів з базовими поняттями фізичного виховання; метою, завданнями та основами системи фізичного виховання; закономірностями і особливостями прояву методичних принципів навчання та шляхами їх реалізації в процесі фізичного виховання; засобами і методами фізичного виховання, особливостями основних організаційних форми фізичного виховання, основ фізичного виховання різних груп населення та різних напрямків фізичного виховання тощо.

- навчити творчо використовувати отримані знання з теорії й методики фізичного виховання та інтегрувати знання, отримані в суміжних курсах і окремих методиках при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань.

- сприяти активізації пізнавальної діяльності студентів, формувати вміння самостійно поповнювати знання, здійснювати науково-дослідну роботу, орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

Розроблена програма відповідає ОПП та орієнтована на формування компетентностей.

Інтегральна компетентність	ІК	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі у галузі середньої освіти, що передбачає застосування теоретичних знань і практичних умінь з наук предметної спеціальності, педагогіки, психології, теорії та методики навчання і характеризується комплексністю та невизначеністю умов організації освітнього процесу в закладах середньої освіти.
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК.7	Здатність планувати та управляти часом.
	ЗК.10	Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.
	ЗК.11	Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях
Фахові компетентності	ФК.1	Здатність формувати в учнів загальні та предметні компетентності, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.
	ФК.2	Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів.
	ФК.3	Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичної культури, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.

Передумови вивчення дисципліни: Навчальна дисципліна «Теорія та методика фізичного виховання» є профілюючою у професійній підготовці фахівців з фізичної культури і спорту; включає та поглиблює знання з фізіології, психології, педагогіки та ін.

Очікувані результати навчання: набуття компетентності:

В результаті вивчення дисципліни студент

має знати:

- мету, завдання та соціально-педагогічні основи системи фізичного виховання різних груп населення;
- закономірності та особливості прояву методичних принципів навчання та шляхи їх реалізації в процесі фізичного виховання;
- засоби і методи фізичного виховання;
- методичні основи навчання руховим діям та теоретичному матеріалу;
- методики виховання рухових якостей;
- організаційні форми фізичного виховання, їх структурні та методичні особливості;

має вміти:

- підбирати засоби, методи, форми успішної реалізації мети та завдань фізичного виховання;
- розробляти програми навчання руховим діям;
- розробляти програми виховання рухових якостей;
- раціонально будувати й аналізувати заняття та інші форми організації фізичного виховання різних груп населення;
- планувати процес фізичного виховання різних груп населення;
- вести документи контролю та обліку процесу фізичного виховання різних груп населення;
- володіти методами й формами просвітницької роботи в галузі фізичного виховання серед учнів, вчителів, батьків;

Відповідно до ОПП очікувані результати навчання:

PH 4	Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
PH 12	Вміти самостійно організовувати, реалізовувати різні форми занять фізичними вправами в закладах середньої освіти з урахуванням особливостей учнів на основі положень педагогіки, теорії та методики фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних наук.
PH 20	Вміти розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів. Вміти розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в процесі фізичного виховання різних групи населення.
PH 21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (групові)	Самостійна робота
3 семестр				
1	Загальна характеристика предмету теорії та методики фізичного виховання.	2	2	6
2	Принципи у сфері фізичного виховання	2	2	2
3	Засоби фізичного виховання.	2	2	4
4	Методи, що застосовуються у фізичному вихованні	2	2	8
5	Основи методики навчання руховим діям	2	2	6
6	Навантаження та відпочинок як компоненти фізичної вправи	2	2	6
7	Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей	8	8	10
8	Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання	2	2	6
9	Форми та структура занять у фізичному вихованні	2	2	6
10	Фізичне виховання дітей дошкільного віку.	2	2	2
11	Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям.	4	4	4
	Разом, год	30	30	60
4 семестр				
12	Загальні теоретичні основи системи фізичного виховання	8	2	10
13	Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку	6	6	10
14	Фізичне виховання дорослого населення	6	2	10
15	Адаптивне фізичне виховання	2	2	7
16	Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні	4	2	8
17	Наукові основи фізичного виховання:	6	2	12
	Разом, год	32	16	57
	Разом за курс, год	62	48	117

Заочна форма

	Теми	Лекції	Практичні (групові)	Самостійна робота
4 триместр				
1	Загальна характеристика фізичного виховання. Принципи, засоби, методи у сфері фізичного виховання.	2	-	10
2	Основи методики навчання руховим діям, методики формування та вдосконалення фізичних якостей	2	-	10
3	Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання. Форми та структура занять у фізичному вихованні	2	-	10
4	Система фізичного виховання в закладах освіти	2	-	10
	Разом, год	8	-	40
5 триместр				
1	Загальна характеристика фізичного виховання. Принципи, засоби, методи у сфері фізичного виховання.		2	10
2	Основи методики навчання руховим діям, методики формування та вдосконалення фізичних якостей		2	20
3	Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання. Форми та структура занять у фізичному вихованні		2	15
4	Система фізичного виховання в закладах освіти		2	16
	Разом, год	-	8	61
6 триместр				
5	Загальні теоретичні основи системи фізичного виховання		2	10
6	Фізичне виховання дорослого населення		2	20
7	Адаптивне фізичне виховання		2	20
8	Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні		-	10
9	Наукові основи фізичного виховання:		2	40
	Разом, год	-	8	100
	Разом за курс, год	8	16	201

4. Зміст навчальної дисципліни

4.1. План лекцій

Денна форма

№	Тема заняття / план	
3 семестр		
1	<p>Тема 1 Загальна характеристика предмету теорії та методики фізичного виховання</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сутність і причини виникнення фізичного виховання в суспільстві. 2. Основні поняття теорії та методики фізичної культури. 3. Теорія та методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна. 4. Значення теорії та методики фізичного виховання для студентів і випускників фізкультурних навчальних закладів. 5. Характеристика етапів розвитку теорії та методики фізичного виховання. 6. Характеристика сучасного періоду розвитку теорії та методики фізичного виховання. 	2
2	<p>Тема 2 Принципи у сфері фізичного виховання</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Класифікація принципів і їх значення у сфері фізичного виховання. 2. Загальні принципи формування фізичного виховання. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Принцип гармонійного розвитку особи. 2.2. Принцип зв'язку з життєдіяльністю. 2.3. Принцип оздоровчої спрямованості. 3. Методичні принципи фізичного виховання. 4. Специфічні принципи у фізичному вихованні. 	2
3	<p>Тема 3. Засоби фізичного виховання</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання. Сили природи і гігієнічні чинники. 2. Чинники, які визначають дію фізичних вправ. 3. Класифікація фізичних вправ. 4. Зміст і форма фізичних вправ. 5. Характеристика техніки фізичних вправ. <ol style="list-style-type: none"> а) просторові характеристики техніки рухів; б) тимчасові характеристики; в) просторово-часові характеристики; г) силові характеристики; д) ритмічна характеристика; е) узагальнені (якісні) характеристики. 6. Критерії оцінки ефективності техніки. 	2
4	<p>Тема 4. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття про методи, класифікація методів. 2. Методи, які спрямовані на придбання знань. 3. Методи, які спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками. 4. Методи, які спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей. 	2
5	<p>Тема 5. Основи методики навчання руховим діям</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Відмінності понять «рухове вміння», «рухова навичка». 2. Фізіологічні основи набуття умінь і навичок. 3. Взаємодія і перенесення рухових навичок. 4. Структура процесу навчання руховим діям. 	2
6	<p>Тема 6. Навантаження та відпочинок як компоненти фізичної вправи.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття фізичного навантаження. 2. Сторони фізичного навантаження. 	2

	<p>2.1. Поєднання інтенсивності та обсягу фізичного навантаження</p> <p>3. Регулювання навантаження.</p> <p>4. Поняття відпочинку як чинник оптимізації тренувальних впливів.</p> <p>5. Тривалість інтервалу відпочинку.</p> <p>6. Відпочинок як складовий елемент методів вправи.</p> <p>7. Формування адаптаційних реакцій організму людини.</p> <p>8. Негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості та здоров'я.</p>	
7	<p>Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей</p> <p>Заняття 7.1. Основи методики розвитку силових якостей</p> <p>1. Засоби розвитку сили м'язів.</p> <p>2. Основи методики розвитку силових якостей.</p> <p>3. Контрольні вправи для визначення рівня і розвитку силових здібностей.</p>	2
8	<p>Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей</p> <p>Заняття 7.2. Основи методики розвитку гнучкості та витривалості</p> <p>1. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості людини.</p> <p>2. Фактори, що зумовлюють прояви гнучкості.</p> <p>3. Засоби розвитку гнучкості.</p> <p>4. Контроль за розвитком гнучкості.</p> <p>5. Види витривалості.</p> <p>6. Методика розвитку та вдосконалення витривалості.</p> <p>7. Контроль за рівнем розвитку витривалості</p>	2
9	<p>Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей</p> <p>Заняття 7.3. Основи методики швидкості</p> <p>1. Загальна характеристика швидкості.</p> <p>2. Форми прояву швидкості</p> <p>2.1. Швидкість рухових реакцій.</p> <p>2.2. Швидкість поодиноких рухів.</p> <p>2.3. Частота (темп) необтяжених рухів.</p> <p>2.4. Комплексний прояв швидкості.</p> <p>3. Методика розвитку швидкості простих реакцій.</p> <p>4. Методика розвитку швидкості циклічних рухів.</p> <p>5. Методика розвитку швидкості ациклічних рухів.</p> <p>6. Контроль за розвитком швидкості.</p>	2
10	<p>Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей</p> <p>Заняття 7.4. Основи методики розвитку координаційних здібностей</p> <p>1. Поняття про координаційні здібності.</p> <p>2. Вікова динаміка природного розвитку координаційних здібностей.</p> <p>3. Фактори, що обумовлюють прояв КЗ.</p> <p>4. Засоби розвитку координаційних здібностей.</p> <p>5. Основи методики розвитку координаційних здібностей.</p> <p>6. Методичні помилки під час розвитку координаційних здібностей.</p> <p>7. Контроль за розвитком швидкості.</p>	2
11	<p>Тема 8. Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання</p> <p>1. Поняття планування, його види та зміст.</p> <p>2. Поняття контролю в процесі фізичного виховання.</p> <p>3. Документи контролю і обліку.</p> <p>4. Планування фізичного виховання в школі.</p> <p>5. Моделювання у фізичному вихованні.</p> <p>5.1. Види моделей у фізичному вихованні.</p> <p>6. Прогнозування у фізичному вихованні.</p>	2

	7. Чинники, що сприяють корекції програми занять в процесі фізичного виховання.	
12	Тема 9. Форми та структура занять у фізичному вихованні 1. Типова структура заняття. 2. Засоби та завдання підготовчої частини. 3. Завдання та засоби основної частини. 4. Заключна частина. 5. Урочні форми організації занять. 6. Загальна характеристика занять позаурочного типу. 6.1. Класифікація занять фізичними вправами позаурочного типу. 7. Способи організації учнів упродовж заняття.	2
13	Тема 10. Фізичне виховання дітей дошкільного віку Заняття 10.1. Фізичне виховання дітей дошкільного віку 1. Методичні особливості фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку. 2. Засоби та форми занять фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку.	2
14	Тема 11. Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям. Заняття 11.2. Корекційно-реабілітаційні завдання фізичного виховання для дітей з ослабленим здоров'ям. 1. Поняття «ослаблене здоров'я» у шкільному віці та його основні причин. 2. Профілактика порушень постави та сколіозу у школярів. 3. Нормалізація маси тіла, поліпшення функції дихальної та серцево-судинної систем у дітей з ослабленим здоров'ям. 4. Стрес, перевантаження навчанням, низька рухова активність дітей шкільного віку..	2
15	Тема 11. Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям. Заняття 11.1. Спеціальні медичні групи 1. Стан здоров'я школярів в сучасних умовах. Оцінка здоров'я школярів. 2. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. 3. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи. 4. Дозування фізичного навантаження в СМГ.	
	Разом (3 семестр), год	30
4 семестр		
1	Тема 12. Загальні теоретичні основи системи фізичного виховання Заняття 12.1. Система фізичного виховання: ідеологічні та правові основи 1. Поняття та структура системи фізичного виховання в Україні. 2. Ідеологічні основи. 3. Правові основи фізичного виховання	2
2	Тема 12. Загальні теоретичні основи системи фізичного виховання Заняття 12.2. Система фізичного виховання: програмно-нормативні та організаційні основи 1. Програмно-нормативні основи системи фізичного виховання 2. Державні освітні стандарти 3. Освітні та навчальні програми з фізичної культури, навчальні плани, нормативи фізичної підготовленості 4. Організаційні основи системи фізичного виховання.	2
3	Тема 12. Загальні теоретичні основи системи фізичного виховання Заняття 12.3. Аналіз модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти («Рекомендовано	2

	<p>Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 22.08.2024 року № 1185)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пріоритети змісту і структура програми 2. Шляхи реалізації програми та особливості організації освітнього процесу з предмету «Фізична культура». 3. Основна форма організації освітнього процесу з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти. 4. Оцінювання освітніх досягнень 	
4	<p>Тема 12. Система фізичного виховання: програмно-нормативні та організаційні основи Заняття 12.4. Стан та проблеми фізичного виховання учнів в українській національній школі</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фізична культура - вирішальна умова фізичного й морального здоров'я дітей. 2. Реалізація традицій української народної культури у формуванні здорового способу життя школярів. 3. Зростання вимог до особистості та професійної підготовленості вчителя. 4. Системи фізичного виховання в Європейських країнах. 	2
5	<p>Тема 13. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку Заняття 13.1. Фізична культура в молодшому шкільному віці (6–10 років)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика фізичного та психофізіологічного розвитку молодших школярів. 2. Педагогічні особливості роботи з дітьми молодшого шкільного віку. 3. Структура та зміст уроків фізичної культури у молодшій школі. 4. Розвиток основних рухових навичок. 5. Основні оздоровчі завдання фізичного виховання молодших школярів. 	2
6	<p>Тема 13. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку Заняття 13.2. Фізична культура у середньому шкільному віці (11–14 років)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особливості фізичного розвитку та дозрівання підлітків. 2. Вікові можливості та обмеження розвитку фізичних якостей. 3. Організація уроків фізичної культури для середніх класів. 4. Формування рухових умінь і навичок. 5. Психолого-педагогічні підходи у роботі з підлітками. 	2
7	<p>Тема 13. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку Заняття 13.3. Фізична культура у старшому шкільному віці (15–17 років)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фізіологічні та морфологічні особливості старшокласників. 2. Завдання фізичного виховання учнів старших класів. 3. Зміст та форми занять у старшій школі. 4. Підготовка до виконання нормативів та оцінювання результатів. 5. Роль фізичної культури у професійному самовизначенні та соціалізації старшокласників. 	2
8	<p>Тема 14. Фізичне виховання дорослого населення Заняття 14.1. Особливості та організація фізичного виховання дорослого населення України</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика фізичного стану та потреб дорослого населення. 2. Мотивація дорослих до занять фізичними вправами. 3. Форми організації фізичного виховання дорослих в Україні. 4. Засоби та методи фізичного виховання дорослих. 5. Безпека та медико-біологічний супровід занять. 6. Державні та громадські ініціативи щодо популяризації фізичної активності. 7. Індивідуальне планування та контроль фізичних навантажень дорослих. 8. Перспективи розвитку фізичного виховання дорослого населення. 	2
9	<p>Тема 14. Фізичне виховання дорослого населення</p>	2

	<p>Заняття 14.2. Система фізичного виховання у вищих навчальних закладах</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мета і завдання фізичного виховання студентів. 2. Форми фізичного виховання студентів. 2.1. Методичні особливості позанавчальних форм фізичного виховання у ЗВО. 3. Структура і зміст фізичного виховання у закладах вищої освіти. 4. Особливості методики фізичного виховання в різних навчальних закладах. 5. Програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання студентів ЗВО. 6. Методичні основи фізичного виховання студентів в основному, спортивному, спеціально-медичному відділенні. 		
10	<p>Тема 14. Фізичне виховання дорослого населення</p> <p>Заняття 14.3. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів у закладах вищої освіти.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика професійно-прикладної фізичної підготовки у ЗВО 2. Історія професійного профілювання фізичного виховання. 3. Завдання професійно-прикладної фізичної підготовки. 4. Професіограма. 5. Засоби професійно-прикладної фізичної підготовки 	2	
11	<p>Тема 15. Адаптивне фізичне виховання</p> <p>Заняття 15.1. Адаптивне фізичне виховання</p> <p>Поняття та сутність адаптивного фізичного виховання. Категорії осіб, які потребують адаптивного фізичного виховання. Принципи організації адаптивного фізичного виховання. Методи та засоби адаптивної фізичної культури. Організаційні форми занять АФВ у закладах освіти.</p>	2	
12	<p>Тема 16. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні</p> <p>Заняття 16.1. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології: сутність, класифікація та особливості застосування</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття та сутність фізкультурно-оздоровчих технологій. 2. Класифікація сучасних оздоровчих технологій. 3. Аеробні та кардіо-технології. 4. Принципи впровадження сучасних оздоровчих технологій у фізичне виховання. 	2	
13	<p>Тема 16. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні</p> <p>Заняття 16.2. Інноваційні та цифрові оздоровчі технології у фізичному вихованні</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Цифрові системи моніторингу фізичної активності. 2. Функціональний та вискоелективний тренінг. 3. Фітнес-програми нового покоління. 4. Інновації у шкільному та студентському фізичному вихованні. 5. Перспективи розвитку фізкультурно-оздоровчих технологій в Україні. 	2	
14	<p>Тема 17. Наукові основи фізичного виховання</p> <p>Заняття 17.1. Наукові засади та методологія фізичного виховання</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття науки та наукового пізнання у фізичному вихованні.. 2. Об'єкт, предмет, завдання, наукові проблеми в галузі фізичного виховання. 3. Наукова та практична значимість наукових досліджень. 4. Методологічні підходи у фізичному вихованні. 	2	
15	<p>Тема 17. Наукові основи фізичного виховання</p> <p>Заняття 17.1. Методи наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теоретичні методи дослідження. 2. Емпіричні методи дослідження.. 3. Фізіологічні та біомеханічні методи.. 4. Методи математичної статистики. 	2	

	5. Етичні вимоги до наукових досліджень у фізичній культурі.	
16	Тема 17. Наукові основи фізичного виховання Заняття 17.3. Методика написання курсової роботи з теорії та методики фізичного виховання 1. Структура курсової роботи.. 2. Вимоги до вступу. 3. Особливості написання основних розділів. 4. Оформлення результатів дослідження. 5. Типові помилки студентів та критерії оцінювання курсових робіт.	2
	Разом (4 семестр), год	32
	Разом за курс	62

Заочна форма

№	Тема заняття / план	
4 триместр		
1	Тема 1. Загальна характеристика фізичного виховання. Принципи, засоби, методи у сфері фізичного виховання. 1. Сутність фізичного виховання: поняття, структура, основні завдання. 2. Закономірності та функції фізичного виховання. 3. Принципи фізичного виховання. 4. Засоби фізичного виховання: фізичні вправи, природні чинники, гігієнічні фактори. 5. Методи фізичного виховання. 6. Фактори, що впливають на ефективність фізичного виховання.	2
2	Тема 2. Основи методики навчання руховим діям, методики формування та вдосконалення фізичних якостей 1. Поняття рухової дії: структура, фази, класифікація рухових дій. 2. Загальні принципи, етапи, методи навчання руховим діям. 3. Характеристика основних фізичних якостей: сила, витривалість, швидкість, гнучкість, спритність. 4. Методи розвитку фізичних якостей. 5. Засоби контролю та корекції рухової підготовленості.	2
3	Тема 3. Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання. Форми та структура занять у фізичному вихованні 1. Поняття та види планування у фізичному вихованні. 2. Принципи і вимоги до планування занять фізичними вправами. 3. Контроль у фізичному вихованні: мета, види, засоби, документація. 4. Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю. 5. Форми занять фізичною культурою. 6. Структура заняття з фізичного виховання: підготовча, основна, заключна частини; їх зміст і завдання.	2
4	Тема 4. Система фізичного виховання в закладах освіти 1. Сучасна система фізичного виховання України: нормативно-правові засади й державні стандарти. 2. Фізичне виховання в закладах загальної середньої освіти: модельні програми, цілі та завдання. 3. Організація уроків фізичної культури та позакласної рухової активності учнів. 4. Вікові особливості учнів та їх врахування у змісті фізичного виховання.	2

	<p>5. Фізкультурно-оздоровчі заходи у школі: дні здоров'я, секції, спортивні свята, челенджі.</p> <p>6. Контроль, оцінювання фізичної підготовленості та освітніх досягнень школярів у системі освіти.</p>	
	Разом (4 триместр), год	8
	Разом за курс	8

4.2. План практичних (групових) занять

Денна форма

№	Тема заняття / план	
	3 семестр	
1	<p>Тема 1 Теорія та методика фізичного виховання як навчальна нормативна дисципліна</p> <p>Заняття 1.1.</p> <p>1. Роль дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» у підготовці вчителя з фізичного виховання.</p> <p>2. Зв'язок теорії та методики фізичного виховання з іншими науками та навчальними дисциплінами.</p> <p>3. Базові поняття ТМФВ: «фізична підготовленість», «фізичне виховання», «фізична культура», «фізичні здібності», «фізичний розвиток», «фізична працездатність», «фізична рекреація».</p> <p>4. Етапи розвитку теорія та методика фізичного виховання.</p>	2
2	<p>Тема 2. Поняття принципів у фізичному вихованні</p> <p>Заняття 2.1. Загальнопедагогічні принципи виховання.</p> <p>1. Поняття «принцип у фізичному вихованні».</p> <p>1.1. Принцип гармонійного розвитку особи.</p> <p>1.2. Принцип зв'язку з життєдіяльністю.</p> <p>1.3. Принцип оздоровчої спрямованості.</p> <p>2. Дидактичні принципи у фізичному вихованні.</p> <p>3. Специфічні принципи у фізичному вихованні.</p>	2
3	<p>Тема 3. Засоби фізичного виховання</p> <p>Заняття 3.1.</p> <p>1. Засоби фізичного виховання. Гігієнічні та природні чинники.</p> <p>3. Чинники, які визначають дію фізичних вправ.</p> <p>4. Форма і зміст фізичної вправи.</p> <p>5. Класифікація фізичних вправ.</p> <p>6. Характеристика техніки фізичних вправ.</p>	2
4	<p>Тема 4. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні.</p> <p>Заняття 4.1.</p> <p>1. Поняття про методи, класифікація методів.</p> <p>2. Методи, які спрямовані на придбання знань.</p> <p>3. Методи, які спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками</p>	2
5	<p>Тема 5. Формування рухових умінь і навичок у процесі навчання.</p> <p>Заняття 5.1.</p> <p>1. Формування рухових умінь і навичок у процесі навчання.</p> <p>2. Фізіологічні основи набуття умінь і навичок.</p> <p>3. Взаємодія і перенесення рухових навичок.</p> <p>4. Рухове вміння та рухова навичка.</p> <p>5. Структура процесу навчання руховим діям.</p>	2
6	<p>Тема 6. Навантаження та відпочинок як компоненти фізичної вправи.</p> <p>Заняття. 6.1. Фізичне навантаження</p> <p>1. Поняття фізичного навантаження.</p> <p>2. Сторони фізичного навантаження.</p> <p>3. Поєднання інтенсивності та обсягу фізичного навантаження.</p> <p>4. Раціональна інтенсивність навантаження</p> <p>5. Поняття оптимальних, мінімальних навантажень.</p> <p>6. Поняття відпочинку як чинник оптимізації тренувальних впливів.</p> <p>7. Тривалість інтервалу відпочинку.</p>	2

	8. Негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості та здоров'я.	
7	Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей Заняття 7.1. Основи методики розвитку силових якостей 1. Засоби розвитку сили м'язів. 2. Чинники, від яких залежить прояв силових здібностей. 3. Основи методики розвитку силових якостей. 4. Контрольні вправи для визначення рівня і розвитку силових здібностей.	2
8	Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей Заняття 7.2. Основи методики розвитку гнучкості та витривалості 1. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості людини. 2. Фактори, що зумовлюють прояви гнучкості. 3. Засоби розвитку гнучкості. 4. Контроль за розвитком гнучкості. 5. Види витривалості. 6. Методика розвитку та вдосконалення витривалості. 7. Контроль за рівнем розвитку витривалості	1
9	Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей Заняття 7.4. Основи методики бистроти 1. Загальна характеристика бистроти. 2. Форми прояву бистроти 3. Методика розвитку бистроти. 4. Контроль за розвитком бистроти.	2
10	Тема 7. Основи методики формування та вдосконалення фізичних якостей Заняття 7.5. Основи методики розвитку координаційних здібностей 1. Поняття про координаційні здібності. 2. Вікова динаміка природного розвитку координаційних здібностей. 3. Фактори, що обумовлюють прояв КЗ. 4. Засоби розвитку координаційних здібностей. 5. Основи методики розвитку координаційних здібностей. 6. Контроль за розвитком спритності.	2
11	Тема 8. Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання Заняття 8.1. Планування, контроль та облік у процесі занять фізичними вправами. 1. Поняття планування, його види та зміст. 2. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. 3. Документи контролю і обліку. 4. Планування фізичного виховання в школі. 5. Моделювання у фізичному вихованні. Види моделей у фізичному вихованні. 6. Прогнозування у фізичному вихованні. 7. Чинники, що впливають на необхідність корекції програми занять в процесі фізичного виховання.	2
12	Тема 9. Форми організації занять. Структура занять у фізичному вихованні. Заняття 9.1. Структура занять у фізичному вихованні. 1. Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні. 2. Типова структура уроку. 3. Вплив чинників на особливості побудови структури уроку. 4. Загальна характеристика форм організації занять. 5. Урочні форми організації занять. 6. Позаурочні форми організації занять. 7. Способи організації занять.	2

13	<p>Тема 10. Фізичне виховання дітей дошкільного віку Заняття 10.1. Фізичне виховання дітей дошкільного віку 1. Засоби фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку. Форми занять фізичними вправами. 2. Методичні особливості фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку.</p>	2
14	<p>Тема 11. Фізичне виховання у закладах освіти Заняття 11.1. Спеціальні медичні групи 1. Стан здоров'я школярів в сучасних умовах. Оцінка здоров'я школярів. 2. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. 3. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи. 4. Дозування фізичного навантаження у СМГ.</p>	2
15	<p>Тема 12. Аналіз модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти («Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 22.08.2024 року № 1185) Заняття 12.1. Система фізичного виховання у закладах вищої освіти (ЗВО) 1. Пріоритети змісту і структура програми 2. Шляхи реалізації програми та особливості організації освітнього процесу з предмету «Фізична культура». 3. Основна форма організації освітнього процесу з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти. 4. Оцінювання освітніх досягнень</p>	2
Разом за 3 семестр		30
4 семестр		
1	<p>Тема 12. Загальні теоретичні основи системи фізичного виховання Заняття 12.1. Система фізичного виховання 1. Поняття та структура системи фізичного виховання в Україні. 2. Ідеологічні основи. 3. Правові основи фізичного виховання 4. Програмно-нормативні основи системи фізичного виховання 5. Державні освітні стандарти 6. Освітні та навчальні програми з фізичної культури, навчальні плани, нормативи фізичної підготовленості 7. Організаційні основи системи фізичного виховання. 8. Аналіз модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти («Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 22.08.2024 року № 1185)</p>	2
2	<p>Тема 13. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку Заняття 13.1. Фізична культура в молодшому шкільному віці (6–10 років) 1. Характеристика фізичного та психофізіологічного розвитку молодших школярів. 2. Педагогічні особливості роботи з дітьми молодшого шкільного віку. 3. Структура та зміст уроків фізичної культури у молодшій школі. 4. Розвиток основних рухових навичок. 5. Основні оздоровчі завдання фізичного виховання молодших школярів.</p>	2
3	<p>Тема 13. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку Заняття 13.2. Фізична культура у середньому шкільному віці (11–14 років) 1. Особливості фізичного розвитку та дозрівання підлітків.</p>	2

	<ul style="list-style-type: none"> 2. Вікові можливості та обмеження розвитку фізичних якостей. 3. Організація уроків фізичної культури для середніх класів. 4. Формування рухових умінь і навичок. 5. Психолого-педагогічні підходи у роботі з підлітками. 	
4	<p>Тема 13. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку Заняття 13.3. Фізична культура у старшому шкільному віці (15–17 років)</p> <ul style="list-style-type: none"> 6. Фізіологічні та морфологічні особливості старшокласників. 7. Завдання фізичного виховання учнів старших класів. 8. Зміст та форми занять у старшій школі. 9. Підготовка до виконання нормативів та оцінювання результатів. 10. Роль фізичної культури у професійному самовизначенні та соціалізації старшокласників. 	2
5	<p>Тема 14. Фізичне виховання дорослого населення Заняття 14.1. Особливості та організація фізичного виховання дорослого населення України. Технології, програми та перспективи розвитку фізичного виховання дорослих в Україні</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Характеристика фізичного стану та потреб дорослого населення в мовах воєнного стану. 2. Мотивація дорослих до занять фізичними вправами. 3. Форми організації фізичного виховання дорослих в Україні. 4. Засоби та методи фізичного виховання дорослих. 5. Безпека та медико-біологічний супровід занять. 6. Державні та громадські ініціативи щодо популяризації фізичної активності. 7. Індивідуальне планування та контроль фізичних навантажень дорослих. 8. Перспективи розвитку фізичного виховання дорослого населення. 	2
6	<p>Тема 15. Адаптивне фізичне виховання Заняття 15.1. Адаптивне фізичне виховання</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Скласти міні-програму заняття з адаптивного фізичного виховання (10-15хв). 2. Обґрунтувати вибір методів і засобів для учня з особливими освітніми проблемами. 3. Розробити приклад корекційної вправи. 4. Підготувати критерії оцінювання ефективності заняття. 	2
7	<p>Тема 16. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні Заняття 16.1. Аналіз та розробка оздоровчої технології</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Обрати одну сучасну оздоровчу технологію. 2. Описати її оздоровчий ефект та цільову групу. 3. Скласти міні-комплекс вправ (10–12 хв). 4. Обґрунтувати безпеку та принципи навантажень. 5. Підготувати рекомендації щодо впровадження у навчальний процес. 	2
8	<p>Тема 17. Наукові основи фізичного виховання Заняття 17.1. Методика написання курсової роботи з теорії та методики фізичного виховання</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Структура курсової роботи: титульний аркуш, зміст, вступ, розділи, висновки, список джерел, додатки. 2. Вимоги до вступу. Актуальність теми, об'єкт, предмет, мета, завдання, методи дослідження. 3. Особливості написання основних розділів. Теоретичний аналіз літератури та власне експериментальне дослідження. 4. Оформлення результатів дослідження: таблиці, графіки, діаграми, опис статистичної обробки. 5. Типові помилки студентів та критерії оцінювання курсових робіт. 	2

	Разом за 4 семестр	16
	Разом за курс, год	48

Заочна форма

№	Тема заняття / план	
5 триместр		
1	Тема 1. Загальна характеристика фізичного виховання. Принципи, засоби, методи у сфері фізичного виховання. 1. Сутність фізичного виховання: поняття, структура, основні завдання. 2. Закономірності та функції фізичного виховання. 3. Принципи фізичного виховання. 4. Засоби фізичного виховання: фізичні вправи, природні чинники, гігієнічні фактори. 5. Методи фізичного виховання. 6. Фактори, що впливають на ефективність фізичного виховання.	2
2	Тема 2. Основи методики навчання руховим діям, методики формування та вдосконалення фізичних якостей 1. Поняття рухової дії: структура, фази, класифікація рухових дій. 2. Загальні принципи, етапи, методи навчання руховим діям. 3. Характеристика основних фізичних якостей: сила, витривалість, швидкість, гнучкість, спритність. 4. Методи розвитку фізичних якостей. 5. Засоби контролю та корекції рухової підготовленості.	2
3	Тема 3. Планування, контроль, управління в процесі фізичного виховання. Форми та структура занять у фізичному вихованні 1. Поняття та види планування у фізичному вихованні. 2. Принципи і вимоги до планування занять фізичними вправами. 3. Контроль у фізичному вихованні: мета, види, засоби, документація. 4. Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю. 5. Форми занять фізичною культурою. 6. Структура заняття з фізичного виховання: підготовча, основна, заключна частини; їх зміст і завдання.	2
4	Тема 4. Система фізичного виховання в закладах освіти 1. Сучасна система фізичного виховання України: нормативно-правові засади й державні стандарти. 2. Фізичне виховання в закладах загальної середньої освіти: модельні програми, цілі та завдання. 3. Організація уроків з фізичного виховання та позакласної рухової активності учнів. 4. Вікові особливості учнів та їх врахування у змісті фізичного виховання. 5. Фізкультурно-оздоровчі заходи у школі: дні здоров'я, секції, спортивні свята, челенджі. 6. Контроль, оцінювання фізичної підготовленості та освітніх досягнень школярів у системі освіти. 7. Фізичне виховання у закладах вищої освіти.	2
	Разом (5 триместр), год	8
6 триместр		
5	Тема 5. Система фізичного виховання: програмно-нормативні та організаційні основи	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Аналіз основних нормативно-правових документів у сфері фізичного виховання (Закон «Про фізичну культуру і спорт», державні стандарти, модельні програми). 2. Структура та функціонування системи фізичного виховання в Україні: державний, регіональний, інституційний рівні. 3. Організаційні засади фізичного виховання в закладах освіти: форми, зміст, контроль. 4. Програмно-нормативне забезпечення освітнього процесу з фізичної культури. 5. Вимоги до матеріально-технічної бази та забезпечення безпеки під час занять. 6. Компетентнісний підхід та ролі педагогів, адміністрації і державних органів у реалізації системи фізичного виховання. 	
6	<p>Тема 6. Фізичне виховання дорослого населення</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика фізичного стану та рівня рухової активності дорослого населення України. 2. Мотиваційні чинники й бар'єри участі дорослих у фізичній активності. 3. Форми організації фізичного виховання дорослих: індивідуальні, групові, корпоративні, громадські ініціативи. 4. Оздоровчі, силові, аеробні та функціональні засоби і методи фізичного виховання дорослих. 5. Планування та контроль індивідуальних програм фізичної активності з урахуванням віку та стану здоров'я. 6. <input type="checkbox"/> Медико-біологічний супровід, профілактика травматизму та заходи безпеки у тренувальному процесі дорослих. 	
7	<p>Тема 7. Адаптивне фізичне виховання</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття, сутність і соціальна значущість адаптивного фізичного виховання. 2. Основні категорії осіб, які потребують адаптивних фізкультурних занять, класифікація порушень. 3. Принципи організації АФВ. 4. Засоби та методи адаптивної фізичної культури для різних нозологічних груп. 5. Організаційні форми проведення занять АФВ у закладах освіти та реабілітаційних установах. 6. Моніторинг рухових можливостей, методи контролю та оцінювання ефективності АФВ 	
9	<p>Тема 9. Наукові основи фізичного виховання.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття науки, наукового пізнання та їх роль у фізичному вихованні. 2. Об'єкт, предмет, мета, завдання та проблематика сучасних досліджень у фізичному вихованні. 3. Методи наукових досліджень у фізичному вихованні. 4. Методологічні підходи до вивчення процесів фізичного виховання. 5. Використання методів математичної статистики в аналізі результатів наукових досліджень. 6. Структура, вимоги та особливості оформлення курсових і наукових робіт у галузі фізичного виховання. 	
	Разом (6 триместр), год	8
	Разом за курс	16

4.3. Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи становить 117 годин (денна форма), 201 год (заочна форма).

Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі. Електронні посібники, документи, які рекомендовані до вивчення, доступні для студентів з локальної мережі Moodle та мережі Інтернет.

Підготовка та проведення презентації 3 семестр / 5 триместр

1. Навантаження та відпочинок - взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.
2. Фізичне виховання як соціальне явище.
3. Засоби фізичного виховання в СМГ.
4. Методи фізичного виховання.
5. Загальна характеристика навчання руховим діям
6. Адаптація до фізичних навантажень і закономірностей її використання у фізичному вихованні.
7. Структура процесу навчання руховим діям в процесі фізичного виховання.
8. Техніка фізичних вправ.
9. Класифікація фізичних вправ.
10. Система фізичного виховання в Україні.
11. Внутрішня та зовнішня сторони фізичного навантаження, регулювання фізичного навантаження.
12. Сучасні підходи до класифікації методів, що застосовуються у фізичному вихованні.
13. Загальна характеристика фізичного навантаження.
14. Характеристика принципів у фізичному вихованні.
15. Характеристика методів, які формують знання у фізичному вихованні.
16. Характеристика методів, які формують та вдосконалюють рухові навички.
17. Ігровий метод у фізичному вихованні.
18. Змагальний метод у фізичному вихованні.
19. Метод колового тренування у фізичному вихованні.
20. Характеристика адаптивного фізичного виховання.
21. Особливості проведення занять з фізичного виховання в СМГ.
22. Принципи фізичного виховання.
23. Характеристика специфічних принципів фізичного виховання.
24. Загальна характеристика фізичного навантаження.
25. Відпочинок між фізичними навантаженнями як фактор оптимізації тренувальних впливів.
26. Рухове вміння, рухова навичка, вміння вищого порядку.
27. Теорія і методика фізичного виховання як наукова дисципліна та її місце в системі наукових знань.
28. Характеристика гігієнічних чинників як засобу фізичного виховання.
29. Поняття: «метод», «методика», «методичний прийом» у фізичному вихованні.
30. Вплив додаткових занять фізичними вправами на підвищення розумової працездатності студентів.

Теми рефератів 4 семестр / 6 триместр

1. Нормативні документи та державні стандарти у сфері фізичної культури (2020–2025 рр.): аналіз оновлень у період війни.
2. Система фізичного виховання в Україні в умовах війни: виклики та шляхи модернізації.
3. Безпека освітнього процесу на уроках фізичної культури під час повітряних тривог та обстрілів.

4. Організація уроків фізичної культури у школах з укриттями: сучасний український досвід.
5. Аналіз модельної програми «Фізична культура. 5–9 класи» (2024): переваги, недоліки, нововведення.
6. Порівняльний аналіз фізичного виховання в Україні та країнах Європи в умовах форс-мажорів і криз.
7. Психофізіологічний стан дітей молодшого віку під час війни та засоби фізичної культури для подолання стресу.
8. Рухова активність молодших школярів в умовах дистанційного та змішаного навчання.
9. Формування базових рухових умінь у дітей 6-10 років під час вимушеного перебування в укриттях.
10. Мотивація підлітків до занять фізичними вправами в умовах тривожності та інформаційного навантаження.
11. Вікові обмеження та ризики виконання фізичних вправ у середньому шкільному віці під час стресових умов.
12. Роль фізичної культури у зниженні рівня тривожності та психоемоційного напруження учнів середніх класів.
13. Підготовка старшокласників до нормативів фізичної підготовленості в умовах нестабільного освітнього процесу.
14. Фізична культура як компонент професійної орієнтації молоді в умовах післявоєнного відновлення країни.
15. Фізична активність старшокласників як фактор профілактики посттравматичного стресу.
16. Фізична активність дорослого населення України під час війни: тенденції, проблеми, потреби.
17. Мотивація дорослих до тренувань в умовах хронічного стресу та небезпеки.
18. Онлайн-фітнес, дистанційні програми та мобільні застосунки для українців під час війни.
19. Фізична підготовка добровольців та цивільної оборони: актуальні методики.
20. Сучасні громадські та державні ініціативи щодо підтримки фізичної активності населення у воєнний період.
21. Адаптивне фізичне виховання дітей з ООП під час війни: освітні та соціальні виклики.
22. Корекційні вправи для дітей із порушенням психоемоційного стану в умовах воєнного стресу.
23. Розробка адаптивних міні-програм для учнів з особливостями розвитку в умовах укриття.
24. Методичні підходи до занять з дітьми, які мають порушення опорно-рухового апарату в умовах обмеженого простору.
25. Використання функціонального тренінгу для зміцнення здоров'я школярів у стресових умовах.
26. Дихальні та релаксаційні техніки як засоби відновлення психофізичного стану дітей та підлітків під час війни.
27. Впровадження фітнес-технологій у шкільне фізичне виховання під час дистанційного навчання.
28. Оздоровчі технології для роботи в малих приміщеннях (укриття): практичні рішення.
29. Сучасні наукові підходи до оцінювання фізичного розвитку школярів в умовах воєнного стану.
30. Методика проведення шкільних досліджень із фізичного виховання, адаптована до сучасних ризиків та евакуаційних обставин.

4.4. Забезпечення освітнього процесу

Мережа Інтернет: освітня платформа Moodle, доступ до електронних посібників з дисципліни ТМФВ та інших джерел, що необхідні для забезпечення навчального процесу

5. Підсумковий контроль

3 триместр –денна форма / 5 триместр – заочна форма

Перелік питань підсумкового контролю

1. Сутність і причини виникнення фізичного виховання в суспільстві.
2. Етапи становлення теорії та методики фізичного виховання.
3. Теорія та методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.
4. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «фізична культура», «фізичне виховання», «фізична підготовка».
5. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «фізичний розвиток», «фізична підготовленість», «фізична вправа».
6. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «адаптивне фізичне виховання», «фізична рекреація», «оздоровча педагогічна технологія».
7. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «фізична підготовленість», «спорт», «професійно-прикладна фізична підготовка».
8. Класифікація принципів і їх значення у сфері фізичного виховання.
9. Методичні (дидактичні) принципи фізичного виховання.
10. Специфічні принципи у фізичному вихованні.
11. Засоби фізичного виховання.
12. Фізична вправа. Чинники, які визначають дію фізичних вправ.
13. Класифікація фізичних вправ.
14. Зміст і форма фізичних вправ.
15. Характеристика техніки фізичних вправ.
16. Поняття про методи, класифікація методів у фізичному вихованні.
17. Методи, які спрямовані на придбання знань у фізичному вихованні.
18. Методи, які спрямовані на оволодіння руховими уміннями і навичками у фізичному вихованні.
19. Методи, які спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей.
20. Формування рухових умінь і навичок у процесі навчання. Рухове вміння.
21. Формування рухових умінь і навичок у процесі навчання. Рухова навичка.
22. Взаємодія і перенесення рухових навичок.
23. Структура процесу навчання руховим діям.
24. Загальна характеристика фізичних якостей.
25. Основи методики розвитку силових якостей.
26. Контрольні вправи для визначення рівня і розвитку силових здібностей.
27. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості людини.
28. Засоби розвитку гнучкості.
29. Контроль за розвитком гнучкості.
30. Загальна характеристика витривалості як фізичної якості людини
31. Методика розвитку та вдосконалення витривалості.
32. Контроль за рівнем розвитку витривалості.
33. Загальна характеристика швидкоти. Форми прояву швидкоти.
34. Методика розвитку швидкісних здібностей.
35. Контроль за розвитком швидкоти.
36. Поняття про координаційні здібності.
37. Основи методики розвитку координаційних здібностей.
38. Контроль за розвитком спритності.
39. Загальна характеристика форм організації занять.
40. Урочні форми організації занять.
41. Класифікація занять урочного типу.

42. Типова структура заняття з фізичного виховання.
43. Структурні частини заняття з фізичного виховання.
44. Способи організації школярів упродовж заняття з фізичного виховання.
45. Загальна характеристика занять позаурочного типу.
46. Поняття планування у фізичному вихованні, його види та зміст.
47. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. Контроль фізичної підготовленості школяра.
48. Документи контролю і обліку та звітності у фізичному вихованні.
49. Планування фізичного виховання в школі.
50. Види планування фізичного виховання.
51. Структура управління процесом фізичного виховання.
52. Моделювання у фізичному вихованні. Види моделей.
53. Модель фізичної підготовленості школяра.
54. Самоконтроль у процесі фізичного виховання.
55. Прогнозування у фізичному вихованні.
56. Види прогнозування у фізичному вихованні.
57. Корекція програм занять в процесі фізичного виховання.
58. Методичні особливості фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку.
59. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи.
60. Дозування фізичного навантаження в СМГ.

4 триместр – денна форма / 6 триместр – заочна форма

Перелік питань підсумкового контролю

1. Сутність і причини виникнення фізичного виховання в суспільстві.
2. Етапи становлення теорії та методики фізичного виховання.
3. Теорія та методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.
4. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «фізична культура», «фізичне виховання», «фізична підготовка».
5. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «фізичний розвиток», «фізична підготовленість», «фізична вправа».
6. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «адаптивне фізичне виховання», «фізична рекреація», «оздоровча педагогічна технологія».
7. Основні поняття теорії та методики фізичної культури: «фізична підготовленість», «спорт», «професійно-прикладна фізична підготовка».
8. Класифікація принципів і їх значення у сфері фізичного виховання.
9. Методичні (дидактичні) принципи фізичного виховання.
10. Специфічні принципи у фізичному вихованні.
11. Засоби фізичного виховання.
12. Фізична вправа. Чинники, які визначають дію фізичних вправ.
13. Класифікація фізичних вправ.
14. Зміст і форма фізичних вправ.
15. Характеристика техніки фізичних вправ.
16. Поняття про методи, класифікація методів у фізичному вихованні.
17. Методи, які спрямовані на придбання знань у фізичному вихованні.
18. Методи, які спрямовані на оволодіння руховими уміннями і навичками у фізичному вихованні.
19. Методи, які спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей.
20. Формування рухових умінь і навичок у процесі навчання. Рухове вміння.
21. Формування рухових умінь і навичок у процесі навчання. Рухова навичка.
22. Взаємодія і перенесення рухових навичок.
23. Структура процесу навчання руховим діям.

24. Загальна характеристика фізичних якостей.
25. Основи методики розвитку силових якостей.
26. Контрольні вправи для визначення рівня і розвитку силових здібностей.
27. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості людини.
28. Засоби розвитку гнучкості.
29. Контроль за розвитком гнучкості.
30. Загальна характеристика витривалості як фізичної якості людини
31. Методика розвитку та вдосконалення витривалості.
32. Контроль за рівнем розвитку витривалості.
33. Загальна характеристика швидкоти. Форми прояву швидкоти.
34. Методика розвитку швидкісних здібностей.
35. Контроль за розвитком швидкоти.
36. Поняття про координаційні здібності.
37. Основи методики розвитку координаційних здібностей.
38. Контроль за розвитком спритності.
39. Загальна характеристика форм організації занять.
40. Урочні форми організації занять.
41. Класифікація занять урочного типу.
42. Типова структура заняття з фізичного виховання.
43. Структурні частини заняття з фізичного виховання.
44. Способи організації школярів упродовж заняття з фізичного виховання.
45. Загальна характеристика занять позаурочного типу.
46. Поняття планування у фізичному вихованні, його види та зміст.
47. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. Контроль фізичної підготовленості школяра.
48. Документи контролю і обліку та звітності у фізичному вихованні.
49. Планування фізичного виховання в школі.
50. Види планування фізичного виховання.
51. Структура управління процесом фізичного виховання.
52. Моделювання у фізичному вихованні. Види моделей.
53. Модель фізичної підготовленості школяра.
54. Самоконтроль у процесі фізичного виховання.
55. Прогнозування у фізичному вихованні.
56. Види прогнозування у фізичному вихованні.
57. Корекція програм занять в процесі фізичного виховання.
58. Методичні особливості фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку.
59. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи.
60. Дозування фізичного навантаження в СМГ.
61. Поняття та структура системи фізичного виховання України.
62. Державні програми та стандарти у сфері фізичної культури.
63. Нормативно-правове забезпечення фізичного виховання (Закон «Про фізичну культуру і спорт», стандарти НУШ).
64. Нормативи оцінювання фізичної підготовленості населення та учнів.
65. Роль державних і місцевих органів у реалізації політики фізичного виховання.
66. Підготовка, професійні функції та компетентності фахівців з фізичного виховання.
67. Контроль і моніторинг ефективності фізичного виховання в закладах освіти.
68. Пріоритети змісту й структура модельної навчальної програми з фізичної культури.
69. Оцінювання освітніх досягнень учнів із предмету «Фізичне виховання».
70. Фізична культура як чинник фізичного, психічного та морального здоров'я дітей.
71. Вікові особливості фізичного розвитку та рухової підготовленості школярів (молодший, середній, старший вік).

72. Формування базових рухових навичок у молодших школярів.
73. Організація уроків з фізичного виховання у середніх і старших класах.
74. Підготовка учнів до виконання нормативів та особливості їх оцінювання.
75. Мотиваційні чинники занять фізичною активністю у дітей і дорослих.
76. Фізичний стан та потреби дорослого населення України.
77. Форми організації фізичного виховання дорослих.
78. Засоби, методи та індивідуальне планування тренувань дорослих.
79. Мета, завдання та сучасні підходи до фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти.
80. Структура та зміст фізичного виховання студентської молоді.
81. Програмно-нормативне забезпечення фізичної підготовленості студентів.
82. Поняття та сутність професійно-прикладної фізичної підготовки.
83. Засоби професійно-прикладної фізичної підготовки студентів.
84. Поняття, сутність та значущість адаптивного фізичного виховання.
85. Принципи та організаційні форми адаптивного фізичного виховання.
86. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології та їх класифікація.
87. Принципи впровадження оздоровчих технологій у навчальний процес з фізичного виховання.
88. Цифрові системи моніторингу та контролю рухової активності школярів та дорослих.
89. Методологічні підходи та основні методи наукових досліджень у фізичному вихованні.
90. Структура курсової роботи, вимоги до наукової аргументації та оцінювання результатів.

Заочна форма

Контрольна робота 5 триместр

варіант 1

1. Сутність і причини виникнення фізичного виховання в суспільстві.
2. Основні поняття: «фізична культура», «фізичне виховання», «фізична підготовка».
3. Класифікація принципів у фізичному вихованні.
4. Класифікація фізичних вправ.
5. Структура процесу навчання руховим діям.
6. Урочні форми організації занять та їх структура.

варіант 2

1. Етапи становлення теорії та методики фізичного виховання.
2. Основні поняття: «фізичний розвиток», «фізична підготовленість», «фізична вправа».
3. Методичні (дидактичні) принципи фізичного виховання.
4. Методи, спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками.
5. Загальна характеристика фізичних якостей.
6. Види планування фізичного виховання.

варіант 3

1. Теорія та методика фізичного виховання як наукова й навчальна дисципліна.
2. Основні поняття: «адаптивне фізичне виховання», «фізична рекреація», «оздоровча педагогічна технологія».
3. Методи, що спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей.
4. Методика розвитку силових здібностей та контрольні вправи.
5. Структурні частини заняття з фізичного виховання.
6. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. Документи контролю та обліку.

варіант 4

1. Засоби фізичного виховання. Чинники, що визначають дію фізичних вправ.
2. Формування рухових умінь і навичок: рухове вміння та рухова навичка.
3. Загальна характеристика витривалості та методика її розвитку.
4. Координаційні здібності та методи їх розвитку.
5. Класифікація занять урочного типу.
6. Структура управління процесом фізичного виховання.

варіант 5

1. Специфічні принципи у фізичному вихованні.
2. Зміст і форма фізичних вправ.
3. Загальна характеристика швидкісних здібностей.
4. Контроль за розвитком гнучкості та витривалості.
5. Моделювання у фізичному вихованні. Види моделей.
6. Методичні особливості фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку; дозування в СМГ.

варіант 6

1. Фізична вправа: характеристика, чинники, що визначають її дію.
2. Взаємодія і перенесення рухових навичок.
3. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості.
4. Контроль за рівнем розвитку витривалості.
5. Способи організації школярів на заняттях з фізичного виховання.
6. Прогнозування у фізичному вихованні та його види.

варіант 7

1. Поняття про методи та класифікація методів у фізичному вихованні.
2. Методи, спрямовані на придбання знань у фізичному вихованні.
3. Методика розвитку координаційних здібностей.
4. Контроль за розвитком швидкоти.
5. Загальна характеристика занять позаурочного типу.
6. Корекція програм занять у процесі фізичного виховання.

варіант 8

1. Зміст та форма фізичних вправ; техніка виконання.
2. Основи методики розвитку витривалості.
3. Контрольні вправи для визначення рівня силових здібностей.
4. Поняття планування: види та зміст.
5. Модель фізичної підготовленості школяра.
6. Методичні рекомендації до проведення занять зі спеціальною медичною групою; дозування навантаження.

Заочна форма

Контрольна робота 6 триместр

варіант 1

1. Сутність і причини виникнення фізичного виховання в суспільстві.
2. Основні поняття: «фізичний розвиток», «фізична підготовленість», «фізична вправа».
3. Класифікація принципів та їх значення у фізичному вихованні.

4. Методи, спрямовані на оволодіння руховими уміннями і навичками.
5. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. Документи контролю та обліку.
6. Структура та зміст фізичного виховання студентської молоді.

варіант 2

1. Етапи становлення теорії та методики фізичного виховання.
2. Специфічні принципи у фізичному вихованні.
3. Класифікація фізичних вправ.
4. Методика розвитку швидкісних здібностей.
5. Вікові особливості фізичного розвитку та рухової підготовленості школярів (молодший, середній, старший вік).
6. Поняття та структура системи фізичного виховання України.

варіант 3

1. Теорія та методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.
2. Основні поняття: «адаптивне фізичне виховання», «фізична рекреація», «оздоровча педагогічна технологія».
3. Формування рухових умінь і навичок: рухове вміння та рухова навичка.
4. Основи методики розвитку силових якостей.
5. Урочні форми організації занять. Типова структура уроку.
6. Методологічні підходи та основні методи наукових досліджень у фізичному вихованні.

варіант 4

1. Основні поняття: «фізична підготовленість», «спорт», «професійно-прикладна фізична підготовка».
2. Фізична вправа: чинники, що визначають її дію.
3. Методи, спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей.
4. Контроль за розвитком гнучкості.
5. Способи організації школярів на заняттях з фізичного виховання.
6. Структура управління процесом фізичного виховання.

варіант 5

1. Зміст і форма фізичних вправ.
2. Взаємодія і перенесення рухових навичок.
3. Загальна характеристика гнучкості. Засоби розвитку гнучкості.
4. Загальна характеристика занять позаурочного типу.
5. Модель фізичної підготовленості школяра.
6. Принципи та організаційні форми адаптивного фізичного виховання.

варіант 6

1. Класифікація методів у фізичному вихованні.
2. Методи, спрямовані на придбання знань у фізичному вихованні.
3. Загальна характеристика координаційних здібностей.
4. Основи методики розвитку координаційних здібностей.
5. Моделювання у фізичному вихованні. Види моделей.
6. Мета, завдання та сучасні підходи до фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти.

варіант 7

1. Загальна характеристика фізичних якостей.
2. Методика розвитку та вдосконалення витривалості.
3. Типова структура заняття та характеристика його частин.

4. Поняття планування, прогнозування у фізичному вихованні.
5. Методичні особливості фізичного виховання дітей раннього й дошкільного віку.
6. Нормативно-правове забезпечення фізичного виховання.

Приклад залікового білету

3 семестр / 5 триместр

Чорноморський національний університет імені Петра Могили
галузь знань 01 Освіта / Педагогіка / А Освіта
спеціальність 014 Середня освіта / А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
спеціалізація 014.11 Фізична культура / предметна спеціальність А4.11 Фізична культура
навчальна дисципліна – Теорія та методика фізичного виховання

ЗАЛІКОВИЙ БІЛЕТ № 0

1. Класифікація принципів і їх значення у сфері фізичного виховання.
2. Моделювання у фізичному вихованні. Види моделей.

Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту

№ ___ від _____

Завідувач кафедри _____

Розробник _____

4 семестр / 6 триместр

Приклад екзаменаційного білету

Чорноморський національний університет імені Петра Могили
галузь знань 01 Освіта / Педагогіка / А Освіта
спеціальність 014 Середня освіта / А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
спеціалізація 014.11 Фізична культура / предметна спеціальність А4.11 Фізична культура
навчальна дисципліна – Теорія та методика фізичного виховання

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № 0

1. Етапи становлення теорії та методики фізичного виховання.
2. Загальна характеристика бистроти. Форми прояву бистроти.
3. Формування базових рухових навичок у молодших школярів.

Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту

№ ___ від _____

Завідувач кафедри _____

Розробник _____

6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання
Денна форма
3 семестр

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на практичних заняттях (15 занять по 3 бали)	45
2	Презентація	25
3	Залік	30
	Разом	100

1) Відповідь на практичному занятті. В 3 семестрі оцінка на кожному практичному занятті може бути від 1 до 3 балів. Оцінка нижче 1 балів означає «незадовільно», заняття не зараховане. Максимальні 3 бали нараховуються за ґрунтовну відповідь, 2 бали – якщо відповідь вірна, але є неточності.

2) Презентація включає підготовку слайдів, максимальна кількість балів – 25 балів.

У 23-25 балів оцінюється робота, що містить 12-16 слайдів; проблема, яка розглядається, розглянута послідовно, логічно, при підготовці використані сучасні джерела (наукові статті в пер. Виданнях 2020-2025 рр.);

У 18-22 балів оцінюється робота, що містить до 12 слайдів; тема викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; при підготовці використані сучасні джерела;

У 13-17 балів оцінюється презентація, має обсяг до 10 слайдів; проблема розглянута досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; інформація з джерел «застаріла», в презентації є певні помилки оформлення.

У 7-12 балів оцінюється презентація, коли її обсяг є недостатнім для викладення обраної проблеми, тема розглядається поверхово; джерел не достатньо для розкриття теми, присутні помилки в оформленні.

У 0-6 балів оцінюється презентація, в якій тема не розкрита, або викладається матеріал не за темою, джерела не відповідають критеріям науковості та сучасності.

3) Залік – 30 балів: за правильну відповідь на кожне питання нараховується по 15 балів;

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

За повну розгорнуту відповідь на 3 питання студент отримує 10 балів:

4 семестр

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на практичних заняттях (8 занять по 5 балів)	40
2	Реферат	20
3	Екзамен	40
	Разом	100

1) Відповідь на практичному занятті. В 4 семестрі оцінка на кожному практичному занятті може бути від 1 до 5 балів. Відповідь оцінюються максимальною кількістю – 5 балів. При цьому враховується: глибина та повнота відповіді; усвідомлення та послідовність висвітлення матеріалу; вміння самостійно використовувати теорію на практичних прикладах та ситуаціях; логіка викладу матеріалу, включаючи висновки та узагальнення; розуміння змісту понятійного апарату; знання матеріалу, літератури, періодичних видань.

Критерії оцінок:

5 балів виставляється за повну, точну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь викладена логічно, без суттєвих помилок, з необхідними доказами, узагальненнями та висновками.

3-4 бали виставляється за повну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь дана в логічній послідовності з необхідними доказами, узагальненнями та висновками (допускаються незначні неточності у визначеннях, змісті викладеного матеріалу, датах, оцінках).

1-2 бали виставляються тоді, коли у відповіді є незначні помилки, матеріал поданий недостатньо систематизовано і непослідовно, висновки обґрунтовані, але мають неточності.

2) Реферат включає підготовку слайдів, максимальна кількість балів – 20 балів.

У 18-20 балів оцінюється реферат, в якому тема розкрита повністю, логічно, глибоко; є аналіз сучасних джерел (останні 5–10 років); чітка структура: вступ, основна частина, висновки; усі висновки аргументовані; грамотність, стиль, відсутність помилок; оформлення відповідає вимогам (ДСТУ, 2015) посилання, список джерел.

У 14-17 балів оцінюється реферат, який має обсяг 10-12 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 6-8 джерел (2 джерела за останні 5 років, по тексту є посилання на джерела), відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.

У 10-13 балів оцінюється реферат, який має обсяг 8 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, джерела «застарілі»; висновки неповні або формальні; є кілька стилістичних і граматичних помилок.

У 5-9 балів оцінюється реферат, коли обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.

У 0-4 бали оцінюється реферат, якщо тема реферату нерозкрита, або викладається матеріал не за темою, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами.

3) Екзамен – 40 балів: за правильну відповідь на 1 та 2 питання нараховується по 15 балів; за правильну відповідь на 3 питання нараховується 10 балів;

За повну розгорнуту відповідь на 1 та 2 питання студент отримує по 15 балів:

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

За повну розгорнуту відповідь на 3 питання студент отримує 10 балів:

9-10 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

6-9 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

2-4 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-2 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Заочна форма

5 триместр

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на практичних заняттях (4 заняття по 5 балів)	20
2	Презентація	20
3	Контрольна робота	30
4	Залік	30
	Разом	100

1) Відповідь на практичному занятті. В 5 семестрі оцінка на кожному практичному занятті може бути від 1 до 5 балів.

Критерії оцінок:

5 балів виставляється за повну, точну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь викладена логічно, без суттєвих помилок, з необхідними доказами, узагальненнями та висновками.

3-4 бали виставляється за повну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь дана в логічній послідовності з необхідними доказами, узагальненнями та висновками (допускаються незначні неточності у визначеннях, змісті викладеного матеріалу, датах, оцінках).

1-2 бали виставляються тоді, коли у відповіді є незначні помилки, матеріал поданий недостатньо систематизовано і непослідовно, висновки обґрунтовані, але мають неточності.

2) Презентація включає підготовку слайдів, максимальна кількість балів – 20 балів.

У 18-20 балів оцінюється робота, що містить 12-16 слайдів; проблема, яка розглядається, розглянута послідовно, логічно, при підготовці використані сучасні джерела (наукові статті в пер. Виданнях 2020-2025 рр.);

У 14-17 балів оцінюється робота, що містить до 12 слайдів; тема викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; при підготовці використані сучасні джерела;

У 10-13 балів оцінюється презентація, має обсяг до 10 слайдів; проблема розглянута досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; інформація з джерел «застаріла», в презентації є певні помилки оформлення.

У 5-9 балів оцінюється презентація, коли її обсяг є недостатнім для викладення обраної проблеми, тема розглядається поверхово; джерел не достатньо для розкриття теми, присутні помилки в оформленні.

У 0-4 бали оцінюється презентація, в якій тема не розкрита, або викладається матеріал не за темою, джерела не відповідають критеріям науковості та сучасності.

3) Контрольна робота: 8 варіантів. В кожному варіанті – 6 питань, кожне питання оцінюється максимально в 5 балів.

5 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

4 бали: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

3 бали: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

1-2 бали: не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

4) Залік – 30 балів: за правильну відповідь на кожне питання нараховується по 15 балів;

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

За повну розгорнуту відповідь на 3 питання студент отримує 10 балів:

6 триместр

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на практичних заняттях (4 заняття по 5 балів)	20
2	Реферат	10
3	Контрольна робота	30
4	Екзамен	40
	Разом	100

1) Відповідь на практичному занятті. В 6 семестрі оцінка на кожному практичному занятті може бути від 1 до 5 балів. Відповідь оцінюються максимальною кількістю – 5 балів. При цьому враховується: глибина та повнота відповіді; усвідомлення та послідовність висвітлення матеріалу; вміння самостійно використовувати теорію на практичних прикладах та ситуаціях; логіка викладу матеріалу, включаючи висновки та узагальнення; розуміння змісту понятійного апарату; знання матеріалу, літератури, періодичних видань.

Критерії оцінок:

5 балів виставляється за повну, точну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь викладена логічно, без суттєвих помилок, з необхідними доказами, узагальненнями та висновками.

3-4 бали виставляється за повну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь дана в логічній послідовності з необхідними доказами, узагальненнями та висновками (допускаються незначні неточності у визначеннях, змісті викладеного матеріалу, датах, оцінках).

1-2 бали виставляються тоді, коли у відповіді є незначні помилки, матеріал поданий недостатньо систематизовано і непослідовно, висновки обґрунтовані, але мають неточності.

2) Реферат включає підготовку слайдів, максимальна кількість балів – 10 балів.

У 9-10 балів оцінюється реферат, в якому тема розкрита повністю, логічно, глибоко; є аналіз сучасних джерел (останні 5–10 років); чітка структура: вступ, основна частина, висновки; усі висновки аргументовані; грамотність, стиль, відсутність помилок; оформлення відповідає вимогам (ДСТУ, 2015) посилання, список джерел.

У 7-8 балів оцінюється реферат, який має обсяг 10-12 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 6-8 джерел (2 джерела за останні 5 років, по тексту є посилання на джерела), відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.

У 5-6 балів оцінюється реферат, який має обсяг 8 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, джерела «застарілі»; висновки неповні або формальні; є кілька стилістичних і граматичних помилок.

У 3-4 балів оцінюється реферат, коли обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.

У 0-2 бали оцінюється реферат, якщо тема реферату нерозкрита, або викладається матеріал не за темою, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами.

3) Контрольна робота: 7 варіантів. В кожному варіанті – 6 питань, кожне питання оцінюється максимально в 5 балів.

5 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

4 бали: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

3 бали: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

1-2 бали: не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

4) Екзамен – 40 балів: за правильну відповідь на 1 та 2 питання нараховується по 15 балів; за правильну відповідь на 3 питання нараховується 10 балів;

За повну розгорнуту відповідь на 1 та 2 питання студент отримує по 15 балів:

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

За повну розгорнуту відповідь на 3 питання студент отримує 10 балів:

9-10 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

6-9 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

2-4 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-2 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Курсова робота

4 семестр – денна форма / 6 триместр - заочна форма

Теми курсових робіт

1. Особливості розвитку системи фізичного виховання в умовах воєнного стану в Україні.
2. Вплив воєнної загрози та стресових чинників на організацію фізичного виховання дітей та молоді.
3. Інноваційні підходи до фізичного виховання в умовах дистанційного та змішаного навчання під час війни.
4. Трансформація принципів фізичного виховання в умовах надзвичайних ситуацій та воєнних дій.
5. Реалізація принципу доступності та безпеки у фізичному вихованні під час повітряних тривог.
6. Використання засобів фізичного виховання для зниження рівня стресу у дітей і дорослих під час війни.
7. Домашні засоби фізичного виховання в умовах укріття: можливості та обмеження.
8. Адаптація методів навчання руховим діям в умовах нестабільного навчального процесу.
9. Методика організації занять фізичними вправами в онлайн-форматі в період воєнного стану.

10. Методика навчання базовим руховим навичкам школярів в умовах тривожних перерв та укриттів.
11. Особливості формування рухових дій у дітей з підвищеною тривожністю під час війни.
12. Оптимізація фізичного навантаження школярів в умовах обмеженого простору (укриття, онлайн-заняття).
13. Відновлення після фізичних навантажень у підлітків під впливом хронічного стресу воєнного часу.
14. Методика розвитку витривалості підлітків у домашніх умовах під час війни.
15. Особливості розвитку сили та гнучкості учнів у дистанційному форматі.
16. Розвиток координаційних здібностей у дітей в умовах обмеженої рухової активності.
17. Планування уроків фізичного виховання в закладах освіти в умовах воєнного стану.
18. Система контролю фізичної підготовленості школярів в умовах змішаного навчання.
19. Трансформація структури уроку фізичної культури під час повітряних тривог.
20. Використання оздоровчої гімнастики як безпечної форми фізичного виховання в укриттях.
21. Фізичний розвиток дошкільників під час війни: проблеми, можливості, рекомендації.
22. Ігрові методики розвитку рухової активності дошкільників у домашніх умовах.
23. Організація фізичного виховання дітей спеціальної медичної групи під час вимушеного перебування в укриттях.
24. Розробка адаптивних програм для дітей СМГ в умовах тривалого стресу.
25. Нормативно-правове забезпечення фізичного виховання України в умовах воєнного стану.
26. Інноваційні шкільні програми фізичної культури.
27. Фізична активність дорослого населення як засіб подолання стресу у воєнний період.
28. Адаптивні методики фізичної активності для внутрішньо переміщених осіб.
29. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології для збереження психофізичного здоров'я у воєнний час.
30. Наукові підходи до оцінювання фізичного стану дітей і молоді в умовах війни.

До написання курсової роботи висуваються такі загальні вимоги:

1. Курсову роботу студенти виконують згідно з навчальним планом. Курсова робота виконується за однією з тем, запропонованих викладачами кафедри, що були затверджені на засіданні кафедри. Студентам надається право обирати тему зі списку поданих тем.
2. Курсова робота виконується українською мовою. Захист роботи проходить державною або (за бажанням доповідача) іноземною мовою (основною).
3. Обсяг курсових робіт становить: 25-30 стр.
4. З огляду на високі вимоги нормативних документів необхідно неухильно дотримуватися державних стандартів України щодо порядку подання окремих видів текстового матеріалу, таблиць, формул та ілюстрацій. Курсова робота має бути чітко структурованою, із дотриманням таких вимог щодо оформлення: окремі частини роботи виділяються (напівжирним, курсивом); абзаци та нумерація сторінок оформляються згідно з загальними чинними вимогами ("Про затвердження Вимог до оформлення дисертації". Наказ Міністерства освіти і науки України № 40 від 12.01.2017); дотримуються правила паспортизації матеріалу (правильно оформляються посилання, виноска, цитати тощо); список використаних джерел укладається відповідно до сучасних чинних вимог (ДСТУ 8302:2015. Бібліографічне посилання); оформлення курсової роботи має відповідати естетичним і орфографічним нормам.
5. При написанні курсової роботи студент має обов'язково посилатися на авторів і джерела ("Про затвердження Вимог до оформлення дисертації". Наказ Міністерства освіти і науки України № 40 від 12.01.2017), з яких запозичені матеріали або окремі результати. У разі використання запозиченого матеріалу без посилання на автора та джерело, курсова робота не допускається до захисту з метою уникнення плагіату. Оригінальність авторського тексту має складати не менше 50 %.

б. У курсовій роботі необхідно стисло, логічно й аргументовано викладати зміст і результати дослідження, уникати загальних слів, бездоказових тверджень, тавтології.

Курсова робота оцінюється за 100-бальною системою. Згідно рекомендаціями до розроблення за застосування рейтингових систем оцінювання рейтингова оцінка з курсової роботи матиме дві складові.

Перша (підготовча) складова характеризує роботу студента з написання курсової роботи та її результат – текст курсової роботи, оформлений згідно з чинними вимогами.

Друга (складова захисту) характеризує якість захисту студентом курсової роботи.

Розмір шкали першої складової дорівнює 70 балів, а другої складової – 30 балів.

Критерії оцінювання курсової роботи

1. Актуальність дослідження:

5 балів – дослідження актуальне та аргументовано обґрунтоване;

4 бали – дослідження актуальне, але аргументовано недостатньо;

3 бали – актуальність теми обґрунтована частково;

0 балів – актуальність теми не обґрунтована.

2. Самостійність дослідження. Повнота проведеного аналізу:

5 балів – роботу виконано самостійно; проведено глибокий аналіз наукової літератури;

4 бали – роботу виконано самостійно; проведено частковий аналіз наукової літератури;

3 бали – роботу виконано на недостатньо самостійному рівні; проведено поверхневий аналіз наукової літератури;

0 балів – робота не є самостійно виконаною; аналіз наукової літератури відсутній.

3. Реалізація мети дослідження; відповідність висновків обраній темі:

5 балів – мету розкрито глибоко і повністю. Висновки відповідають меті дослідження;

4 бали – мету розкрито достатньо повно. Переважна більшість висновків відповідає меті дослідження;

3 бали – мету розкрито недостатньо глибоко. Висновки частково відповідають меті дослідження;

0 балів – мету не розкрито. Висновки не відповідають меті дослідження.

4. Структура і логічність роботи:

5 балів – чітке структурування і логічна композиція роботи;

4 бали – досить чітке структурування і логічна композиція роботи;

3 бали – недостатньо чітке структурування і логічна композиція роботи;

0 балів – робота не структурована, композиція нелогічна.

5. Обізнаність із новітніми науковими джерелами та володіння навичками реферативного опрацювання:

5 балів – аналіз стану проблеми здійснено за новітніми вітчизняними і зарубіжними джерелами;

4 бали – аналіз стану проблеми здійснено, в основному, за вітчизняними джерелами з використанням періодичних наукових видань;

3 бали – аналіз стану проблеми здійснено в основному за навчальною літературою та застарілим джерелам (більше 10 років).

0 балів – аналіз стану проблеми здійснено за недостовірними та застарілим джерелам (більше 20 років).

6. Відповідність обсягу роботи встановленим вимогам:

5 балів – обсяг роботи повністю відповідає вимогам;

4 бали – незначне відхилення від вимог до обсягу роботи;

3 бали – обсяг роботи неповністю відповідає вимогам;

0 балів – обсяг роботи не відповідає вимогам.

7. Відповідність вимогам наукового стилю; дотримання вимог щодо оформлення роботи відповідно до чинних стандартів:

5 балів – робота повністю відповідає вимогам наукового стилю і оформлена згідно з чинними стандартами;

4 бали – робота відповідає вимогам наукового стилю, у оформленні наявні деякі неточності;

3 бали – робота відповідає не усім вимогам наукового стилю у оформленні наявні значні огріхи;

0 балів – робота не відповідає вимогам наукового стилю і оформлена не у відповідності до чинних стандартів.

8. Ступінь виконання завдань керівника та дотримання термінів виконання роботи:

5 балів – завдання керівника виконані повністю з дотриманням термінів виконання роботи;

4 бали – виконано більшість завдань керівника з незначними відхиленнями у термінах виконання роботи;

3 бали – завдання керівника виконані неповністю зі значним недотриманням термінів виконання роботи;

0 балів – завдання керівника невиконані, терміни виконання роботи не дотримані.

9. Структура і обсяг презентації роботи на захисті:

10 балів – доповідь на захисті відображає зміст курсової роботи;

8–9 балів – доповідь на захисті достатньо повно відображає зміст курсової роботи;

6–7 балів – доповідь на захисті недосить повно відображає зміст курсової роботи;

0 балів – доповідь на захисті не відображає зміст курсової роботи.

10. Фахова компетенція студента

10 балів – високий рівень фахової компетентності студента;

8–9 балів – достатньо високий рівень фахової компетентності студента;

6–7 балів – достатній рівень фахової компетентності студента;

0 балів – низький рівень фахової компетентності студента.

11. Повнота відповідей на поставлені запитання:

10 балів – студент уміло використовує систему аргументації під час відповіді на запитання;

8–9 балів – студент повно і аргументовано відповідає на запитання;

6–7 балів – відповіді студента на запитання не завжди повні та аргументовані;

0 балів – відповіді студента на запитання не повні та не аргументовані.

12. Вміння захищати власну думку:

10 балів – студент демонструє вміння аргументовано захищати свою думку; 8–9 балів – студент демонструє вміння достатньо аргументовано захищати свою думку;

6–7 балів – студент не завжди аргументовано захищає свою думку;

0 балів – студент не може захистити свою думку.

13. Ступінь володіння матеріалом:

10 балів – студент демонструє високий ступінь володіння матеріалом;

8–9 балів – студент демонструє достатньо високий ступінь володіння матеріалом;

6–7 балів – студент демонструє достатній ступінь володіння матеріалом;

0 балів – студент не володіє матеріалом.

14. Культура захисту:

10 балів – студент демонструє високий ступінь культури захисту;

8–9 балів – студент демонструє достатньо високий ступінь культури захисту;

6–7 балів – студент демонструє достатній ступінь культури захисту;

0 балів – культура захисту студента на низькому рівні.

7. Рекомендовані джерела інформації

7.1. Основні:

1. Теорія і методика фізичного виховання : основи спеціальної термінології у фізичному вихованні : навчальний посібник / А.М. Гурєєва, О.С. Черненко, Е.Ю. Дорошенко, 2020. <http://dspace.zsmu.edu.ua/bitstream/123456789/11931/1/%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%92.pdf>

2. Теорія і методика фізичного виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю Середня освіта (Фізична культура): навч. посіб./ укладач В.А. Товт, І.І. Маріонда – Ужгород: ТОВ«БЕСТ-прінт», 2022. 225с. <https://dspace.uzhnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f67ed6cf-71c9-4882-9782-9b34e5a956ea/content>
3. Чичкан О.А. Фізичне виховання у схемах [навчально-методичний посібник] / О.А. Чичкан, М.М. Кость. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2011. 104с. <http://repository.ldufk.edu.ua>
4. Черненко, С.О. Теорія і методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / Черненко С. О. – Краматорськ : ДДМА, 2022. Частина 2. 228 с. <http://www.dgma.donetsk.ua/docs/kafedry/fizv/metod/%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%92%20%20%D1%87%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B0.pdf>
5. Черненко, С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах. Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с <http://www.dgma.donetsk.ua/docs/kafedry/fizv/metod/%D0%9D%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F%D1%96%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F.pdf>
6. Лазаренко М. Г. Фізичне виховання: навчально-методичний посібник. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2019. 88 с
7. Теорія і методика навчання фізичної культури в ЗСО з основами біомеханіки фізичних вправ. Одеса, 2023. 154 с. (Навчальний посібник). <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/18502/1/Romanenko%20Sergey%20Stepanovich.pdf>

7.2. Додаткові:

1. Боднар І.Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі: навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання вищ. навч. закл. / Боднар І. Р. Л.: Видавництво, 2013. 187 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3751>
2. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. К. : Олімпійська література, 2012. Частина 1. Частина 2. <https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/handle/123456789/2984>
1. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. – Львів, «Фест-Прінт». 2017. 179 с.
2. Вимоги до замикаючого етапу багаторічних організованих занять дітей та молоді фізичною культурою. Приходько В., Долбишева Н., Бондаренко І., Чернявська О., Токмакова С. Педагогічна Академія: наукові записки, 2025. №17.С. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15274184>
3. Шепеленко Т.В., Лучко О.Р. Основи методики фізичного тренування: Конспект лекції. Харків: УкрДАЗТ, 2014. 30 с. <http://lib.kart.edu.ua/bitstream/123456789/5645/1/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%20%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%86%D1%96%D0%B9.pdf>
4. Методичні рекомендації до написання курсових робіт для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт / авт.- упор. С.Я. Індика, Ж.С. Мудрик. Волинськ. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. 45 с.
5. Методичні вказівки і тематики курсових робіт з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та СПВ» (стрілецькі види спорту) для студентів I-IV курсу факультету фізичної культури і спорту, для студентів ІІІ курсу факультету педагогічної освіти, галузі знань 01 – «Освіта/Педагогіка», спеціальність: 017 «Фізична культура і спорт», спеціальність: 014 – «Середня освіта», предметна спеціалізація 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)». “31” серпня, 2021 року 25 стор. Розробники: Лопатьєв А.О., Демічковський А.П.