

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри теорії і методики
фізичного виховання



Юрій ЮРЧИШИН

підпис

26 серпня 2024 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за освітньо-професійною програмою Середня освіта (Фізична культура)
спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)
галузі знань 01 Освіта / Педагогіка
мова навчання українська

2024-2025 навчальний рік

Розробник комплексу: Г. А. Єдинак, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
М. О. Чистякова, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач

Ухвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання

Протокол № 13 від 26 серпня 2024 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми



Аліна БОДНАР

підпис

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Мета вивчення вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорії і методики фізичного виховання», як дисципліни обов'язкового освітнього компонента з переліку дисциплін професійної підготовки здобувача за спеціальністю 014 Середня освіта (Фізична культура), – забезпечити глибоке теоретичне осмислення практики фізичного виховання різних груп населення, але передусім – дітей у новій українській школі шляхом формування у здобувача визначених загальних і спеціальних компетентностей, основу яких становить набуття відповідних знань, умінь і навичок з урахуванням сучасних умов функціонування галузі, реалізації інноваційних технологій, положень академічної доброчесності.

2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	2-3	2-4
Семестр вивчення	4-6	4-7
Кількість кредитів ЄКТС	15	15
Загальний обсяг годин	450	450
Кількість годин навчальних занять	224 години	60 годин
Лекційні заняття	100 годин	22 години
Практичні заняття	-	-
Семінарські заняття	124 години	38 годин
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	226 годин	390 годин
Форма підсумкового контролю	2 іспити (4, 6 семестри), залік (5 семестр)	2 іспити (5, 7 семестри), залік (6 семестр)

3. Статус дисципліни: навчальна дисципліна обов'язкового освітнього компонента з переліку дисциплін професійної підготовки

4. Передумови для вивчення освітнього компоненту: наявність сформованих у здобувачів вищої освіти знань та практичних умінь, навичок у питаннях, визначених такими обов'язковими освітніми компонентами професійної підготовки, як «Філософія», «Вступ до спеціальності», «Історія фізичної культури», «Психологія», «Валеологічні, гігієнічні та фізіологічні основи фізичного виховання», «Біомеханіка фізичних вправ», «Педагогіка».

5. Програмні компетентності навчання

За результатами вивчення освітнього компоненту професійної підготовки «Теорії і методики фізичного виховання» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися інтегральна, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.

Інтегральна компетентність:

-Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів освітніх наук та педагогіки, фізичного виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації навчально-виховного процесу в закладах загальної середньої освіти.

Загальні компетентності:

- ЗК 02 Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність);
- ЗК 04 Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність);
- ЗК 05 Здатність до генерування нових ідей, виявлення та розв'язання проблем, ініціативності та підприємлихості (підприємницька компетентність).

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

- СК 01 Здатність забезпечувати здобуття дітьми освіти з фізичної культури державною мовою, використовувати знання іноземної мови в освітній діяльності (мовнокомунікативна компетентність)
- СК 02 Здатність моделювати зміст уроків, інших форм фізичної культури відповідно до обов'язкових результатів навчання дітей в закладі загальної середньої освіти, а також здійснювати моніторинг результатів, урахуваючи вікові, статеві й індивідуальні особливості дітей (предметно-методична компетентність).
- СК 03 Здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність).
- СК 04 Здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність).
- СК 05 Здатність орієнтуватись в інформаційному просторі у сфері фізичної культури і спорту, здійснювати пошук й критично оцінювати одержану інформацію, а також адекватно оперувати нею під час професійної діяльності (інформаційно-цифрова компетентність).
- СК 07 Здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури, а також тактовно і конструктивно взаємодіяти з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу у напрямі усвідомлення та поцінування кожного як особистості під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (емоційно-етична компетентність).;
- СК 08 Здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства).
- СК 09 Здатність організовувати безпечне освітнє середовище з навчального предмету в закладі загальної середньої освіти, використовуючи у різних формах фізичної культури сучасні здоров'язбережувальні технології, що передбачають профілактично-просвітницьку роботу з учнями, іншими учасниками освітнього процесу щодо культури здорового і безпечного життя, санітарії і гігієни, а також надання (у випадку необхідності) їм домедичної допомоги та збереження особистого здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язбережувальна компетентність).
- СК 10 Здатність створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, яке

передбачає педагогічну підтримку дітей із особливими освітніми потребами шляхом забезпечення сприятливих умов для реалізації їх фізичної активності (інклюзивна компетентність).

- СК 11 Здатність організовувати кожен визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивнооздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність).

-СК 12 Здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність).

- СК 13 Здатність проектувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проектувальна компетентність).

- СК 14 Здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретикометодичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямками: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь (оцінювально-аналітична компетентність).

- СК 15 Здатність застосовувати методи наукового пізнання, інновації та сучасні дієві підходи до розв'язання проблем у професійній діяльності з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, виходячи із положень документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності (інноваційна компетентність).

- СК 16 Здатність впродовж життя визначати умови, ресурси професійного розвитку та взаємодії з іншими вчителями на засадах партнерства і підтримки (компетентність у професійній самоосвіті впродовж життя).

6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

За результатами вивчення освітнього компоненту «Теорії і методики фізичного виховання» в здобувачів СВО «бакалавр» формуються наступні *програмні результати навчання*:

- ПРН 02 Уміє використовувати інформацію про чинні норми законодавства у сфері освітньої діяльності, нормативно-правові й організаційно-розпорядчі документи й застосовувати її в педагогічній діяльності.

- ПРН 03 Здійснює під час професійної діяльності усну та письмову комунікацію державною мовою, а також спроможний використати знання іноземної мови. Вміє застосовувати теоретичне моделювання при формуванні змісту уроків та інших форм фізичної культури дітей з урахуванням вікових особливостей, персональних здібностей, інтересів, потреб і мотивів.

- ПРН 04 Вміє застосовувати теоретичне моделювання при формуванні змісту уроків та інших форм фізичної культури дітей з урахуванням вікових особливостей, персональних здібностей, інтересів, потреб і мотивів.

- ПРН 05 Володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для навчання дітей застосовувати набуті знання при реалізації базових і нових видів рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти.

- ПРН 06 Володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування освіченості дітей у здійсненні розвитку фізичних (рухових), моральних, вольових якостей за допомогою засобів і методів фізичної культури.

- ПРН 07 Вміє орієнтуватись в інформаційному просторі фізичної культури, здійснювати пошук і критичний аналіз одержаної інформації, а також адекватно оперувати нею під час професійної діяльності; добирати електронні освітні ресурси, оцінювати їх ефективність для досягнення освітніх цілей відповідно до умов навчання, вікових особливостей, рівня підготовленості й потреб дітей.

- ПРН 09 Вміє тактовно і конструктивно взаємодіяти з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу у напрямі усвідомлення та поцінювання кожного як особистості, на засадах

усвідомлення особистих відчуттів, почуттів, емоцій, а також керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури.

- ПРН 10 Застосовує механізми суб'єкт-суб'єктного підходу в практичній діяльності, вміння координувати і стимулювати навчально-пізнавальну діяльність дітей, підтримання їх прагнень до розкриття індивідуальних здібностей, можливостей і саморозвитку, в тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям та підтримки тих, хто має особливі освітні потреби.

- ПРН 11 Вміє організовувати освітнє середовище для занять фізичною культурою, враховуючи правила безпеки життєдіяльності, протиепідемічні, санітарні норми і правила, а також проводити профілактичні заходи зі збереження й зміцнення здоров'я дітей та надавати (у випадку необхідності) домедичну допомогу дітям, іншим учасникам освітнього процесу в закладі загальної середньої освіти.

- ПРН 12 Вміє створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, передусім забезпеченням сприятливих умов для реалізації фізичної активності дітей із особливими освітніми потребами.

-ПРН 13 Вміє використовувати набуті знання і рекомендації, інновації фахівців щодо організації різних форм фізичної культури та діяльності дітей під час їх реалізації в закладі загальної середньої освіти.

- ПРН 14 Знає вимоги до оформлення документації, основні закономірності побудови документів для забезпечення освітнього процесу та вміє практично застосувати такі знання.

- ПРН 15 Вміє враховувати вихідні дані й індивідуальні особливості дітей при прогнозуванні результатів фізичної культури на кожний рік навчання, а поставлені завдання і можливості дітей при прогнозуванні результатів на певний навчальний семестр і чверть.

- ПРН 16 Проектує зміст уроків фізичної культури для учнів початкової, основної школи та позаурочних форм із урахуванням вимог державного стандарту освіти, освітніх потреб і попередніх результатів розвитку та навчання дітей.

- ПРН 17 Використовує сучасну аналітику та психолого-педагогічні умови оцінювання результатів дітей та забезпечення самооцінювання ними, що стосуються розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань

- ПРН 18 Застосовує у професійній діяльності методи наукового пізнання, збирає інформацію, інтерпретує її та робить висновки щодо дієвості освітніх інновацій у фізичній культурі, умов упровадження й інтегрування останніх у власну практику, а при висвітленні результатів власної пошукової діяльності виконує положення документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності.

- ПРН 19 Здійснює особистий професійний розвиток, враховуючи індивідуальні професійні потреби, чинні вимоги та моніторинг результатів, а також взаємодіє з іншими вчителями закладу загальної середньої освіти як рівноправний партнер

За результатами вивчення освітнього компоненту професійної підготовки «Теорії і методики фізичного виховання» здобувачі вищої освіти повинен знати:

За результатами вивчення «Теорії і методики фізичного виховання» здобувач вищої освіти **повинен знати:**

- за змістовим модулем-1: базові термінопоняття – фізична культура, фізичне виховання, спорт, фізична реабілітація, фізична рекреація, фізичний розвиток, предмет фізичного виховання, предмет методики фізичного виховання, система фізичного виховання, принципи фізичного виховання, методи фізичного виховання, засоби фізичного виховання, рухові дії, фізичні вправи, рухові якості; джерела і стани розвитку теорії і практики фізичного виховання; структури фізичного виховання і зміст її основних складових; мету, завдання сучасної системи фізичного виховання школярів в Україні і напрямки її подальшого удосконалення; принципи фізичного виховання (загальнопедагогічні і специфічні); методи фізичного виховання; фізіологічні, психолого-педагогічні основи навчання руховим діям, її структура і зміст процесу;

фізіологічні основи розвитку (удосконалення) рухових якостей; зміст та особливості методик розвитку рухових якостей; загальні основи організації і методик проведення занять фізичними вправами урочного і позаурочного типу;

- за змістовим модулем-2: фізичне виховання дітей дошкільного віку, що передбачає інформацію про фактори, які впливають на стан їхнього здоров'я, вікову періодизацію, форми організації фізичного виховання в дошкільних установах, зміст і методику занять; фізичну культуру у системі загальної освіти дітей шкільного віку, що передбачає інформацію про організацію і методичні особливості сучасного уроку фізичної культури, його структуру та зміст, загальні положення щодо розвитку рухових здібностей здобувачів освіти, їхні вікові особливості, форми занять фізичними вправами протягом навчального дня, особливості методики фізичного виховання школярів з послабленим здоров'ям; фізичне виховання здобувачів вищої освіти; систему фізичної підготовки в Збройних силах України; фізичне виховання дорослого населення;

- за змістовим модулем-3: загальні основи теорії спортивної діяльності; основи спортивної підготовки, що передбачають інформацію про мету, завдання, принципи, засоби, методи; структуру підготовленості спортсмена; структуру і побудову процесу підготовки спортсмена; етапи та зміст спортивних орієнтацій і відбору.

За результатами вивчення «Теорії і методики фізичного виховання» здобувач вищої освіти **повинен уміти:**

- за змістовим модулем-1: використовувати базові термінопоняття при опрацюванні наявних джерел інформації та написанні рефератів, доповідей, статей, методичних рекомендацій тощо; критично аналізувати сучасний стан складових системи фізичного виховання взагалі та її загальнопідготовчого напрямку, представленого фізичним вихованням школярів України; практично використовувати принципи, методи, засоби фізичного виховання; практично реалізовувати знання щодо навчання руховим діям; складати комплекси для розвитку рухових якостей, враховуючи біологічні та психолого-педагогічні закономірності; враховувати особливості форм фізичного виховання при їх організації у практичній діяльності, але передусім занять урочного типу;

- за змістовим модулем-2:

організувати навчально-виховний процес з фізичної культури; використовувати основні методи виховання рухових якостей, аналізувати структуру та основні напрями педагогічній діяльності в освітній установі, організувати і проводити заходи щодо оздоровчої фізичної культури в режимі дня; оцінити показники здоров'я населення та роль факторів, що його формують; застосувати методи діагностики фізичного та психічного рівня здоров'я та давати оцінку результатам його дослідження.

- розробляти індивідуальні програми і застосувати педагогічні методи оздоровлення різних категорій населення та здійснювати контроль за їх реалізацією.

- за змістовим модулем-3: використовувати базові термінопоняття при опрацюванні наявних джерел інформації та написанні рефератів, доповідей, статей, методичних рекомендацій тощо; спортивної підготовки, що передбачають інформацію про мету, завдання, принципи, засоби, методи; формувати зміст компонентів власної структури підготовленості в обраному виді спорту; характеризувати структуру і побудову процесу власної підготовки в обраному виді спорту; аналізувати етапи та зміст власних спортивних орієнтацій і відбору в обраному виді спорту.

7. Методи навчання:

За джерелом інформації:

- словесні: розповідь, пояснення, бесіда;
- наочні: ілюстрація, демонстрація, самостійне спостереження;
- практичні: досліди, вправи, практичні роботи;

За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:

- індуктивні;
- дедуктивні;
- аналітичні;
- синтетичні.

За ступенем самостійного мислення здобувачів вищої освіти:

- репродуктивні;
- проблемно-пошукові;
- дослідницькі.

За ступенем керування здобувачами вищої освіти:

- навчальна робота під керівництвом викладача;
- самостійна робота з літературними джерелами;
- письмова робота;

Методи стимулювання інтересу до навчання:

- навчальні дискусії;
- створення ситуацій пізнавальної новизни;
- створення ситуацій зацікавленості.

8. Засоби діагностики результатів навчання: оцінювання усних відповідей на практичних заняттях, виконання завдань поточного тестового контролю за результатами вивчення кожного з трьох змістових модулів, а також 3-ох модульних контрольних робіт та двох іспитів (після проходження змістового модуля-1 та всіх модулів).

9. Програма навчальної дисципліни:

денна форма здобуття вищої освіти

Назва змістового модуля і теми	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1 — «Загальні засади теорії фізичного виховання»							
Тема 1.1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна	6	2		2	-	2	-
Тема 1.2. Система фізичного виховання	16	4		4	-	8	-
Тема 1.3. Принципи фізичного виховання	18	4		6	-	8	-
Тема 1.4. Засоби фізичного виховання	12	2		4	-	6	-
Тема 1.5. Методи фізичного виховання	20	4		4	-	12	-

Тема 1.6. Навчання руховим діям	36	8		14	-	14	-
Тема 1.7. Розвиток рухових (фізичних) якостей	54	12		20	-	22	-
Тема 1.8. Форми організації занять та діяльності дітей у фізичному вихованні	16	4		4	-	8	-
МКР	2	-		2	-	-	-
Разом за змістовим модулем 1	180	40		60	-	80	-

Назва змістового модуля і теми	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 2 — «Методики фізичного виховання»							
Тема 2.1. Теорія фізичного виховання дітей від народження до шести років	9	2		2		5	
Тема 2.2. Вікові особливості фізичного розвитку дітей раннього та дошкільного віку	9	2		2		5	
Тема 2.3. Зміст та методика навчання рухів дітей дошкільного віку	9	2		2		5	
Тема 2.4. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня	9	2		2		5	
Тема 2.5. Методика проведення занять з фізичної культури	11	4		2		5	
Тема 2.6. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей шкільного віку	9	2		2		5	
Тема 2.7. Фізична культура у системі загальної середньої освіти.	11	2		4		5	
Тема 2.8. Характеристика змісту навчальних програм з фізичної культури для здобувачів закладів загальної середньої освіти.	9	2		2		5	
Тема 2.9. Концепція Нової української школи.	9	2		2		5	
Тема 2.10. Зміст та особливості викладання предмета "Фізична культура" у школі	9	2		2		5	
Тема 2.11. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня.	11	2		4		5	
Тема 2.12. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям	13	4		4		5	
Тема 2.13. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти	11	2		4		5	
Тема 2.14. Фізичне виховання у різних воєнізованих формуваннях України	9	2		2		5	
Тема 2.15. Фізичне виховання дорослого населення	12	2		4		6	
Разом за змістовим модулем 2	150	34		40	-	76	-

Назва змістового модуля і теми	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 3 — «Спортивна діяльність як складова фізичного виховання»							
Тема 3.1. Загальні основи теорії спортивної діяльності	14	2		2	-	10	-
Тема 3.2. Спортивна підготовка	14	2		2	-	10	-
Тема 3.3. Структура підготовленості спортсмена	20	6		4	-	10	-
Тема 3.4. Структура і методика побудови процесу підготовки спортсменів	18	4		4	-	10	-
Тема 3.5. Спортивні орієнтація та відбір	18	4		4	-	10	-
Тема 3.6. Основи контролю в системі підготовки спортсменів	18	4		4		10	
Тема 3.7. Особливості спортивної підготовки дітей	16	4		2		10	
МКР	2	-		2	-	-	-
Разом за змістовим модулем 3	120	26		24	-	70	-

Заочна форма здобуття вищої освіти

Назва змістового модуля і теми	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1 — «Загальні засади теорії фізичного виховання»							
Тема 1.1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна	12	-		-	-	12	-
Тема 1.2. Система фізичного виховання	18	-		-	-	18	-
Тема 1.3. Принципи фізичного виховання	20	2		2	-	16	-
Тема 1.4. Засоби фізичного виховання	20	2		2	-	16	-

Тема 1.5. Методи фізичного виховання	18	2		2	-	14	-
Тема 1.6. Навчання руховим діям	28	2		4	-	22	-
Тема 1.7. Розвиток рухових (фізичних) якостей	50	4		6	-	40	-
Тема 1.8. Форми організації занять та діяльності дітей у фізичному вихованні	12	2		2	-	8	-
МКР	2	-		-	-	2	-
Разом за змістовим модулем 1	180	14		18	-	148	-

Назва змістового модуля і теми	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 2 — «Методики фізичного виховання»							
Тема 2.1. Теорія фізичного виховання дітей від народження до шести років	9	2				7	
Тема 2.2. Вікові особливості фізичного розвитку дітей раннього та дошкільного віку	8					8	
Тема 2.3. Зміст та методика навчання рухів дітей дошкільного віку	8			2		6	
Тема 2.4. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня	8					8	
Тема 2.5. Методика проведення занять з фізичної культури	10					10	
Тема 2.6. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей шкільного віку	11			2		9	
Тема 2.7. Фізична культура у системі загальної середньої освіти.	19					19	
Тема 2.8. Характеристика змісту навчальних програм з фізичної культури для здобувачів закладів загальної середньої освіти.	9			2		7	
Тема 2.9. Концепція Нової української школи.	9					9	
Тема 2.10. Зміст та особливості викладання предмета "Фізична культура" у школі	8	2				6	
Тема 2.11. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня.	9			2		7	
Тема 2.12. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям	9					9	
Тема 2.13. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти	16					16	
Тема 2.14. Фізичне виховання у різних воєнізованих формуваннях України	6					6	

Тема 2.15. Фізичне виховання дорослого населення	11					11	
Разом за змістовим модулем 2	150	4		8	-	138	-

Назва змістового модуля і теми	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 3 — «Спортивна діяльність як складова фізичного виховання»							
Тема 3.1. Загальні основи теорії спортивної діяльності	9,5	0,5		1		8	
Тема 3.2. Спортивна підготовка	13,5	0,5		1		12	
Тема 3.3. Структура підготовленості спортсмена	15	-		1		14	
Тема 3.4. Структура і методика побудови процесу підготовки спортсменів	22	1		3		18	
Тема 3.5. Спортивні орієнтація та відбір	13	1		2		10	
Тема 3.6. Основи контролю в системі підготовки спортсменів та підготовка юного спортсмена	16	1		1		14	
Тема 3.7. Особливості спортивної підготовки дітей	29	-		3		26	
МКР	2					2	
Разом за змістовим модулем 3	120	4		12		104	

10. Форми та методи поточного і підсумкового контролю.

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях – 12. Поточне та контрольне оцінювання здобувачі вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр» спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)» у процесі вивчення освітнього компоненту «Теорії і методики фізичного виховання» здійснюється із використанням таких форм та методів, як усне опитування, тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовищі MOODLE, вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи; 3-ох модульних контрольних робіт, заліку та 2-ох іспитів.

11. Критерії оцінювання результатів навчання

змістовий модуль-1

Поточний контроль – 36 балів		МКР	Іспит	Сума
Теоретичні питання	Тестовий контроль			

24 бали	12 балів	24 бали	40 балів	100 балів
---------	----------	---------	----------	-----------

змістовий модуль-2

Поточний контроль – 76 балів			МКР	Сума
Теоретичні питання	Тестовий контроль	Самостійна підготовка		
48 балів	12 балів	16 балів	24 бали	100 балів

змістовий модуль-3

Поточний контроль – 36 балів		МКР	Іспит	Сума
Теоретичні питання	Тестовий контроль			
24 бали	12 балів	24 бали	40 балів	100 балів

Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами і критерії оцінювання

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання теоретичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
					Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
75-81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок		
67-74	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів		

Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять

З урахуванням того, що навчальні досягнення учнів закладів загальної середньої освіти оцінюються за 12-бальною шкалою та з метою полегшення процесу адаптації випускників цих закладів до умов навчання у закладі вищої освіти, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (<http://surl.li/hwbc>).

Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів.

Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок здобувача вищої освіти на навчальних заняттях зі змістового модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації ним поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, невідповідністю або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою:

$$R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times ВБ$$

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;

CO – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;

ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти.

Наприклад:

Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «Теорії і методики фізичного виховання» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 отримав 12 оцінок, а саме: 5, 6, 8, 12, 10, 11, 9, 9, 10, 11, 12, 8. Ваговий бал ЗМ 1 складає 40 балів.

Дії НПП, або здобувача:

- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 9,25 балів;

- отримані значення підставити у формулу:

$$R = ((0,05 \times 9,25) + 0,4) \times 40 = 35$$

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ОК «Теорії і методики фізичного виховання» отримав – 35 балів.

Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Об'єм пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання
1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12
2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій – змістовий модуль-1	4-12

3. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій – змістовий модуль-2	4-12
4. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій – змістовий модуль-3	4-12

Тестовий контроль (12 балів)

Змістовий модуль-1 – Загальна тривалість тестування – 40 хв; визначається з розрахунку 1-2 хв на одну відповідь.

Робота виконується на пропонованому бланку:

№ 1

Прізвище, ім'я, група
Пропонуємо відповісти на 24 тестових питання. Рейтинг знань визначається сумою правильних відповідей, а саме: – від 0 до 12 правильних відповідей – незадовільно; – від 13 до 16 – задовільно; – від 17 до 20 – добре; – від 21 до 24 – відмінно. <i>Будьте уважними під час надання відповідей на питання тестів.</i>

Наприкінці бланку з тестами зазначається така інформація:

Ви набрали _____ балів

Перевірив викладач _____ (_____)

_____ підпис _____ прізвище, ім'я

Дата _____

Результат одержаної кількості балів переводять у 12-бальну систему оцінювання, використовуючи такі самі рівні:

- рівень відмінно – відмінно (12-10 балів), залежно від набраних балів;

- рівень добре – добре (9-7 балів), залежно від набраних балів;

- рівень задовільно – задовільно (6-4 балів), залежно від набраних балів;

- рівень незадовільно – незадовільно (3-1 балів), залежно від набраних балів.

Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-ю системою оцінювання. Студенти для виконання завдань самостійної роботи, зазвичай, заводять окремий зошит в якому конспектують основні положення лекційного курсу та виконують індивідуальні та інші завдання.

Передбачає виконання наступного:

- самостійне опрацювання лекційного матеріалу та науково-методичної літератури за темою лекції;
- вивчення окремих питань, які не розглядаються в лекційному курсі;
- аналітичний огляд науково-методичної літератури, знаходження необхідної літератури з додаткових джерел інформації (Інтернет, соцмережі, освітні платформи), конспектування, виокремлення головного;
- аргументоване висловлювання власної думки на основі отриманої інформації;
- систематизація матеріалу, узагальнення, висновки;
- підготовка рефератів;
- підготовка слайдів та відеоматеріалів.

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях та під час відповідей МКР.

Під час самостійної роботи здобувачі вищої освіти аналізують та вивчають:

- теоретичний матеріал щодо обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти;
- критерії, за якими визначається індивідуалізація в процесі фізичного виховання;
- системи ФВ, що існували в різні історичні періоди;
- особливості викладання фізичної культури в закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році;
- схеми класифікації засобів фізичного виховання;
- критерії (показники) за якими визначається доступність навантаження і рухових завдань у фізичному вихованні;
- типову освітню програму з фізичної культури Савченко О.
- типову освітню програму Цимбалару А. «На крилах успіху» з фізичної культури;
- зміст програм занять спеціально медичних груп;
- функціональні проби для оцінки стану здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів освіти на заняттях з фізичної культури.
- зміст Рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року;
- зміст Рекомендацій Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя.

Здобувачі вищої освіти опрацьовують та надають у вигляді реферату такі документальні джерела:

- Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.
- Закони України «Про освіту». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.
- «Про повну загальну середню освіту». В рефераті необхідно вказати рік, кількість розділів і статей. Написати назву розділу й охарактеризувати всі статті, які входять до цього розділу.
- «Постанови у сфері фізичної культури і спорту». Постанови розглядати починаючи з 1925 року і по теперішній час. Зазначити рік виходу постанови, назву, мету, основні завдання, шляхи і способи розв'язання проблеми.

Для активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти в контексті інформальної освіти запропоновано проходження навчальних курсів з циклу Нова фізична культура на платформі Prometheus

Prometheus — український громадський проєкт масових відкритих онлайн-курсів, <https://prometheus.org.ua>

Courséra — технологічна компанія, що працює в галузі освіти <https://coursera.org>

Модульна контрольна робота (24 балів)

Кожний змістовий модуль завершується написанням модульної контрольної роботи.

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти з дисципліни «Теорії і методики фізичного виховання». Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі здобувачі вищої освіти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Здобувачі вищої освіти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60 % від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою.

З дисципліни «Теорії і методики фізичного виховання» здобувачі вищої освіти пишуть три модульні контрольні роботи, які виконується у письмовій формі, складається з 24-ти питань, які містять 4 варіанти відповіді. За повну й вірну відповідь на кожне теоретичне питання можна отримати 1 бал. Оцінка за МКР передбачає максимальних 24 бали.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакція) (<http://surl.li/idvnd>) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компонента (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компонента (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді.

Семестровий екзамен (40 балів)

Білет іспиту складається з теоретичних питань. Питання екзаменаційного білета оцінюються відповідно до таких критеріїв:

Оцінка	Вимоги
«Відмінно»	Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української мови.
«Добре»	Якщо відповідь здобувача вищої освіти відповідає тим самим

	вимогам, що і для оцінки «відмінно», але при цьому він допускає 1-2 помилки, які й сам виправляє або 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформленні висловлювання. Здобувач вищої освіти вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.
«Задовільно»	Якщо здобувач вищої освіти виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проєкт побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.
«Незадовільно»	Якщо здобувач вищої освіти виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Студент неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти:

Таблиця – Відповідність шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

Рейтингова оцінка з кредитного модуля (навчальної дисципліни)	Підсумкова оцінка за шкалою ЄКТС	Рекомендовані системою ЄКТС статистичні значення (у %)	Підсумкова оцінка за національною шкалою	
			екзаменаційна	залікова
90-100 і більше	A (відмінно)/Excellent	10	відмінно	Зараховано/ Passed
82-89	B (добре)	25	добре	
75-81	C (добре)/Good	30	задовільно	
67-74	D (задовільно)/Satisfactory	25		
60-66	E (достатньо)/Enough	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)/Fail		незадовільно	не зараховано /Fail
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/Fail			

12. Умови визначення успішного засвоєння навчальної дисципліни «Теорії і методики фізичного виховання»:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;
- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за

освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компонента;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компонента у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності; здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість з освітнього компонента за результатами поточного контролю, не допускається до екзамену. Рішення про недопущення за поданням викладача приймає декан факультету, його оприлюднюють до початку екзамену. У відомості обліку успішності роблять запис «не допущено»;

- здобувач вищої освіти допускається до складання екзамену після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю;

- здобувач вищої освіти підготувався до екзамену з освітнього компонента, якщо його рейтингова оцінка за результатами екзамену є більшою або рівною 24 балам (60 % від максимально можливої для даної форми контролю кількості балів). Рейтингову оцінку такого здобувача вищої освіти з освітнього компонента визначають як суму рейтингової оцінки за результатами поточної успішності та рейтингової оцінки за результатами екзамену;

- якщо допущений до екзамену здобувач вищої освіти не підготувався (його рейтингова оцінка за результатами екзамену є меншою 24 балів), то бали за екзамен до рейтингової оцінки поточної успішності не додаються, виставляють підсумкову оцінку з освітнього компонента FX за шкалою ЄКТС та «незадовільно» за національною шкалою;

- здобувачам вищої освіти, які за результатами підсумкового контролю у формі екзамену отримали незадовільну оцінку, дозволяють ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють;

- якщо здобувач вищої освіти, допущений до семестрового контролю не з'явився на семестровий екзамен, у відомості обліку успішності викладач записує «не з'явився». Про незалежні від здобувача вищої освіти причини (у тому числі непрацездатність у зв'язку із хворобою), які підтверджують неможливість його присутності на екзамені, він має негайно повідомити декана факультету.

Академічна доброчесність. Очікується, що роботи здобувачів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної не доброчесності. Виявлення ознак академічної не доброчесності в письмовій роботі (звітах, планах-конспектах) студента є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» (<http://surl.li/bkxyp>).

«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» (<http://surl.li/cxmzn>).

Відвідування занять. Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» (<https://tinyurl.com/4tfmzkfb>).

Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, складати (перескладати) екзамени, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни (<https://tinyurl.com/2jxk72w2>).

Література. Уся література, яку здобувачі вищої освіти не можуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Здобувачі заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.

13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.

Мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор IEWSONIC PJD5253 DLP (2017 р., 1 шт.), екран для проєктора (1 шт.); ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet.

14. Рекомендована література

Основна

1. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посібник. 2-е вид., доп. Кам'янець-Подільський : Абетка-Нова, 2001. 383 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти. Нова редакція та поради для організації освітнього процесу. URL:<https://ezavdnz.mcfrr.ua/book?bid=37876>

3. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1392-2011-%D0%BF>.
4. Державний стандарт початкової освіти. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-п#n12>
5. Єдинак Г. А., Плахтій П. Д., Яценюк Ю. В. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський, 2000. 305 с.
6. Єдинак Г., Галаманжук Л., Мисів В., Зубаль М., Ключ О. Соматотипи та фізичний стан дітей і молоді : монографія. Кам'янець-Подільський : ТОВ “Друкарня Рута”, 2021. 408 с.
7. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення : підручник Київ : Олімпійська література, 2017. Т. 2. 384 с.
8. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О.С., та інші). 206 с. <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2021/14.07/Model.navch.prohr.5-9.klas.NUSH-poetap.z.2022/Fiz.kult.5-6.kl.Pedan.ta.in.12.08.pdf>
9. Науково-методичний супровід діяльності вчителів фізичної культури та захисту вітчизни. URL: http://cmsps.fizkultura.kr.sch.in.ua/navchaljno-metodichne_zabezpechennya/navchaljni_programi/
10. Нова фізична культура для НУШ: як змінюються уроки. URL <https://osvita.ua/school/83843/>
11. Нова Українська школа. URL: <https://nus.org.ua>
12. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Солопчук Д. М., Боднар А. О. Методика фізичного виховання школярів : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. 292 с.
13. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Солопчук Д. М., Заїкін А. В. Методики фізичного виховання різних груп населення : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2012. 480 с.
14. Типова освітня програма закладів загальної середньої освіти III ступеня, затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 20.04.2018 № 406. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-tipovoyi-osvitnoyi-programi-zakladiv-zagalnoyi-serednoyi-osviti-iii-stupenya>

15. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти ФК 1-2 кл. О. Савченко. URL: <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbXhmaXppY25ha3VsdHVyYTIwMTR8Z3g6NDNhZjM0ZGIzYWE0NWFjOA>
16. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти ФК 3-4 Р. Шиян. URL: <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbXhmaXppY25ha3VsdHVyYTIwMTR8Z3g6NzlhOWM2MzE3Yzc0MDE0OA>
17. Чистякова М., Потапчук С., Скавронський О. Практикум з методики фізичного виховання: навчально-методичний посібник [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2022. 125 с. URL: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/6526>
18. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посібник. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2004. Частина 1. 272 с.
19. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2004. Частина 2. 248 с.

Допоміжна

1. Бісмак О.В. Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах: навч. посіб. Харків : Вид-во Бровін О.В. 2010. 202 с.
2. Васьков Ю. В., Пашков І. М. Робочий зошит вчителя. 1-4 класи. Харків : Торсінг, 2004. С. 19-22.
3. Васьков Ю.В. Інструктивно-методичні рекомендації щодо підвищення якості уроку фізичної культури. Теорія та методика фізичного виховання. 2004. № 2. С. 20.
4. Вільчковський Е. В., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посібник. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
5. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С. URI: <https://tinyurl.com/vebm4byw>
6. Волкова С.С. Використання дихальної гімнастики О.Стрельникової у фізичній реабілітації хворих на стенокардію напруження. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013. № 3. С 105-108
7. Гусев В. Формування правильної постави на уроках фізичної культури в початкових класах. Фізичне виховання в школі. 2008. № 1. С. 34.
8. Даниленко С. О. Використання елементів інноваційних технологій на уроках фізичної культури. Фізичне виховання в школах України. 2009. № 1. С. 3.
9. Дубенчук А. Основи методики самостійних занять фізичними вправами. Здоров'я та фізична культура. 2006. № 35. С. 8.
10. Єдинак Г. А., Плахтій П. Д., Яценюк Ю. В. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський, 2000. 305 с.
11. Єдинак Г.А., Зубаль М.В., Мисів В.М. Соматотипи і розвиток фізичних якостей дітей : монографія. Кам'янець-Подільський : Оіум, 2011. 280 с.
12. Крайнюков О. Використання нестандартного обладнання за методом колового тренування. Здоров'я та фізична культура. 2008. № 8. С. 15.
13. Мазур В. А., Єдинак Г. А. Залучення учнів спеціальної медичної групи до фізичної активності під час навчання в основній школі : метод. посіб. Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. 148 с.
14. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (денна форма навчання) з навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» спеціальність 012 «Дошкільна освіта».
15. Мельниченко О. Формування постави, ходи. Здоров'я і фізична культура. 2008. № 9. С. 28.

16. Мокринська Л. План-конспект інноваційного уроку фізичної культури. Фізичне виховання в школі. 2008. № 2. С. 5.
17. Муштовата В. Сюжетно-рольовий урок для учнів спеціальної медичної групи початкової школи. Здоров'я і фізична культура. 2007. № 15. С. 22.
18. Нагорна О. Розробки уроків та позакласних заходів (Конспект індивідуального реабілітаційного заняття при спастичній дисплегії). Здоров'я і фізична культура. 2008. № 9. С. 9.
19. Освітня програма «Впевнений старт» для дітей старшого дошкільного віку / [Н. В. Гавриш, Т. В. Панасюк, Т. О. Піроженко, О. С. Рогозянський, О. Ю. Хартман, А. С. Шевчук]; За заг. наук. ред. Т. О. Піроженко. К. : Українська академія дитинства, 2017. 80 с.
20. Презентація «Базового компонента дошкільної освіти» (нова редакція) <https://mon.gov.ua/storage/app/media/doshkilna/2020/21.12/bazovyy%20komponent%20doshkillya.pdf>
21. Про затвердження гранично допустимого навчального навантаження на дитину в дошкільних навчальних закладах різних типів та форм власності <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0520-15#Text>
22. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Чаплінський Р. Б. Фізичне виховання студентської молоді : методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 2003. 74 с.
23. Солопчук М. С., Шишкін О. П. Нетрадиційні види занять фізичними вправами у фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми середнього та похилого віку. Кам'янець-Подільський, 1999.
24. Технології організації рухової діяльності: навчально-методичний посібник / [колектив авторів] [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. Об'єм даних 9,7 Мб. Обл.-вид. арк. 9,4.
25. Яремко М. О., Кость М. М., Костовський М. Г. Засоби та методи розвитку фізичних якостей студентів вищих навчальних закладів : методичні рекомендації. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2008. 20 с.

15. Рекомендовані джерела інформації

1. Корисні ресурси інтернету.

https://mms.gov.ua/	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/	Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
https://tinyurl.com/ye4434jw	Офіційний сайт журналу «Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»
http://sportmon.org/	Офіційний сайт Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
https://tinyurl.com/yc8bc59x	Всеосвіта – база рефератів
https://prometheus.org.ua/	Офіційний сайт українського громадського проекту масових відкритих онлайн-курсів
https://www.ed-era.com/courses/	Офіційний сайт студії онлайн освіти в Україні

http://www.nbu.gov.ua	Бібліотека ім. В.І. Вернадського
https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf	Нова Українська школа. Концептуальні засади
https://www.youtube.com/watch?v=NPfYAt-74tw&t=2s	Естафети Cool Games - як правильно грати
http://cmsps.fizkultura.kr.sch.in.ua/navchaljno-metodichne_zabezpechennya/navchaljni_programi/	Науково-методичний супровід діяльності вчителів фізичної культури та захисту вітчизни
https://www.cyclus2.com/pwc-test.htm	Physical Working Capacity
www.busa.org.uk/	Student sport