

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 ЮЧИШИН

підпис

23 серпня 2025 р

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ ВИДИ ТЕХНОЛОГІЇ
ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

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

2025-2026 навчальний рік

Розробник комплексу: Юрій ЮЧИШИН, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання

Ухвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання

Протокол №14 від 26 серпня 2025 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми



Аліна БОДНАР

підпис

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Мета вивчення вибіркового освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» полягає у формуванні інтегральної, загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх вчителів фізичної культури, які спрямовані на підготовку конкурентоздатного фахівця, оволодіння змістом методами, формами, принципами, сутністю теорією і технологіями оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика освітнього компоненту	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Включення	4-й рік	3-4-й рік
Семестр вивчення	7 семестр	6-7 семестри
Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити	4 кредити
Загальний обсяг годин	120 годин	120 годин
Кількість годин навчальних занять	40 годин	16 годин
Лекційні заняття	16 годин	6 годин
Практичні заняття	24 години	10 годин
Семинарські заняття	-	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	80 годин	104 години
Форма підсумкового контролю	екзамен	екзамен

3. Статус дисципліни: вибіркового освітнього компоненту дисципліни вільного вибору студента.

4. Передумовами для вивчення освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» є наступні освітні компоненти: «Вступ до спеціальності», «Історія фізичної культури», «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Теорія і методика викладання спортивних ігор», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Теорія і методика фізичного виховання».

5. Програмні компетентності навчання

За результатами вивчення освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» 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 середньої освіти

Загальні компетентності:

- ЗК 03 Здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання;
- ЗК 11 Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

- СК 03 Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури;

- СК 05 Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.

6. Очікувані результати навчання з дисципліни

За результатами вивчення освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:

- ПРН 05 Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності;

- ПРН 09 Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності;

- ПРН 15 Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини;

- ПРН 23 Здатний здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування за топографічними картами та іншими засобами навігації.

За результатами вивчення освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» здобувачі вищої освіти повинні знати:

- основні поняття і терміни оздоровчо-рекреаційної спрямованості;
- сучасний стан та проблеми оздоровчо-рекреаційної роботи з різними верствами населення;
- підсистему державних та недержавних організацій, в компетенції яких знаходиться оздоровчо-рекреаційна діяльність різних верств населення;
- завдання та форми оздоровчо-рекреаційної роботи у різних сферах суспільства;
- етапи формування звички до занять фізичними вправами;
- особливості використання різних засобів оздоровлення;
- специфіку проведення масових оздоровчо-рекреаційних заходів;
- особливості оздоровчо-рекреаційної роботи в навчально-виховній та соціально-побутовій сфері з особами різного віку та статі;
- методику проведення контролю за оздоровчим впливом фізичних вправ на організм різних верств населення.

вміти

- проводити форми оздоровчо-рекреаційної роботи в режимі дня;
- визначати рівень фізичного розвитку різних верств населення;
- проводити контроль за оздоровчим ефектом занять;
- програмувати оздоровчо-рекреаційні заняття з використанням різних видів фізичної активності;
- проводити заняття оздоровчої спрямованості з особами різного віку і статі;
- проводити оздоровчо-рекреаційні заходи змагальної спрямованості для різних верств населення.

7. Методи навчання:

Інтерактивні методи:

- аналіз помилок;
- дискусія із запрошенням фахівців;

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, виконання практичних завдань;

Методи стимулювання інтересу до навчання:

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

8. Засоби діагностики результатів навчання: практичні завдання, виконання тестових завдань, модульна контрольна робота, екзамен

9. Програма навчальної дисципліни:

Денна форма здобуття вищої освіти

Назва змістових модулів і тем	Кількість годин						
	всього	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1. Загальні положення та особливості теорії і технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності							
Тема 1. Теорія видів технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності як наукова та навчальна дисципліна	10	2	2	-	-	6	-
Тема 2. Система управління оздоровчо-рекреаційною діяльністю в Україні. Організація оздоровчої фізкультурної	14	2	2	-	-	10	-

діяльності в різних сферах суспільства							
Тема 3 Пропаганда та реклама оздоровчої фізичної культури організація масових оздоровчо-рекреаційних заходів. Міжнародний рух "Європа для всіх" та досвід організації оздоровчої діяльності в зарубіжних країнах.	14	2	2	-	-	10	-
Тема 4 Фізичний стан як основа програмування оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Програмування та методика оздоровчого тренування з використанням циклічних вправ.	14	2	2	-	-	10	-
Тема 5 Використання стриптиків ігор в оздоровчому тренуванні. Оздоровчі види мистецтва	14	2	4	-	-	8	-
Тема 6 Особливості проведення оздоровчих занять з особами різного віку і статі. Методи контролю за оздоровчим ефектом занять.	14	2	4	-	-	8	-
Тема 7 Організація та методика масової фізичної культури та спорту в оздоровчо-профілактичних закладах	10	2	2	-	-	6	-
Тема 8 Організація масових фізкультурно-спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання	12	2	2	-	-	8	-
Тема 9 Загальна характеристика технологізації процесів у системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності.	8	-	2	-	-	6	-
Тема 10 Технологічні основи залучення населення до масових оздоровчо-рекреаційних заходів	10	-	2	-	-	8	-
Разом за змістовим модулем 1	120	16	24	-	-	80	-
Разом годин	120	16	24	-	-	80	-

Заочна форма здобуття вищої освіти

Назва змістових модулів і тем	Кількість годин						
	Разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота

Змістовий модуль 1. Загальні положення та особливості теорії і технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності							
Тема 1 Теорія виді технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності як наукова та навчальна дисципліна	10	1	1	-	-	8	-
Тема 2 Система управління оздоровчо-рекреаційною діяльністю в Україні. Організація оздоровчої фізкультурної діяльності в різних сферах суспільства	14	1	1	-	-	10	-
Тема 3 Пропаганда та реклама оздоровчої фізичної культури організації масових оздоровчо-рекреаційних заходів. Міжнародний рух "Євродітвіж" та досвід організації оздоровчої діяльності в зарубіжних країнах.	14	1	1	-	-	10	-
Тема 4 Фізична основа програмування оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Програмування та методика оздоровчого тренування з використанням циклічних вправ.	14	1	1	-	-	10	-
Тема 5 Використання стриптиків в оздоровчому тренуванні. Оздоровчі види мистецтва	14	1	1	-	-	9	-
Тема 6 Особливості проведення оздоровчих занять з особами різного віку і статі. Метод контролю за оздоровчим ефектом занять.	14	1	1	-	-	9	-
Тема 7 Організація та методика масової фізичної культури та спорту в оздоровчо-профілактичних закладах.	10	-	1	-	-	12	-
Тема 8 Організація масових фізкультурно-спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання	12	-	1	-	-	12	-
Тема 9 Загальна характеристика технологізації процесів у системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності.	8	-	1	-	-	12	-
Тема 10 Технологічні основи залучення населення до масових оздоровчо-рекреаційних заходів	10	-	1	-	-	12	-
Разом за змістом модулем 1	120	6	10	-	-	104	-
Разом годин	120	6	10	-	-	104	-

10. Форми та методи поточного і підсумкового контролю

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) СВО «бакалавр» у процесі вивчення освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання практичних завдань, модульна контрольна робота, екзамен.

11. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний і модульний контроль (60 балів)		Екзамен	Сума
Змістовий модуль 1 (60 балів)		40	100
Поточний контроль	МКР		
40 балів	20 балів		

**Таблиця відповідності результатів в 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 навчальною 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, випрму 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		

Оцінювання навчальної діяльності здобувачів в вищій освіті

Об'єм пройденого матеріалу	Бали по нарах за 12-бальною системою оцінювання
1 Контекст 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 – лекційне заняття №1 «Теорія видів технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності як наукова та навчальна дисципліна»	4 12
3 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №2 «Система управління оздоровчо-рекреаційною діяльністю в Україні. Організація оздоровчої фізкультурної діяльності в різних сферах суспільства»	4 12
4 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №3 «Пропаганда та реклама оздоровчої фізичної культури організація масових оздоровчо-рекреаційних заходів Міжнародний рух "Спорт для всіх" та дослідження організації оздоровчої діяльності в зарубіжних країнах»	4 12
5 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №4 «Фізичний стан як основа програмування оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Програмування та методика оздоровчого тренування з використанням циклічних вправ»	4 12
6 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №5 «Використання стрипівних ігор в оздоровчому тренуванні. Оздоровчі види гімнастики».	4 12
7 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме у модульному об'єктно-орієнтованому динамічному середовищі Moodle – лекційне заняття №6 «Обов'язки проведення оздоровчих занять з особами різного віку і статі. Методи контролю за оздоровчим ефектом занять»	4 12
8 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №7 «Організація та методика масової фізичної культури та спорту в оздоровчо-профілактичних закладах».	4 12
9 Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №8 «Організація масових фізкультурно-спортивних заходів з	4 12

використанням національних традицій фізичного виховання».	
10. Унеопитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме мультимедійно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №9 «Загальна характеристика технологізації процесів у системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності».	4-12
11. Унеопитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме мультимедійно-орієнтованого динамічного середовища Moodle – лекційне заняття №10 «Технологічні основи залучення населення до масових оздоровчо-рекреаційних заходів».	4-12

Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-бальною системою оцінювання.

Теоретичний блок

- Дати визначення понять:
 - оздоровчо-рекреаційна рухова активність,
 - технології оздоровлення,
 - рекреаційні програми.
- Опрацювати літературу (не менше 3 джерел 2024–2025 рр.) та скласти короткий конспект про сучасні напрями розвитку оздоровчо-рекреаційних технологій.
- Скласти порівняльну таблицю традиційних та інноваційних технологій оздоровчої рухової активності (наприклад: фітнес-програми, йога, пілатес, функціональний тренінг, аеробіка, нордична ходьба, кросфіт, wellness-технології тощо).

Практичний блок

- Розробити індивідуальну програму оздоровчо-рекреаційної активності (на 1 тиждень) для:
 - студента віком 18–20 років,
 - особи середнього віку (30–40 років),
 - людини похилого віку (60+).
 Врахувати стан здоров'я, рівень фізичної підготовленості, цілі (оздоровлення, зниження ваги, активне дозвілля).
- Скласти щоденник рухової активності (на 3–5 днів) з відображенням часу занять, виду активності, інтенсивності та самопочуття.
- Виконати аналіз користі обраної технології (наприклад, пілатес чи нордична ходьба) та підготувати коротку презентацію (5–7 слайдів).

Модульна контрольна робота (20 балів)

Змістовий модуль 1 завершується написанням модульної контрольної роботи

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти з дисципліни «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності»

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 «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» здобувачі вищої освіти пишуть одну модульну контрольну роботу, яка виконується у письмовій формі, складається із 12-ти варіантів, у кожному з яких по чотири питання. За повну й вірну відповідь на кожне питання можна отримати 10 балів.

Визнання результатів в неформальній та (або) інформальній освіті

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) (<https://drive.google.com/file/d/19GCSMBY-K496gs8RQJp0mO9FjUJumB4T/view?pli=1>) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю):

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

Критерії оцінювання результатів навчання, здобутих у неформальній / інформальній освіті.

1. Наявність документа про завершення: сертифікат, диплом, грамота або інший документ, що підтверджує успішне проходження.

2. Відповідність змісту отриманих знань та здобутих результатів навчання тематиці курсу: у випадку якщо це курси, вебінари, семінари, круглі столи тощо, їх тематика має відповідати одній або кільком темам, які визначені даною робочою програмою.

3. Система оцінювання. Здобувач отримує:

- **відмінно (12-10 балів)**, якщо курс має значний обсяг, містить практичну складову, зміст курсу повністю відповідає програмним результатам навчання; якщо посів I місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів I місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт. Здобувач, який отримує оцінку «відмінно», демонструє

глибокі, системні знання та високий рівень практичних навичок, здобутих у неформальній освіті. Він не просто засвоїв матеріал, а й здатен застосовувати його в реальних умовах, аналізувати та створювати власні рішення;

- **добре (9-7 балів)**: якщо зміст збігається з основними положеннями певної теми; якщо посів II або III місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів II або III місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт. Здобувач на цьому рівні володіє основними знаннями та вміннями, які відповідають ключовим положенням певної теми. Уміє застосовувати отримані знання в типових, стандартних ситуаціях. Здатний виконати практичні завдання, що були частиною курсу. Може виконувати аналітичну роботу, але потребує додаткових роз'яснень для вирішення нестандартних проблем

- **задовільно (6-4 балів)**: короткостроковий семінар або тренінг, що дає базове розуміння теми. Здобувач володіє базовим розумінням теми, але його знання є фрагментарними, а навички – обмеженими. Його знання є поверхневими, і він може мати значні труднощі з поясненням взаємозв'язків між різними аспектами теми.

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

Таблиця відповідності 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 освітнього компоненту «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності»:

- 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 роботи з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість з освітнього компоненту 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 компоненту 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.

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

Мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор EWSOHC PJ D5253 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, мультимедійний методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор, аудиторія (222 а), телевізор (плазма) TV AUDIO SAMSUNG 104-IX (2008 р, 1 шт.), аудиторія (223 а).

14. Рекомендована література

Основна

Хмельницького, 2018. 260 с.

2. Соматотипи та фізичний стан дітей і молоді: монографія / Єдинак Г. А, Галаманжук Л. Л, Мисів В. М, Зубаль М. В, Кілюх О. А. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2021. 408 с. (<https://bit.ly/3q0vl8d>)

3. 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. оп. диск (CD-ROM; 12 см. Об'єм даних 9,7 Мб. Обл.-вид. арк. 9,4. (<http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmli/handle/123456789/5719>)

4. Заїкін А. В, Солопчук М. С, Судак Н. І. Теорія і методика фізичної рекреації: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. 364 с.

5. Наукові засади фізичного виховання оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення — І. В. Бакіко. Луцьк, ЛНТУ, 2025. Методичні вказівки

Допоміжна

1. Висник 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 Пянькова А. С. (<https://tinyurl.com/vebm4byw>).

2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення: підручник. Київ: Олімпійська література, 2017. Т. 2. 384 с.

3. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти: збірник наукових праць [редкол.: І. І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка.

4. Ючишин Ю, Мисів В, Прєбняк Т, Пятачук С. Ефективність технологічного підходу залучення молоді до оздоровчої рухової активності. Висник 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. 2020. Вип. 16. С. 107-110. (<http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/202887>).

5. Ючишин Ю, Місін В, Прєбняк Т, Потапчук С. Сучасні способи залучення молоді до оздоровчої рухової активності. Вєник 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. 2019. Вип. 15. С. 105-109. (<http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/197292>).

6. Ючишин Ю, Галаманжук Л, Єдинак Г. Ефективність використання сучасних інформаційних засобів у залученні молоді до оздоровчої рухової активності. Вєник Прикарпатського університету. Фізична культура. 2017. Випуск 27-28. С. 350-356.

7. 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. (<http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xnui/handle/123456789/6526>)

8. Ючишин Ю В, Місін В М, Скиба С А. Мотиваційна складова залучення студентів до оздоровчої рухової активності. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів у 3-х томах. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка. 2020. Вип. 19. Т. 2. С. 126-128.

9. Ючишин Ю В, Місін В М, Шяхи. Вдосконалення фізичного виховання молоді для посилення мотивації до оздоровчої рухової активності. Оздоровчо-рекреаційна рухова активність у сучасному суспільстві: матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Чернівці, 10.11.2020 року) / за редакцією Я. Б. Зорія. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2020. С. 211-213.

10. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності: навч.-метод. посіб. / Я. І. Олексієнко, П. М. Гулько. – Черкаси: ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. – 260 с.

11. «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» для студентів спеціальності «Фізична реабілітація» усіх форм навчання / Укл.: О. М. Бурка. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2017. – 30 с.

12. Конспект лекцій з дисципліни «Теорія і технологія оздоровчорекреаційної рухової активності різних груп населення» для студентів спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання / уклад. А. О. Тіняков. – Харків: НГУ «ХП», 2025. – 99 с.

15. Рекомендовані джерела інформації

1. Корисні ресурси інтернету.

https://pma.gov.ua/	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
http://tnfvs-journal.uni-sport.edu.ua/	Офіційний сайт журналу «Теорія, види технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності та спорту»

https://tinyurl.com/y4434w	Офіційний сайт журналу «Всник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка Фінансування спорту здоров'я людини»
http://spot.non.org	Офіційний сайт Каміпету з фінансування та спорту Міністерства освіти та науки України
https://tinyurl.com/y8c59x	Весніта—базар рефератів
https://pront.hub.org.ua/	Офіційний сайт українського громадського проекту масових відкритих онлайн-курсів