

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*

26 серпня 2025 р.

## **РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **ГЕНЕТИЧНІ МАРКЕРИ У ПРОЄКТУВАННІ ПЕРСОНАЛЬНИХ ПРОГРАМ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ**

підготовки здобувачів вищої освіти третього (освітньо-наукового)  
рівня вищої освіти

за освітньо-науковою програмою Середня освіта (Фізична культура)

спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)

галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

мова навчання українська

2025-2026 навчальний рік

Розробники програми: Геннадій ЄДИНАК, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання;  
Леся ГАЛАМАНЖУК, доктор педагогічних наук, професор

Ухвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання

Протокол №14 від 26 серпня 2025 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант  
освітньо-наукової програми



Геннадій ЄДИНАК

*ні дпис*

## Зміст робочої програми навчальної дисципліни

**1. Мета вивчення вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки «Генетичні маркери у проектуванні персональних програм рухової активності учнів»** полягає у тому, щоби поглибити знання й уміння здобувачів, необхідних для розроблення персональних програм для учнів, основу яких становить рухова активність з використанням фізичних вправ. Одне з головних завдань дисципліни навчити висококваліфікованого фахівця з фізичної культури інтегрувати знання, одержані в суміжних курсах і окремих методиках, знаходити шляхи реалізації міжпредметних зв'язків цих знань у науковій та педагогічній діяльності.

### 2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	3-й рік	3-й рік
Семестр вивчення	5 семестр	5 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити	4 кредити
Загальний обсяг годин	120 годин	120 годин
Кількість годин навчальних занять	40 годин	16 годин
Лекційні заняття	10 годин	6 годин
Практичні заняття	30 годин	10 годин
Семінарські заняття	-	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	80 годин	104 годин
Форма підсумкового контролю	залік	залік

**3. Статус дисципліни:** вибіркового освітнього компоненту.

**4. Програмні компетентності навчання:** результати вивчення здобувачами вищої освіти третього рівня вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки «Генетичні маркери у проектуванні персональних програм рухової активності учнів» повинні сприяти формуванню інтегральної компетентності та визначеному комплексу загальних і спеціальних компетентностей

Відповідно до освітньо-наукової програми у здобувачів вищої освіти СВО «доктор філософії» формується *інтегральна компетентність* – здатність продукувати нові ідеї, розв'язувати комплексні проблеми професійного та/або дослідницького характеру з фізичної культури у системі загальної середньої освіти, застосовувати методологію наукової діяльності, проводити власне наукове дослідження, що відзначається новизною теоретичним і практичним значеннями.

Крім цього, формуються такі *загальні компетентності*:

- ЗК 02 Здатність абстрактно мислити, здійснювати свій пошук, критичний аналіз і синтез наукової інформації з різних джерел;
- ЗК 04 Здатність започаткувати, планувати, реалізовувати, коригувати

послідовний процес ґрунтового наукового дослідження з дотриманням належної академічної доброчесності та складати пропозиції щодо їх фінансування, реєструвати права інтелектуальної власності.

### 5. Очікувані результати навчання з дисципліни

За результатами вивчення освітнього компонента «Генетичні маркери у проєктуванні персональних програм рухової активності учнів» у здобувачів СВО «доктор філософії» формулюються такі результати навчання:

- сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) спеціальні інтегральну, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності, які визначені освітньо-науковою програмою «Середня освіта (Фізична культура)»;

- опанувати навчальний матеріалом освітнього компонента на відповідному рівні.

За результатами вивчення вибіркового освітнього компонента «Генетичні маркери у проєктуванні персональних програм рухової активності учнів» здобувачі третього рівня («доктор філософії») **повинні знати:**

- сучасні теорії і концепції у сфері фізичної культури в системі середньої освіти;
- сучасний інструментарій, технології пошуку при опрацюванні та систематизації інформації, критичному аналізі й оцінюванні результатів власних досліджень й інших дослідників у визначеному контексті.

Здобувачі вищої освіти після закінчення курсу **повинні уміти:**

- розробляти і реалізовувати наукові (інноваційні) проєкти, спрямовані на розв'язання актуальних науково-прикладних проблем фізичної культури у системі середньої освіти з дотриманням норм академічної етики;

- кваліфіковано відображати результати досліджень у наукових публікаціях у провідних міжнародних наукових виданнях;

- застосовувати сучасні інструменти, технології знаходження й опрацювання інформації спеціалізованих баз даних, інформаційних систем, інших електронних ресурсів, спеціалізоване програмне забезпечення для статистичних методів аналізу даних великого обсягу та складної структури;

- передавати знання майбутнім фахівцям із фізичної культури під час освітнього процесу у закладі вищої освіти з дотриманням студентоцентрованого підходу та виконанням правил про академічну доброчесність;

- моделювати зміст, реалізовувати моделі й оцінювати результати дослідження.

### 6. Методи навчання

У процесі викладання освітнього компонента використовуються наступні методи навчання: мовної дії (розповідь, пояснення, бесіда); наочної дії (ілюстрація, демонстрація, самостійне спостереження); дослідження, вправлення, практична діяльність; індуктивний, дедуктивний, аналітичний, синтетичний, репродуктивний, навчальної дискусії, створення ситуацій пізнавальної новизни, створення ситуацій зацікавленості.

## 7. Засоби діагностики результатів навчання

Основним засобом оцінювання здобувачів вищої освіти третього рівня є залк, він передбачає врахування результатів усного опитування, тестування, у тому числі з використанням технологій дистанційного навчання (модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище – MOODLE), а також аналізу виконаної роботи, вирішення проблемних ситуацій виконання МКР.

## 8. 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
<b>Змістовий модуль 1 – «Генетичні маркери у проектуванні персональних програм рухової активності учнів теорія та практика»</b>							
Тема 1. Загальна характеристика та базові поняття персоналізації рухової активності учнів»	4	1	1	-	-	2	-
Тема 2. Теоретичні основи проектування персональних програм	4	1	1	-	-	2	-
Тема 3. Сучасні підходи до персоналізації у руховій активності учнів рухової активності учнів	9	1	2	-	-	6	-
Тема 4. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів диференціація та індивідуалізація	13	1	2	-	-	10	-
Тема 5. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів характеристика генетичного маркера - соматотип	27	1	4	-	-	22	-
Тема 6. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів характеристика генетичного маркера – рухова асиметрія рук	19	1	4	-	-	14	-
Тема 7. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів характеристика генетичного маркера – властивості нервової системи	9	1	2	-	-	6	-
Тема 8. Методичні аспекти врахування соматотипу при формуванні змісту рухової активності учнів	17	1	6	-	-	10	-
Тема 9. Методичні аспекти врахування рухової асиметрії рук при формуванні змісту рухової активності учнів	7	1	2	-	-	4	-
Тема 10. Основи контролю в управлінні персональною руховою активністю учня з урахуванням різних генетичних маркерів	11	1	6	-	-	4	-
Разом за змістовим модулем 1	120	10	30	-	-	80	-
<b>Разом годин</b>	<b>120</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	-	-	<b>80</b>	-

### 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
<b>Змістовий модуль 1 – «Генетичні маркери у проектуванні персональних програм рухової активності учнів: теорія та практика»</b>							
Тема 1. Загальна характеристика та базові поняття персоналізації рухової активності учнів»	5,5	0,5	1	-	-	4	-
Тема 2. Теоретичні основи проектування персональних програм	9	-	1	-	-	8	-
Тема 3. Сучасні підходи до персоналізації у руховій активності учнів рухової активності учнів	10	-	-	-	-	10	-
Тема 4. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів диференціація та індивідуалізація	12	1	1	-	-	10	-
Тема 5. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів характеристика генетичного маркера - соматотип	34,5	0,5	2	-	-	32	-
Тема 6. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів характеристика генетичного маркера – рухова асиметрія рук	13,5	0,5	1	-	-	12	-
Тема 7. Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів характеристика генетичного маркера – властивості нервової системи	8,5	0,5	-	-	-	8	-
Тема 8. Методичні аспекти врахування соматотипу при формуванні змісту рухової активності учнів	13	1	2	-	-	10	-
Тема 9. Методичні аспекти врахування рухової асиметрії рук при формуванні змісту рухової активності учнів	8	1	1	-	-	6	-
Тема 10. Основи контролю в управлінні персональною руховою активністю учня з урахуванням різних генетичних маркерів	6	1	1	-	-	4	-
Разом за змістовим модулем 1	120	6	10	-	-	104	-
<b>Разом годин</b>	<b>120</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	-	-	<b>104</b>	-

### 9. Форми та методи поточного семестрового та підсумкового контролю

Оцінювання здобувачів вищої освіти третього рівня за спеціальністю 014 Середня освіта (Фізична культура) відбувається під час заліку. Він передбачає врахування результатів усного опитування, тестування, у тому числі з використанням технологій дистанційного навчання (модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище – MOODLE), а також аналізу виконаної роботи, вирішення проблемних ситуацій, виконання МКР.

Максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти під час практичних занять – 12 балів.

#### 10. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний і модульний контроль (100 балів)		Сума
Поточний контроль	Модульна контрольна робота	100 балів
80 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
90-100	A	відмінно	Здобувач 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)
82-89	B	дуже добре	Здобувач вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і завдання у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)
75-81	C	добре	Здобувач 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	Здобувач 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)
60-66	E	достатньо	Здобувач 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	Здобувач володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)
1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Здобувач володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	

## Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів в вищій освіті під час навчальних занять

Використовується рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів в вищій освіті за освітнім компонентом «Генетичні маркери у проєктуванні персональних програм рухової активності учнів». При цьому, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів в вищій освіті на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (<http://surl.li/hwbc>); здобувачу вищій освіти, який не виконав поточних завдань, ставиться 0 балів.

Рейтингова оцінка у балах знань, умінь, навичок, досягнутих здобувачем вищій освіти під час практичних занять, обчислюється після їхнього проведення та ліквідації поточної заборгованості внаслідок пропуску заняття, неналежною підготовленістю за 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 здобувача вищій освіти

Примітка: здобувачу вищій освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних занять ставиться 0 балів.

Наприклад: Ді НПП або здобувача:

- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 9,4 бали;
- отримані значення підставити у формулу:

$$R = ((0,05 \times 9,4) + 0,4) \times 80 = 70$$

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищій освіти за змістовий модуль 1 ОК «Генетичні маркери у проєктуванні персональних програм рухової активності учнів» отримав – 70 балів.

### Оцінювання навчальної діяльності здобувачів в вищій освіті

Обсяг пройденого матеріалу	Бали по нарах за 12-бальною системою оцінювання
1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12
2. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття №1 «Загальна характеристика та базові поняття персоналізації рухової активності учнів» та «Теоретичні основи проєктування персональних програм рухової активності учнів».	4-12
3. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття №2 «Сучасні підходи до персоналізації у руховій активності учнів».	4-12
4. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття №3 «Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів: диференціація та індивідуалізація».	4-12
5. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного	4-12

навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття № 4 «Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів: характеристика генетичного маркера - соматотип».	
6. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття № 5 «Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів: характеристика генетичного маркера - соматотип».	4-12
7. Вирішення проблемних ситуацій аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: № 6 «Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів: характеристика генетичного маркера – рухова асиметрія рук».	4-12
8. Вирішення проблемних ситуацій аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: № 7 «Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів: характеристика генетичного маркера – рухова асиметрія рук».	4-12
9. Вирішення проблемних ситуацій аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: № 8 «Практичні аспекти персоналізації рухової активності учнів: характеристика генетичного маркера – властивості нервової системи».	4-12
10. Вирішення проблемних ситуацій аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичного заняття: № 9 «Методичні аспекти врахування соматотипу при формуванні змісту рухової активності учнів».	4-12
11. Вирішення проблемних ситуацій аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичного заняття: № 10 «Методичні аспекти врахування соматотипу при формуванні змісту рухової активності учнів».	4-12
12. Вирішення проблемних ситуацій аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичного заняття: № 11 «Методичні аспекти врахування соматотипу при формуванні змісту рухової активності учнів».	4-12
13. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття № 12 «Методичні аспекти врахування рухової асиметрії рук при формуванні змісту рухової активності учнів».	4-12
14. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття № 13 «Основи контролю в управлінні персональною руховою активністю учня з урахуванням різних генетичних маркерів».	4-12
15. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття № 14 «Основи контролю в управлінні персональною руховою активністю учня з урахуванням різних генетичних маркерів».	4-12
16. Усне опитування або тестування із використанням технології дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – практичне заняття № 15 «Основи контролю в управлінні персональною руховою активністю учня з урахуванням різних генетичних маркерів».	4-12

**Таблиця критеріїв оцінювання знань, умінь, навичок здобувачів вищої освіти на практичних заняттях**

Рівень	Бал	Критерії оцінювання
Початковий (понятійний)	1	Здобувач володіє навчальним матеріалом на рівні засвоєння окремих термінів, фактів без зв'язку між ними: відповідає на запитання, які потребують відповіді „так” чи „ні”.
	2	Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності, робить спробу розкрити суть питання, проте відповідає лише за допомогою викладача на рівні „так” чи „ні”; може самостійно знайти в підручнику відповідь.
	3	Здобувач намагається аналізувати на основі елементарних знань і навичок; робить спроби дати відповідь на репродуктивному рівні; за допомогою викладача дає прості відповіді, використовуючи підказки викладача.

Середній (репродуктивний)	4	Здобувач володіє початковими знаннями, знає близько половини навчального матеріалу питання, здатний відтворити його на репродуктивному рівні; орієнтується у поняттях, визначеннях.
	5	Здобувач знає більше половини навчального матеріалу питання, може дати визначення понять, категорій (з окремими помилками); вміє працювати з літературою самостійно опрацьовуючи частину навчального матеріалу теми; намагається підкріпити відповідь прикладами, що є не досить вдалим; робить певні висновки, що не відзначаються логічною і послідовною
	6	Здобувач розуміє основні положення питання, може поверхнево аналізувати події, ситуації, робить певні висновки, відповідь може бути правильною проте недостатньо осмисленою без наведення прикладів або з прикладами, що не відзначаються точною в розкритті сутності питання; самостійно відтворює більшу частину матеріалу; використовує додаткові джерела.
Достатній (алгоритмічно дієвий)	7	Здобувач правильно і логічно відтворює навчальний матеріал питання, оперує базовими теоріями і фактами, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє наводити приклади на підтвердження певних думок; може самостійно користуватися додатковими джерелами; правильно використовує термінологію
	8	Знання здобувача досить повні, він вільно застосовує вивчений матеріал питання в стандартних ситуаціях; вміє аналізувати, робити висновки, відповідь повна, логічна, обґрунтована, однак з окремими недоліками.
	9	Здобувач вільно володіє вивченим матеріалом питання, застосовує знання у депр'язаних ситуаціях, вміє аналізувати і систематизувати інформацію робить аналітичні висновки, використовує загальновідомі докази у власній аргументації; чітко тлумачить поняття, категорії, нормативні документи; може самостійно опрацьовувати матеріал, виконує прості творчі завдання, пов'язані з розумінням практичної реалізації матеріалу, що є сутнісною відповіддю; має сформовані навички здійснити останнє.
Високий (творчо професійний)	10	Здобувач володіє глибокими і міцними знаннями та використовує їх у нестандартних ситуаціях; може визначати тенденції та суперечності різних процесів; робить аргументовані висновки; практично оцінює сучасні тенденції, факти, явища, процеси; самостійно наводить приклади, пов'язані з практичною реалізацією матеріалу, який складає сутність відповіді на питання; розв'язує творчі завдання; може сприймати іншу позицію як альтернативну; під час відповіді використовує знання суміжних дисциплін.
	11	Здобувач володіє узагальненими знаннями з питання, що розглядається; аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; знає джерела інформації та аналізує їх; може ставити і розв'язувати проблеми, застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень; самостійно вивчає матеріал; може оцінювати різноманітні явища, процеси; під час відповіді на питання використовує знання суміжних дисциплін; наводить вдалі приклади.
	12	Здобувач володіє узагальненими знаннями з питання, що розглядається; аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; знає джерела інформації та аналізує їх; розв'язує складні проблемні завдання, застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень; самостійно вивчає матеріал; може оцінювати різноманітні явища, процеси; під час відповіді на питання використовує знання суміжних дисциплін; наводить вдалі приклади; схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ розвиває свої здібності й нахили; використовує різноманітні джерела інформації; моделює ситуації в нестандартних умовах.

Поточну заборгованість здобувач повинен ліквідувати. Оцінювання досягнень здобувачів в із освітнього компонента здійснюється відповідно до наведених таблиць.

Поточний і модульний контроль (100 балів)		Сума
Поточний контроль	Модульна контрольна робота	100 балів
80 балів	20 балів	

*Тестовий контроль (12 балів)*

Загальна тривалість тестування – 40 хвилин; визначається з розрахунку 1–2 хвилини на одну відповідь.

Робота виконується на пропонованому бланку:

№ 1
Прізвище, ініціали _____ Група _____
Пропонуємо відповісти на 24 тестових питання. Рейтинг Ваших 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 уважливими під час надання відповідей на питання тестів.</i>

На прикріпці бланку з теста ми зазначається така інформація:

Ви набрали \_\_\_\_\_ балів

Перевірив викладач \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )  
підпис (прізвище, ініціали)

Дата \_\_\_\_\_

Результати всіх відповідей здобувача зазначаються у вигляді двох чисел:  
– *відсоток* правильних відповідей від кількості запропонованих тестових завдань;  
– *оцінка* передбачає 4 рівні. Визначається, враховуючи таке:

Відсоток правильних відповідей:

86–100

71–85

56–70

55 і менше

Оцінка:

відмінно (12-10 балів);

добре (9-7 балів);

задовільно (6-4 балів);

незадовільно (3-1 балів)

*Модульна контрольна робота (20 балів)*

Змістовий модуль-1 завершується МКР. Допускаються усі здобувачі.  
Невиконання МКР оцінюється у 0 балів.

Здобувачі, які за результатами виконання МКР 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 підсумкового контролю. Лквідація заборгованості є обов'язковою.

Оцінка за МКР передбачає максимальних 20 балів. Вона включає: відповіді на два теоретичних питання (максимальний бал при оцінюванні кожного – 4). Виконання завдання практичного змісту (третє питання МКР) передбачає: максимальний бал – 12. Ураховують інформацію таблиці, наведеної нижче.

**Критерії оцінювання відповідей на питання МКР**

Бал	Критерії оцінювання
3	– якщо завдання виконано правильно без помилок. Тобто відповідність критеріям оцінки «4», а також здобувач під час розгляду питання виявив здатність використовувати знання з інших (передусім професійно-прикладних) навчальних дисциплін.
2	– якщо завдання виконано правильно, але з 1-2 незначними помилками. Тобто відповідність критеріям оцінки «3», а також деталізація цього змісту з наведенням

	прикладів
1	– якщо завдання виконано в основному правильно, але з помилками. Тобто відповідь містить ключові слова і визначення, наведені у варіантах відповідей
0	– якщо завдання не виконано або виконано з грубими помилками

Рівень	Бал	Критерії оцінювання
Початковий (понятійний)	1	Здобувач володіє навчальним матеріалом на рівні засвоєння окремих термінів, фактів без зв'язку між ними; відповідає на запитання, які потребують відповіді „так” чи „ні”.
	2	Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності, робить спробу розкрити суть питання, проте відповідає лише за допомогою викладача на рівні „так” чи „ні”; може самостійно знайти в підручнику відповідь.
	3	Здобувач намагається аналізувати на основі елементарних знань і навичок; робить спроби дати відповідь на репродуктивному рівні; за допомогою викладача дає прості відповіді, використовуючи підказки викладача.
Середній (репродуктивний)	4	Здобувач володіє початковими знаннями, знає близько половини навчального матеріалу питання, здатний відтворити його на репродуктивному рівні; орієнтується у поняттях, визначеннях.
	5	Здобувач знає більше половини навчального матеріалу питання, може дати визначення понять, категорій (з окремими помилками); вміє працювати з літературою самостійно опрацьовуючи частину навчального матеріалу теми; намагається підкріпити відповідь прикладами, що є не досить вдалим; робить певні висновки, що не відзначаються логічністю й послідовністю.
	6	Здобувач розуміє основні положення питання, може поверхнево аналізувати події, ситуації, робить певні висновки, відповідь може бути правильною, проте недостатньо осмисленою без наведення прикладів або з прикладами, що не відзначаються точністю в розкритті сутності питання; самостійно відтворює більшу частину матеріалу; використовує додаткові джерела.
Достатній (алгоритмічно-дієвий)	7	Здобувач правильно і логічно відтворює навчальний матеріал питання, оперує базовими теоріями і фактами, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє наводити приклади на підтвердження певних думок; може самостійно користуватися додатковими джерелами; правильно використовує термінологію.
	8	Знання здобувача досить повні, він вільно застосовує вивчений матеріал питання в стандартних ситуаціях; вміє аналізувати, робити висновки; відповідь повна, логічна, обґрунтована, однак з окремими недоліками.
	9	Здобувач вільно володіє вивченим матеріалом питання, застосовує знання у деяких змінених ситуаціях; вміє аналізувати і систематизувати інформацію; робить аналітичні висновки, використовує загальновідомі докази у власній аргументації; чітко тлумачить поняття, категорії, нормативні документи; може самостійно опрацьовувати матеріал, виконує прості творчі завдання, пов'язані з розумінням практичної реалізації матеріалу, що є сутністю відповіді; має сформовані навички здійснити останнє.
Високий (творчо-професійний)	10	Здобувач володіє глибокими і міцними знаннями та використовує їх у нестандартних ситуаціях; може визначити тенденції та суперечності різних процесів; робить аргументовані висновки; практично оцінює сучасні тенденції, факти, явища, процеси; самостійно наводить приклади, пов'язані з практичною реалізацією матеріалу, який складає сутність відповіді на питання; розв'язує творчі завдання; може сприймати іншу позицію як альтернативну; під час відповіді використовує знання суміжних дисциплін.
		Здобувач володіє узагальненими знаннями з питання, що розглядається; аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; знає джерела інформації та аналізує їх; може ставити і розв'язувати проблеми; застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень;

	11	самостійно вивчає матеріал, може оцінювати різноманітні явища, процеси, під час відповіді на питання використовує знання суміжних дисциплін, наводить вдалі приклади.
	12	Здобувач володіє узагальненими знаннями з питання, що розглядається; аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; знає джерела інформації та аналізує їх; розв'язує складні проблемні завдання, застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень; самостійно вивчає матеріал, може оцінювати різноманітні явища, процеси, під час відповіді на питання використовує знання суміжних дисциплін, наводить вдалі приклади, схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ, розвиває свої здібності й нахили; використовує різноманітні джерела інформації; моделює ситуації в нестандартних умовах.

### Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-бальною системою оцінювання. Виконуються завдання, що передбачені змістом практичних занять.

### 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 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.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з «Генетичні маркери у проектуванні персональних програм рухової активності учнів». здійснюється відповідно до таблиці нижче у відповідності до шкали оцінювання 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	Підсумкова оцінка за національною шкалою
90-100 і більше	A (відмінно)/ Excellent	Зараховано/ Passed
82-89	B (добре)	
75-81	C (добре)/ Good	
67-74	D (задовільно)/ Satisfactory	
60-66	E (достатньо)/ Enough	
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)/ Fail	не зараховано /Fail
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/ Fail	

## **11. Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Генетичні маркери у проєктуванні персональних програм рухової активності учнів»**

Кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення освітнього компоненту 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 за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі екзамену 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;

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

## **12. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна**

Мультимедійна лекційна аудиторія, мультимедійний проєктор M E W S O N I C P J D 5 2 5 3 D L P (2017 р., 1 шт.), екран для проєктора; ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet.

## **13. Рекомендована література**

### **Основна:**

1. Боднар І. Диференційоване фізичне виховання : навч. посібник. Львів : ЛДУФК, 2017. 200 с.
2. Глазирін І. Д. Біологічні основи диференційованого фізичного виховання : монографія. Черкаси : Вертикаль, 2020. 292 с.
3. Голяка С. К., Глухов І. Г. Фізіологічні основи фізичної культури і спорту : метод. реком. Херсон : ФОП Вищемирський В. С., 2019. 84 с.
4. Герасимчук А. Ю., Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Програмування занять фізичними вправами превентивної спрямованості для 6-річних дітей : навч. посіб. Герасимчук А. Ю. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 180 с.
5. Єдинак Г., Галаманжук Л., Місів В., Зубаль М., Кліус О. Соматотипи та фізичний

стан дітей і молоді: монографія. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2021. 408 с.

6. Єдинак Г., Банах В Підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до індивідуалізації і персоналізації параметрів освітнього процесу на основі використання умовних генетичних маркерів / В Формування та розвиток здоров'язбережувального середовища в закладах освіти різного рівня : колективна монографія / за заг. ред. І. Стасюка [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2024. С 155-224.

7. Кікс О А, Галаманжук Л Л, Єдинак Г. А Організація і методика корекції психофізичного стану учнів других класів у процесі фізичного виховання : метод посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2013. 204 с.

#### Допоміжна:

1. Банах В Індивідуальний підхід до фізичного виховання студентської молоді. *Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2019. Вип. 15. С 11-15. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2019.15.11-15>

2. Блевич С Інтеграція та диференціація як закономірності розвитку сучасних освітніх систем *Імідж сучасного педагога*. 2002. №2. С 30-33.

3. Інноваційні технології фізичного виховання і спорту : навч. посібник / Укладач : О В Юденко. Київ : Національний університет оборони України, 2024. 360 с.

4. Інноваційні технології фізичного виховання і спорту : навч. посібник / Укладач : О В Юденко. Київ : Національний університет оборони України, 2024. 360 с.

5. Корекція тілобудови людини в процесі занять фізичними вправами: теоретичні та практичні аспекти : кол. монографія / за наук. ред. А. І. Альшиної, І. П. Випасняка, В. О. Кащуби. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 536 с.

6. Кремень В. Г. Філософія людиноцентризму в стратегіях освітнього простору. Київ : Т-во «Знання» України, 2008. 421 с.

7. Медичні, біомеханічні та фізіотерапевтичні технології: тренди військового часу / О В Юденко, О Б Жила, Ю М Юденко, А С Білоус. *Multidisciplinary academic notes. Theory, methodology and practice*. Proceedings of the XVI International Scientific and Practical Conference. Tokyo, Japan. 2022. pp. 710-720. DOI: 10.46299/ISG.2022.1.17.

8. Мицкан Т. С., Іваночко В. М. Інновації диференційованого розвитку фізичних здібностей у школярів. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини*. 2021. №9. С 68-80. doi: <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.9>

9. Пшак О В, Романів Л В, Пліщук Н М Сучасні тенденції фізичного виховання, спорту та здоров'я людини в національній системі освіти *Науковий часопис нац. пед. у-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2021. Вип. 79. Т. 2. С 53-59.

10. *American College Health Association National College Health Assessment: Reference Group Data Report*. Baltimore, MD: American College Health Association; 2019. [https://www.acha.org/NCHA/ACHA-NCHA\\_Data/Publications\\_and\\_Reports/NCHA/Data/Reports\\_ACHA-NCHA11c.aspx](https://www.acha.org/NCHA/ACHA-NCHA_Data/Publications_and_Reports/NCHA/Data/Reports_ACHA-NCHA11c.aspx)

11. Campa, F., & Greco, G (2022). Growth, Somatic Maturation, and Their Impact on Physical Health and Sports Performance: An Editorial. *Int J Environ Res Public Health*, 24,

19(3), 1266. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031266>

12. Dnparastisaleh, R., Khan, S A., & Sant hana m P. (2023). *Body Composition Assessment*. In Ahima, R S (eds) *Metabolic Syndrome*. Springer, Cham [https://doi.org/10.1007/978-3-031-40116-9\\_33](https://doi.org/10.1007/978-3-031-40116-9_33)

13. D Tore, P. A., Schiavo, R., & Disanto, T (2016). Physical education, not or control and not or learning: theoretical paradigms and teaching practices from kinder garten to high school. *J of Physical Education and Sport*, 16(4), 1293-1297. <https://doi.org/10.7752/jpes.2016.04205>.

14. Frackiewicz, M (2023). *Personalized Learning for Sports and Physical Education*. URL: <https://ts2.com.pl/en/personalized-learning-for-sports-and-physical-education/>

15. Galamandjuk, L, Siedlaczek-Szwed, A, Iedynak, G, Dut chak, M, St asjuk, I., Prozar, M, Mazur, V., Bakhmat, N, Veselovska, T, Kjus, O, Marchuk, D (2019). Evaluation of the physiological characteristics of girls with different handedness using various types of physical training *J of Physical Education and Sport*, Vol 19 (Supplement issue 4), 1386-1390. doi: 10.7752/jpes.2019.s4201

16. Mbrin, A (2021). *Personalized learning: What you need to know* – URL: <https://www.understood.org/en/articles/personalized-learning-what-you-need-to-know>

17. Hestrzyński, W, Stasiuk, I., Sarzała, D, Iedynak, G, Mrzec, A, Hudy ma, N, Šrobárová, S, Mykhalskyi, A, Wóźniak, W, Mykhalska, Y (2021). Physical activity and sense of security in school children during the Covid-19 lockdown period *J of Physical Education and Sport*, 21(5), 3075-3083. doi: 10.7752/jpes.2021.s5409

18. *Psychological Aspects of Physical Education and Sport*. URL: <https://www.routledge.com/Psychological-Aspects-of-Physical-Education-and-Sport/Kane/p/book/9781138650800>

19. Şahin, İ. H., & Sani oğlu, A (2023). The examination of the relationship between body composition and acceleration. *Turk J Kinesiol*, 9(2), 106-114. doi: 10.31459/turkjin.1295059

20. Sangra, A (2023). *Technical and pedagogical design for blended and online courses*. URL: <https://www.ti.nes.hi.ghe.reducati.on.com/campus/technopedagogic-design-blended-and-online-courses> (дата звернення 28. 10. 2024)

#### 14. Рекомендовані джерела інформації

Корисні ресурси інтернету:

<a href="https://mns.gov.ua/">https://mns.gov.ua/</a>	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
<a href="http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/">http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/</a>	Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
<a href="https://tinyurl.com/ye4434jw">https://tinyurl.com/ye4434jw</a>	Офіційний сайт журналу «Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»
<a href="http://sportmon.org/">http://sportmon.org/</a>	Офіційний сайт Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
<a href="https://tinyurl.com/yc8bc59x">https://tinyurl.com/yc8bc59x</a>	Всеосвіта – база рефератів
<a href="https://pro.netheus.org.ua/">https://pro.netheus.org.ua/</a>	Офіційний сайт українського громадського проекту масових відкритих онлайн-курсів
<a href="https://www.ed-era.com/courses/">https://www.ed-era.com/courses/</a>	Офіційний сайт студії онлайн освіти в Україні
<a href="http://referat.parta.ua">http://referat.parta.ua</a>	База даних українських рефератів
<a href="http://ua.textreferat.com">http://ua.textreferat.com</a>	
<a href="http://ua-referat.com">http://ua-referat.com</a>	
<a href="http://www.nbuv.gov.ua">http://www.nbuv.gov.ua</a>	Бібліотека ім. ВІ. Вернадського

