

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри теорії і методики
фізичного виховання



Юрій ЮРЧИШИН

підпис

31 серпня 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

СУЧАСНІ ВИДИ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В НУШ

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

2026-2027 навчальний рік

Розробник комплексу: Сергій БАБЮК, кандидат педагогічних наук, доцент
кафедри теорії і методики фізичного виховання,
доцент

Ухвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання

Протокол № 15 від 31 серпня 2026 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми



Аліна БОДНАР

підпис

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Мета вивчення вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки «Сучасні види фізичної активності в НУШ» полягає у формуванні загальних та спеціальних (фахових предметних) компетентностей і програмних результатів навчання у майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, спрямованих на підготовку висококваліфікованого, конкурентоспроможного фахівця; озброєнні здобувачів вищої освіти знаннями про особливості проведення уроків фізичної культури та варіативних модулів у закладах загальної середньої освіти відповідно до Концепції НУШ, а також основними методиками їх побудови; формуванні практичних навичок і вмінь, необхідних для впровадження інноваційних видів фізичної активності, створення безпечного та мотивуючого освітнього середовища Нової української школи.

2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика освітнього компоненту	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	4	
Семестр вивчення	7	
Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити	
Загальний обсяг годин	120 годин	
Кількість годин навчальних занять	40 годин	
Лекційні заняття	10 годин	
Практичні заняття	30 годин	
Семінарські заняття	-	
Лабораторні заняття	-	
Самостійна та індивідуальна робота	80 годин	
Форма підсумкового контролю	залік	

3. Статус дисципліни: вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки.

4. Передумови для вивчення освітнього компоненту: Для вивчення курсу «Сучасні види фізичної активності в НУШ» здобувачі вищої освіти повинні володіти базовими знаннями з дисциплін циклу психолого-педагогічних та професійних дисциплін.

5. Програмні компетентності навчання.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Сучасні види фізичної активності в НУШ» у здобувачів вищої освіти

мають сформуватися інтегральна, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів фізичного виховання, медико-біологічних, практичних та психолого-педагогічних основ фізичного виховання і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього 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 підприємливості (підприємницька компетентність).

Спеціальні (фахові) компетентності спеціальності:

- Здатність моделювати та реалізовувати зміст уроків фізичної культури в умовах НУШ на основі варіативних модулів з сучасних видів гімнастики, рекреаційних і спортивних ігор, а також одноборств (аеробіка, чирлідінг, петанк, алтимат фризбі, флорбол, хортинг тощо) відповідно до обов'язкових результатів навчання та концептуальних засад Нової української школи.
- Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі щодо новітніх рухових технологій, критично оцінювати, добирати та адаптувати методичний інструментарій, види фізичної активності й правила нетрадиційних та варіативних видів спорту для забезпечення дитиноцентричного освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.
- Здатність організовувати урочні й позаурочні форми фізичного виховання учнів у НУШ, здійснювати формувальне та підсумкове оцінювання навчальних досягнень дітей, розробляти й неухильно дотримуватися вимог техніки безпеки під час проведення сучасних видів фізичної активності, створюючи сприятливе та безпечне освітнє середовище.

6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

За результатами вивчення освітнього компоненту «Сучасні види фізичної активності в НУШ» в здобувачів вищої освіти формуються наступні програмні результати навчання:

Розуміє концептуальні засади, нормативно-правові основи та особливості організації освітнього процесу з фізичної культури в умовах НУШ, а також правила та методику викладання сучасних варіативних модулів (гімнастичних напрямів, рекреаційних і новітніх спортивних ігор, одноборств).

Уміє моделювати та конструювати зміст уроків фізичної культури та позаурочних заходів у НУШ, добирати й адаптувати варіативні модулі (аеробіка, чирлідінг, петанк, Cool Games, алтимат фризбі, флорбол, хортинг тощо) відповідно до вікових, статевих й індивідуальних особливостей учнів.

Володіє практичними навичками демонстрації та навчання техніки виконання рухових дій і вправ із сучасних видів фізичної активності, а також ефективно застосовує їх для розвитку фізичних якостей та мотивування учнів до систематичних занять.

Застосовує методики формувального та підсумкового оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури відповідно до критеріїв НУШ, орієнтуючись на індивідуальний прогрес, динаміку розвитку та позитивне заохочення дитиноцентричного підходу.

Забезпечує безпечні умови під час проведення різних форм фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти, розробляє та впроваджує заходи з профілактики травматизму, дотримуючись регламентів техніки безпеки при роботі з новітнім спортивним інвентарем та обладнанням.

Завдання курсу: сформулювати у здобувачів вищої освіти інтегральну, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності; опанувати навчальний матеріал освітнього компоненту на відповідному рівні

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Сучасні види фізичної активності в НУШ» здобувачі вищої освіти повинні знати:

- Концептуальні та організаційні засади: нормативно-правове забезпечення, концептуальні засади та особливості побудови сучасного освітнього процесу з фізичної культури в умовах Нової української школи (НУШ); різноманітні організаційні форми фізичного виховання учнів (урочні, позаурочні, масові спортивно-оздоровчі заходи, рухові перерви).
- Зміст та методику варіативних модулів: правила, техніку виконання вправ та методику навчання варіативних модулів на основі: сучасних видів гімнастики (аеробіка, акробатичний рок-н-рол, чирлідінг, ушу), рекреаційних ігор (городки, дартс, доджбол (вибивний), петанк, Cool Games, алтимат фризбі), сучасних спортивних ігор (вудбол, корфбол, лакрос, панна (вуличний футбол), фістбол, флорбол), видів одноборств (дзюдо, самбо, сумо, хортинг, хортинг-фехтування, бойовий хортинг).
- Оцінювання та безпеку: критерії, види та методику застосування формувального та підсумкового оцінювання навчальних досягнень учнів відповідно до вимог НУШ. Норми та правила техніки безпеки, вимоги до місць занять, спортивного інвентарю й обладнання при проведенні різних видів фізичної активності у ЗЗСО.

уміти:

- Проектувати та моделювати освітній процес: складати календарно-тематичне та поурочне планування з фізичної культури в НУШ із

врахуванням обраних варіативних модулів, добирати та адаптувати зміст сучасних видів фізичної активності відповідно до вікових, статевих, фізичних й індивідуальних особливостей та потреб учнів.

- Практично демонструвати та якісно навчати учнів техніці виконання елементів, комбінацій та ігрових прийомів із новітніх видів гімнастики, рекреаційних, спортивних ігор і одноборств.
- Ефективно організовувати та проводити урочні й позаурочні форми занять, адаптуючи правила ігор до умов конкретного закладу освіти.
- Застосовувати інструменти формувального оцінювання для стимулювання мотивованості, самооцінювання та відстеження індивідуального прогресу кожного учня.
- Забезпечувати належний рівень техніки безпеки, здійснювати профілактику дитячого травматизму та створювати безпечне, інклюзивне й психологічно комфортне освітнє середовище під час занять.

7. Методи навчання: У процесі викладання освітнього компоненту використовуються наступні методи навчання:

- словесні: розповідь, пояснення, бесіда;
- практичні: досліди, вправи, практичні роботи;
- індуктивні;
- дедуктивні;
- аналітичні;
- синтетичні;
- репродуктивні;
- проблемно-пошукові;
- дослідницькі;
- навчальна робота під керівництвом викладача;
- самостійна робота з літературними джерелами;
- письмова робота;
- навчальні дискусії;
- створення ситуацій пізнавальної новизни;
- створення ситуацій зацікавленості.

8. Засоби діагностики результатів навчання: практичне виконання завдань, виконання тестових завдань, модульна контрольна робота, залік.

9. Програма навчальної дисципліни:

Денна форма здобуття вищої освіти

Назви 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.							
Тема 1. Концептуальні засади методики фізичного виховання в умовах Нової української школи.	14	2	2			10	
Тема 2. Організаційні форми фізичного виховання учнів в умовах Нової української школи.	12		2			10	
Тема 3. Особливості освітнього процесу з фізичної культури в умовах НУШ.	16	2	4			10	
Тема 4. Зміст варіативних модулів, заснованих на різних видах гімнастики (аеробіка, акробатичний рок-н-рол, гімнастика, чирлідінг, ушу).	18	2	6			10	
Тема 5. Зміст варіативних модулів, заснованих на різних видах рекреаційних ігор (городки, дартс, доджбол (вибивний), петанк, cool games, алтимат фризбі).	18	2	6			10	
Тема 6. Зміст варіативних модулів, заснованих на різних видах спортивних ігор (вудбол, корфбол, лакрос, панна (вуличний футбол), фістбол, флорбол).	16	2	4			10	
Тема 7. Зміст варіативних модулів, заснованих на різних видах одноборств (дзюдо, самбо, сумо, хортинг, хортинг-фехтування, бойовий хортинг).	14		4			10	
Тема 8. Оцінювання на уроках фізичної культури в умовах Нової української школи. Техніка безпеки на уроках фізичної культури в умовах НУШ.	12		2			10	
Разом годин	120	10	30	-	-	80	-

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 здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовищі MOODLE, модульна контрольна робота, залік.

11. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний і модульний контроль (100 балів)		Залік
Змістовий модуль 1 (100 балів)		100 балів
Поточний контроль	МКР	
60 балів	40 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, непідготовленістю 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 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 бали;

- 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 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-	4-12

орієнтованого динамічного середовища MOODLE	
3. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи під час практичних занять	4-12
4. Виконання індивідуальних завдань під час практичних занять	4-12

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.

Модульна контрольна робота (40 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 «Сучасні види фізичної активності в НУШ»

Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі студенти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Студенти, 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.

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) (<https://drive.google.com/file/d/19GCSM3y-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. 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. 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			

34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/Fail		незадовільно	не зараховано /Fail
------------	--	--	--------------	---------------------

12. Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Сучасні види фізичної активності в НУШ»:

- 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, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумковою 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 компоненту 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 ліквідовує 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.

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

Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор VIEWSONIC PJD5250 DLP (2016 р., 1 шт.), екран для проєктора; ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet.

Спортивні зали №1, №2 та зала фітнесу, стадіон К-ПНУ для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять: набивні м'ячі; волейбольні м'ячі; баскетбольні м'ячі; гандбольні м'ячі; футбольні м'ячі; скакалки; напівсфера балансувальна; фітболи; резинки; джгути; координаційна драбина; гімнастичні предмети: набивні м'ячі, гімнастичні палиці, гімнастичні лави, скакалки, тенісні м'ячі; гімнастичні прилади: гімнастичне обладнання чоловічого та жіночого багатоборства.

14. Рекомендована література

Основна

1. Конспект лекцій з дисципліни «Сучасні інноваційні технології у сфері фізичної культури і спорту» / уклад. І. І. Євтифієва. Харків : НТУ «ХП», 2024. 103 с. <https://surl.li/nwmeii>
2. Король В., Усатова В., Пустовалов В., Супрунович В., Халявка Р. Нові ігрові види спорту в освітній програмі Нової української школи : інформаційно-методичний довідник. Черкаси : Видавничий відділ Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, 2025. 116 с. <https://eprints.cdu.edu.ua/7101/>
3. Методичний путівник Нової української школи: фізична культура : зб. метод. матеріалів / О.А. Качан, Д.С. Кудрявець, М.О. Вольвак. Краматорськ, 2021. 62 с. <https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/handle/123456789/3141>
4. Лекційний курс з дисципліни «Сучасні модулі НУШ з методикою викладання» / укладачі: Т.В. Кафтанова, Д.Р. Опанчук. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2024. 58 с. <https://surl.li/nffgjm>
5. Нетрадиційні види спорту : методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр / укладачі О.В. Баканичев, В.В. Кульбака, О.А. Антонюк. Київ : КНУБА : Талком, 2024. 24 с. <https://repository.knuba.edu.ua/items/b4ec28ad-958e-478a-958b-53bbf71fc195>
6. НУШ. Країна ігор : матеріали до уроків фізичної культури. Черкаси, 2023. 150 с. https://oipopp.ed-sp.net/public/repository/nush_-_krayina_igor.pdf

7. Технології організації рухової діяльності: навч.-метод. посіб. [колектив авторів]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/5719>

Додаткова

1. Бабюк С. Перспективи флорболу як шкільного виду спорту в контексті реалізації концепції НУШ. Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка»): журнал. 2026. № 1(59) 2026. С. 276–288. <https://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/35799/35790>
[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-1\(59\)-276-288](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-1(59)-276-288)
2. Бакіко І.В. Основи теорії і методики фізичного виховання у питаннях і відповідях. Луцьк, 2025. 38 с. <https://lib.lntu.edu.ua/sites/default/files/2025-12/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%202.pdf>
3. Бондар І.Р., Гук Г.І., Рихаль В.І., Пастерніков В.В. (2022). Рухова активність дітей середнього шкільного віку. Науковий часопис НПУ імені МП. Драгоманова. 2022. 11(157). С. 35-39. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.11\(157\).09](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).09)
4. Грищенко С. В., Куртова Г. Ю., Баштовенко О. А., Толчева Г. В., Квак О. В. Рухова активність як компонент здорового способу життя українських підлітків 11-14 років. Сучасна педіатрія. Україна : наук.-практ. журнал. Київ, 2024. №6(142). С. 104-113. <https://med-expert.com.ua/journals/wp-content/uploads/2024/12/15-1.pdf>
5. Іванова Л. І. Методика навчання фізкультурної освітньої галузі : навчальний посібник. Рівне : Видавництво О.Зень, 2024. 136 с. <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/15961/1/%D0%9C%D0%9D%D0%A4%D0%9E%D0%93%20%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%202024.pdf>
6. Ігрові види спорту : навчально-метод. посіб. для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти / укл.: Барсукова Т.І., Гоголева О.М., Заверзаєв В.В. Одеса : Юридична література, 2026. 40 с. <https://doi.org/10.32837/11300.32436>
7. Карасевич С. А., Карасевич М. П. Рухливі ігри та ігрові вправи: навч.посіб.; МОН України. Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини. Умань: Видавець Сочінський М.М., 2019. 146 с. https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/11748/1/Rukhlyvi_igry_ta_ihrovi_vpravy.pdf
8. Качан О. А., Пристинський В. М. Інформаційно-комунікаційні та рухливо-пізнавальні технології у фізичному вихованні дітей і підлітків : навчально-методичний посібник. Слов'янськ: Вид-во Б.А. Маторіна, 2018. 260 с. http://umo.edu.ua/images/content/depozitar/posibnyky/navchalnyi/2.%D0%9A%D0%B0%D1%87%D0%B0%D0%BD_I%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B9%D0%BD%D0%BE.pdf
9. Качан О. А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навч.-метод. посіб.

- Слов'янськ : Витоки, 2017. 138 с.
http://umo.edu.ua/images/content/koncorcium/repozitar_uvupo/navch_vydanya/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%9A%D0%B0%D1%87%D0%B0%D0%BD%20%D0%9E.%20%D0%90.pdf
10. Кондес Т. В. Фізична культура і здоров'я: навч. посіб. Київ : Університет економіки та права «КРОК», 2017. 126 с.
<https://library.krok.edu.ua/media/library/category/navchalni-posibniki/fizyczna-kultura-i-zdorovya.pdf>
 11. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посіб. Київ : Олімп. л-ра, 2010. 370 с.
 12. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення : підручник. Київ : Олімпійська література, 2017. Т. 2. 384 с.
 13. Методика викладання рухливих ігор і забав : методичні вказівки до виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / уклад. : О.С. Гончаренко, А.Ю. Приймак. Краматорськ: ДДМА, 2021. 52 с.
<https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi80/0059737.pdf>
 14. Надім'янова Т.В. Фізкультурно-оздоровча робота в сім'ї: поради батькам : метод. посіб. Дрогобич : ДДПУ ім. Івана Франка, 2022. 48 с.
<http://www.ir.dspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2519/1/%D0%9D%D0%B0%D0%B4%D1%96%D0%BC%E2%80%99%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0.pdf>
 15. Новій українській школі – нова фізична культура. Матеріали круглого столу з обговоренням проєкту стандарту вищої освіти з предметної спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти. За ред. Наумчука В.І., Огністого А.В. Тернопіль: В-во ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2023. 64 с.
https://www.researchgate.net/publication/370124437_Novij_ukrainskij_skoli_-_nova_fizicna_kultura_Materiali_kruglogo_stolu_-_2023
 16. Олексієнко Я. І., Гунько П. М. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ імені Б.Хмельницького, 2018. 260 с.
 17. Пангелова Н.Є., Круцевич Т.Ю., Данилко В.М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури : навч. посіб. ПереяславХмельницький : ФОП Домбровська Я.М., 2017. 505 с.
<https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi74/0055394.pdf>
 18. Руховий розвиток школярів різних вікових груп : наукове видання / за наук. ред. М.О. Носко. Чернігів, 2020. 408 с.
<http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%D0%A0%D1%83%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%B9.pdf>
 19. Самостійна фізкультурно-оздоровча діяльність школярів : інструктивно-методичні матеріали / Є. І. Жуковський. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. 44 с. <https://surl.li/rzkjgb>

20. Теорія і методика фізичного виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю Середня освіта (Фізична культура): навч. посіб. / укладач В.А. Товт, І.І. Маріонда. Ужгород: ТОВ«БЕСТ-прінт», 2022. 225 с.
<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/5182/1/2022-%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%92-2022.pdf>
21. Фізична підготовка дітей передшкільного та молодшого шкільного віку у контексті Нової української школи: монографія / Т.Г. Чижик, Т.Ф. Потоцька. Миколаїв: Іліон, 2020. 130 с.
<https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi83/0062769.pdf>
22. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія за загальною редакцією проф. Г.П. Грибана. Житомир: Рута, 2020. 384 с.
<https://eprints.zu.edu.ua/32273/1/Gryban-monografiya.pdf>
23. Фізкультурно-оздоровча робота в сім'ї: поради батькам: методичний посібник. Дрогобич: ДДПУ ім. Івана Франка, 2022. 48 с.
<http://ir.dspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2519/1/%D0%9D%D0%B0%D0%B4%D1%96%D0%BC%E2%80%99%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0.pdf>
24. Duncan G.E., Avery A., Thorson J.L. (2022). Epigenome-wide association study of physical activity and physiological parameters in discordant monozygotic twins. Sci Rep. 12: 20166. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-24642-3>

15. Рекомендовані джерела інформації

1. Корисні ресурси інтернету.

https://mms.gov.ua/	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
http://sportmon.org/	Офіційний сайт Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
https://www.juniors.org.ua/	JuniorS – некомерційна громадська організація
https://prometheus.org.ua/	Офіційний сайт українського громадського проєкту масових відкритих онлайн-курсів
https://www.ed-era.com/courses/	Офіційний сайт студії он-лайн освіти в Україні
http://www.nbuv.gov.ua/node/592	Національна бібліотека України ім. В.І.Вернадського
http://www.lib.ua-ru.net	Студентська електронна бібліотека
https://prometheus.org.ua	Prometheus – український громадський проєкт масових відкритих онлайн-курсів
https://coursera.org	Coursera – технологічна компанія, що працює в галузі освіти
https://vector.ued.gov.ua/uk/mpk/2272/detail/	Сучасні підходи до викладання освітньої галузі «Фізична культура» у Новій українській школі
https://naurok.com.ua/novi-vidi-sportu-v-nush-korfbol-altimat-petank-florbol-	Нові види спорту в НУШ (корфбол, алтимат, петанк, флорбол)

289860.html	
-----------------------------	--