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

26 серпня 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І МАСОВОГО СПОРТУ

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за освітньо-професійною програмою Середня освіта (Фізична культура)

предметної спеціальності А4.11 Середня освіта (Фізична культура)

галузі знань 01 Освіта

мова навчання українська

2026-2027 навчальний рік

Розробник комплексу: Г. А. Єдинак, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Ухвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання

Протокол № 14 від 26 серпня 2026 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми  Аліна Боднар

підпис

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Мета вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорії фізичного виховання і масового спорту», як дисципліни обов'язкового освітнього компонента з переліку дисциплін професійної підготовки здобувача за спеціальністю А4.11 Середня освіта (Фізична культура), – забезпечити глибоке теоретичне осмислення практики фізичного виховання різних груп населення, але передусім – дітей у Новій українській школі, шляхом формування у здобувача визначених компетентностей, що стосуються набуття необхідних знань, умінь і навичок з урахуванням сучасних умов функціонування галузі та інноваційних технологій.

2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	**Характеристика освітнього компоненту**	
	денна форма здобуття вищої освіти	**заочна форма здобуття вищої освіти**
Рік навчання	2-3	2-3
Семестр вивчення	4-5	4-5
Кількість кредитів ЄКТС	7	7
Загальний обсяг годин	240	210
Кількість годин навчальних занять	104	32
Лекційні заняття	40	12
Практичні заняття	-	-
Семінарські заняття	64	20
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	136	178
Форма підсумкового контролю	іспит – 4,5	іспит – 4,5

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

4. Передумови для вивчення освітнього компоненту: наявність сформованих у здобувачів вищої освіти знань та практичних умінь, навичок у питаннях, визначених такими освітніми компонентами, як «Філософія», «Вступ до спеціальності», «Біомеханіка фізичних вправ», «Валеологічні, гігієнічні, та фізіологічні основи фізичного виховання», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Педагогіка».

5. Програмні компетентності навчання.

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

Інтегральна компетентність – здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі 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:

СК 01 Здатність забезпечувати здобуття дітьми освіти з фізичної культури державною мовою, використовувати знання іноземної мови в своїй діяльності (мовно-комунікативна компетентність).

СК 02 Здатність моделювати зміст уроків, інших форм фізичної культури відповідно до обов'язкових результатів навчання дітей в закладі загальної середньої освіти, а також здійснювати моніторинг результатів, ураховуючи вікові, статеві й індивідуальні особливості дітей (предметно-методична компетентність).

СК 03 Здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність).

СК 04 Здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність).

СК 05 Здатність орієнтуватись в інформаційному просторі у сфері фізичної культури і спорту, здійснювати пошук й критично оцінювати одержану інформацію, а також адекватно оперувати нею під час професійної діяльності (інформаційно-цифрова компетентність).

СК 07 Здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури, а також тактовно і конструктивно взаємодіяти з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу у напрямі усвідомлення та поціновування кожного як особистості під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (емоційно-етична компетентність).

СК 08 Здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства).

СК 09 Здатність організовувати безпечне освітнє середовище з навчального предмету в закладі загальної середньої освіти, використовуючи у різних формах фізичної культури сучасні здоров'язбережувальні технології, що передбачають профілактично-просвітницьку роботу з учнями, іншими учасниками освітнього процесу щодо культури здорового і безпечного життя, санітарії і гігієни, а також надання (у випадку необхідності) їм домедичної допомоги та збереження особистого здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язбережувальна компетентність).

СК 10 Здатність створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, яке передбачає педагогічну підтримку дітей із особливими освітніми потребами шляхом забезпечення сприятливих умов для реалізації їх фізичної активності (інклюзивна компетентність).

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

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

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

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

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

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

6. Очікувані результати навчання

За результатами вивчення освітнього компоненту «Теорії фізичного виховання і масового спорту» у здобувачів ОС «бакалавр» досягаються такі *програмні результати навчання*:

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

ПРН 03 Здійснює під час професійної діяльності усну та письмову комунікацію державною мовою, а також спроможний використати знання іноземної мови.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

За результатами вивчення освітнього компоненту здобувачі вищої освіти повинен **знати**:

- за змістовим модулем-1: базові термінопоняття – фізична культура, фізичне виховання, спорт, фізична реабілітація, фізична рекреація, фізичний розвиток, предмет фізичного виховання, предмет методики фізичного виховання, система фізичного виховання, принципи фізичного виховання, методи фізичного виховання, засоби фізичного виховання, рухові дії, фізичні вправи, рухові якості; джерела і етапи розвитку теорії і практики фізичного виховання; структуру фізичного виховання і зміст її основних складових; мету, завдання сучасної системи фізичного виховання школярів в Україні і

напрямки її подальшого удосконалення; принципи фізичного виховання; методи фізичного виховання; фізіологічні, психолого-педагогічні основи навчання руховим діям, структура і зміст процесу; фізіологічні основи розвитку рухових якостей; зміст та особливості методик розвитку рухових якостей; загальні основи організації і методик проведення занять фізичними вправами урочного і позаурочного типу;

- за змістовим модулем-2: загальні основи теорії спортивної діяльності у масовому спорті; основи спортивної підготовки, що передбачають інформацію про мету, завдання, принципи, засоби, методи; структуру підготовленості юного спортсмена у масовому спорті; структуру і побудову процесу підготовки юного спортсмена у масовому спорті; етапи та зміст спортивних орієнтації і відбору для занять у масовим спортом.

Здобувачі повинні **вміти:**

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

за змістовим модулем-2: використовувати базові термінопоняття при опрацюванні наявних джерел інформації та написанні рефератів, доповідей, статей, методичних рекомендацій тощо; використовувати знання щодо спортивної підготовки у масовому спорті, змістом яких є інформація про мету, завдання, принципи, засоби, методи; формувати зміст компонентів власної структури підготовленості в обраному виді масового спорту; охарактеризувати структуру і побудову процесу власної підготовки в обраному виді масового спорту; аналізувати етапи та зміст власних спортивних орієнтації і відбору в обраному виді масового спорту.

7. Методи навчання:

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

За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:
- індуктивні;
- дедуктивні;
- аналітичні;
- синтетичні.

За ступенем самостійного мислення здобувачів вищої освіти:
- репродуктивні;
- проблемно-пошукові;
- дослідницькі.

За ступенем керування здобувачами вищої освіти:
- навчальна робота під керівництвом викладача;
- самостійна робота з літературними джерелами;
- письмова робота;

Методи стимулювання інтересу до навчання:
- навчальні дискусії;
- створення ситуацій пізнавальної новизни;
- створення ситуацій зацікавленості.

8. Засоби діагностики результатів навчання: оцінювання усних відповідей на семінарських заняттях, виконання завдань поточного тестового контролю за результатами вивчення кожного з 2-х змістових модулів, а також 2-х модульних контрольних робіт, 2-х іспитів.

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. Загальні засади теорії фізичного виховання 4сем							
Тема 1.1. Теорія і фізичного виховання і масового спорту як наукова та навчальна дисципліна. Зв'язок фізичної культури з Цілями сталого розвитку.	7	1		2		4	
Тема 1.2. Система фізичного виховання. Поняття «зелених компетентностей» (Green Skills) та їх розвиток у дітей	9	1		2		6	
Тема 1.3. Принципи фізичного виховання	22	4		8		10	
Тема 1.4. Засоби фізичного виховання	10	2		2		6	
Тема 1.5. Методи фізичного виховання	16	4		4		8	
Тема 1.6. Навчання руховим діям	23	4		8		9	
Тема 1.7. Розвиток рухових (фізичних) якостей	53	12		16		26	
Тема 1.8. Форми організації занять та діяльності дітей у фізичному вихованні	10	2		4		6	
Модульна контрольна робота							
Разом годин	150	30		44		76	
Змістовий модуль 2. Загальні засади теорії масового спорту (5 сем – іспит)							
Тема 3.1. Загальні основи теорії спортивної діяльності у масовому спорті	14	2		2		10	
Тема 3.2. Структура підготовленості юного спортсмена у масовому спорті	20	2		4		14	
Тема 3.3. Особливості структури і методики побудови процесу підготовки юного спортсмена у масовому спорті	24	2		4		18	
Тема 3.4. Спортивні орієнтація та відбір	16	2		4		10	
Тема 3.5. Основи контролю в системі підготовки юного спортсмена у масовому спорті	14	2		4		8	
Модульна контрольна робота	2			2			
Разом годин	90	10		20		60	
Усього	240	40		64		136	

Заочна 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. Загальні засади теорії фізичного виховання – 4 сем. - іспит							
Тема 1.1. Теорія і фізичного виховання і масового спорту як наукова та навчальна дисципліна. Зв'язок фізичної культури з Цілями сталого розвитку.	9,5	0,5	0,5			2	
Тема 1.2. Система фізичного виховання. Поняття «зелених компетентностей» (Green Skills) та їх розвиток у дітей	11	0,5	-			4	

Тема 1.3. Принципи фізичного виховання	25,5	1	1			10	
Тема 1.4. Засоби фізичного виховання	11,5	0,5	1			4	
Тема 1.5. Методи фізичного виховання	17,5	0,5	1			8	
Тема 1.6. Навчання руховим діям	22	1	1			15	
Тема 1.7. Розвиток рухових (фізичних) якостей	34	2	1			27	
Тема 1.8. Форми організації занять та діяльності дітей у фізичному вихованні.	8	-	0,5			4	
Модульна контрольна робота	-		-			-	
Разом годин	90	6	6			78	
Змістовий модуль 2. Загальні засади теорії масового спорту – 5 сем - іспит							
Тема 3.1. Загальні основи теорії спортивної діяльності у масовому спорті	16,5	0,5	2			14	
Тема 3.2. Структура підготовленості юного спортсмена у масовому спорті	25,5	1,5	4			20	
Тема 3.3. Особливості структури і методики побудови процесу підготовки юного спортсмена у масовому спорті	30	2	4			24	
Тема 3.4. Спортивні орієнтація та відбір	22	1	1			20	
Тема 3.5. Основи контролю в системі підготовки юного спортсмена у масовому спорті	26	1	3			22	
Модульна контрольна робота							
Разом годин	120	6	14			100	
Усього	210	12	20			178	

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) здобувачі вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр» 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 індивідуальних завдань, модульна контрольна робота, іспит.

11. Критерії оцінювання результатів навчання

Загальним критерієм успішного проходження здобувачем підсумкового оцінювання є його допуск до складання семестрового іспиту. Здобувач одержує його за наявності мінімально прийнятної оцінки за кожним змістовим модулем.

змістовий модуль-1

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

змістовий модуль-2

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

Таблиця відповідності результатів контролю знань і критеріїв оцінювання за різними шкалами

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		

Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Обсяг пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання
1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12
2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій – змістовий модуль-1	4-12
3.Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій – змістовий модуль-2	4-12
4. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE, вирішення проблемних ситуацій – змістовий модуль-3	4-12

Тестовий контроль (12 балів)

Загальна тривалість тестування – 40 хв; визначається з розрахунку 1-2 хв на одну відповідь. Робота виконується на пропонованому бланку:

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

Наприкінці бланку з тестами зазначається така інформація:

Ви набрали _____балів

Перевірив викладач _____ (_____)

підпис прізвище, ім'я

Дата_____

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

- рівень відмінно – відмінно (12-10 балів), залежно від набраних балів;
- рівень добре – добре (9-7 балів), залежно від набраних балів;
- рівень задовільно – задовільно (6-4 балів), залежно від набраних балів;
- рівень незадовільно – незадовільно (3-1 балів), залежно від набраних балів.

Самостійна робота

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

Передбачає виконання наступного:

− самостійне опрацювання лекційного матеріалу та науково-методичної літератури за темою лекції;

− вивчення окремих питань, які не розглядаються в лекційному курсі;

- аналітичний огляд науково-методичної літератури, знаходження необхідної літератури з додаткових джерел інформації (Інтернет, соцмережі, освітні платформи), конспектування, виокремлення головного;
- аргументоване висловлювання власної думки на основі отриманої інформації;
- систематизація матеріалу, узагальнення, висновки:
- підготовка рефератів;
- підготовка слайдів та відеоматеріалів.

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

Під час самостійної роботи здобувачі вищої освіти аналізують та вивчають:

- теоретичній матеріал щодо обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти;

- критерії, за якими визначається індивідуалізація в процесі фізичного виховання;

- системи ФВ, що існували в різні історичні періоди;

- особливості викладання фізичної культури в закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році;

- схеми класифікації засобів фізичного виховання;

- критерії (показники) за якими визначається доступність навантаження і рухових завдань у фізичному вихованні;

-типову освітню програму з фізичної культури Савченко О

- типову освітню програму Цимбалару А. «На крилах успіху» з фізичної культури;

- зміст програм занять спеціально медичних груп;

- функціональні проби для оцінки стану здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів освіти на заняттях з фізичної культури.

- зміст Рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року;

- зміст Рекомендацій Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя.

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

- Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.

- Закони України "Про освіту". Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.

- "Про повну загальну середню освіту". В рефераті необхідно вказати рік, кількість розділів і статей. Написати назву розділу й охарактеризувати всі статті, які входять до цього розділу.

- «Постанови у сфері фізичної культури і спорту». Постанови розглядати починаючи з 1925 року і по теперішній час. Зазначити рік виходу постанови, назву, мету, основні завдання, шляхи і способи розв'язання проблеми.

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

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

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

Модульна контрольна робота (24 балів)

Кожний змістовий модуль завершується написанням модульної контрольної роботи.

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти з дисципліни. 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.

Здобувачі вищої освіти пишуть три модульні контрольні роботу, які виконується у письмовій формі, складається з 24-ти питань, які містять 4 варіанти відповіді. За повну й вірну відповідь на кожне теоретичне питання можна отримати 1 бал. Оцінка за МКР передбачає максимальних 24 бали.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно «Порядку визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» (https://tinyurl.com/mtbykfwm). У неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту роботи науково-педагогічних працівників;

- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді;
- отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах.

В інформальній освіті:
- наявність наукової публікації;
- волонтерська діяльність.

Семестровий іспит (40 балів)

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

Оцінка	Вимоги
«Відмінно»	Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української мови.
«Добре»	Якщо відповідь здобувача вищої освіти відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки «відмінно», але при цьому він допускає 1-2 помилки, які й сам виправляє або 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформлення висловлювання. Здобувач вищої освіти вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.
«Задовільно»	Якщо здобувач вищої освіти виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проєкт побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.
«Незадовільно»	Якщо здобувач вищої освіти виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Студент неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.

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

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		
67-74	D (задовільно)/Satisfactory	25	задовільно	
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 «Теорії і методики фізичного виховання»:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

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

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

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього 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;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 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;

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

14. Рекомендована література

Основна

1. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посібник. 2-е вид., доп. Кам'янець-Подільський : Абетка-Нова, 2001. 383 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти. Нова редакція та поради для організації освітнього процесу. URL:https://ezavdnz.mcfr.ua/book?bid=37876
3. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1392-2011-%D0%BF.
4. Державний стандарт початкової освіти. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-п#n12
5. Єдинак Г. А., Юрчишин Ю. В., Мисів В. М. Фізична культура в школі : молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський, 2014. 290 с.
6. Єдинак Г. А., Галаманжук Л. Л., Мисів В. М., Зубаль М. В., Клюс О. А. Соматотипи та фізичний стан дітей і молоді : монографія. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2021
7. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення : підручник Київ : Олімпійська література, 2017. Т. 2. 384 с.
8. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О.С., та інші). 206 с. https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2021/14.07/Model.navch.prohr.5-9.klas.NUSH-poetap.z.2022/Fiz.kult.5-6.kl.Pedan.ta.in.12.08.pdf
9. Науково-методичний супровід діяльності вчителів фізичної культури та захисту вітчизни. URL: http://cmsps.fizkultura.kr.sch.in.ua/navchaljno-metodichne_zabezpechennya/navchaljni_programi/
10. Нова фізична культура для НУШ: як змінюються уроки. URL https://osvita.ua/school/83843/
11. Нова Українська школа. URL: https://nus.org.ua
12. Освітня програма «Впевнений старт» для дітей старшого дошкільного віку / за заг. наук. ред. Т.О. Піроженко. Київ: Українська академія дитинства, 2017. 80 с.
13. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Солопчук Д. М., Боднар А. О. Методика фізичного виховання школярів : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. 292 с.
14. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Солопчук Д. М., Заікін А. В. Методики фізичного виховання різних груп населення : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2012. 480 с.
15. Типова освітня програма закладів загальної середньої освіти ІІІ ступеня, затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 20.04.2018 No 406. URL: https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-tipovoyi-osvitnoyi-programi-zakladiv-zagalnoyi-serednoyi-osviti-iii-stupenya
16. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти ФК 1-2 кл. О. Савченко. URL: https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxmaXppY25ha3VsdHVyYTIwMTR8Z3g6NDNhZjM0ZGIzYWE0NWFjOA
17. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти ФК 3-4 Р. Шиян. URL:https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxmaXppY25ha3VsdHVyYTIwMTR8Z3g6NzlhOWM2MzE3Yzc0MDE0OA
18. Чистякова М., Потапчук С., Скавронський О. Практикум з методики фізичного виховання: навчально-методичний посібник [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2022. 125 с. URL: http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/6526

19. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посібник. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2004. Частина 1. 272 с.
20. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2004. Частина 2. 248 с.
21. Banakh, V., Iedynak, G., Galamanzhuk, L., Blavt, O., Faidevych, V., Hrebik, O., & Musiyenko, O. (2025). Clarifying Differences in the Manifestation of Young Men's Motor Fitness Components in the Absence of Compulsory Physical Activity. *Physical Education Theory and Methodology, 25*(2), 277-285. https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.2.08 ;
22. Blavt, O., Iedynak, G., Galamanzhuk, L., Helzhynska, T., Kachurak, Y., Mykhalska Y., Levandovska, L., & Tymkovych, R. (2025). Software and Hardware Control System for Implementing the Balance Error Scoring System. *Physical Education Theory and Methodology*, *25*(3), 609–617. https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.3.17

Допоміжна

1. Бісмак О.В. Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах: навч. посіб. Харків : Вид-во Бровін О.В. 2010. 202 с.
2. Васьков Ю. В., Пашков І. М. Робочий зошит вчителя. 1-4 класи. Харків : Торсінг, 2004. С. 19-22.
3. Васьков Ю.В. Інструктивно-методичні рекомендації щодо підвищення якості уроку фізичної культури. Теорія та методика фізичного виховання. 2004. № 2. С. 20.
4. Вільчковський Е. В., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посібник. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
5. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С. URI: https://tinyurl.com/vebm4byw
6. Волкова С.С. Використання дихальної гімнастики О.Стрельникової у фізичній реабілітації хворих на стенокардію напруження. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013. № 3. С 105-108.
7. Гусєв В. Формування правильної постави на уроках фізичної культури в початкових класах. Фізичне виховання в школі. 2008. № 1. С. 34.
8. Даниленко С. О. Використання елементів інноваційних технологій на уроках фізичної культури. Фізичне виховання в школах України. 2009. № 1. С. 3.
9. Дубенчук А. Основи методики самостійних занять фізичними вправами. Здоров'я та фізична культура. 2006. № 35. С. 8.
10. Єдинак Г. А., Плахтій П. Д., Яценюк Ю. В. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський, 2000. 305 с.
11. Єдинак Г.А., Зубаль М.В., Мисів В.М. Соматотипи і розвиток фізичних якостей дітей : монографія. Кам'янець-Подільський : Оіюм, 2011. 280 с.
12. Бушляков А., Чопік О., Єдинак Г. Стан розвитку деяких психічних функцій та фізичної активності учнів 10-11 років із інтелектуальними порушеннями. *Освіта. Інноватика. Ппрактика*. 2025. Том 13, № 10. С. 23-30. doi: 10.31110/2616-650x-vol13i10-003 ; https://www.oip-journal.org/index.php/oip/article/view/682
13. Банах В., Єдинак Г., Клюс О., Галаманжук Л., Балацька Л., Римар С. Стан стресостійкості та вияву морфофункціональних показників протягом першого року навчання дівчат у закладі вищої освіти. *Вісник Кам'янець-Подільського нац. у-ту. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2024. Вип. 29, № 2. С. 56-62. https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-29(2).56-62
14. Курівський Я., Єдинак Г. Рухова активність дітей з особливими освітніми потребами у процесі змішаного навчання: стан та тенденції**.** Вісник Кам'янець-Подільського нац. у-ту. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2023. Вип. 28 , № 4. С. 216-223. https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28(4).216-223
15. Мицкан Т., Єдинак Г., Потапчук С. Акмеологічна компетентність бакалаврів фізичної культури. *Вісник Кам`янець-Подільського нац. у-ту імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров`я людини.* 2022. Випуск 25 С.78-88. https://doi.org/10.32626/2309-8082.2022-25.78-88
16. Стасюк В., Єдинак Г., Заікін А., Бабич Т., Лесько О., Петров А., Арабський А. Стан мотивації досягнення та уникнення у дівчат із порушеними функціями опорно-рухового апарату під час підготовки до основних змагань. *Вісник Кам`янець-Подільського нац. у-ту імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров`я людини.* 2022. Випуск 27 С.183-189. https://doi.org/10.32626/2309-8082.2022-27.183-189
17. Крайнюков О. Використання нестандартного обладнання за методом колового тренування. Здоров'я та фізична культура. 2008. № 8. С. 15.

18. Мазур В. А., Єдинак Г. А. Залучення учнів спеціальної медичної групи до фізичної активності під час навчання в основній школі : метод. посіб. Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. 148 с.

19. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (денна форма навчання) з навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» спеціальність 012 «Дошкільна освіта.

20. Мельниченко О. Формування постави, ходи. Здоров'я і фізична культура. 2008. № 9. С. 28.

21. Мокринська Л. План-конспект інноваційного уроку фізичної культури. Фізичне виховання в школі. 2008. № 2. С. 5.

22. Муштовата В. Сюжетно-рольовий урок для учнів спеціальної медичної групи початкової школи. Здоров'я і фізична культура. 2007. № 15. С. 22.

23. Нагорна О. Розробки уроків та позакласних заходів (Конспект індивідуального реабілітаційного заняття при спастичній дисплегії). Здоров'я і фізична культура. 2008. № 9. С. 9.

24. Освітня програма «Впевнений старт» для дітей старшого дошкільного віку / [Н. В. Гавриш, Т. В. Панасюк, Т. О. Піроженко, О. С. Рогозянський, О. Ю. Хартман, А. С. Шевчук]; За заг. наук. ред. Т. О. Піроженко. К. : Українська академія дитинства, 2017. 80 с.

25. Презентація «Базового компонента дошкільної освіти» (нова редакція) https://mon.gov.ua/storage/app/media/doshkilna/2020/21.12/bazovyy%20komponent%20doshkillya.pdf)

26. Про затвердження гранично допустимого навчального навантаження на дитину в дошкільних навчальних закладах різних типів та форм власності https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0520-15#Text

27. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Чаплінський Р. Б. Фізичне виховання студентської молоді : методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 2003. 74 с.

28. Солопчук М. С., Шишкін О. П. Нетрадиційні види занять фізичними вправами у фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми середнього та похилого віку. Кам'янець-Подільський, 1999.

29. Технології організації рухової діяльності: навчально-методичний посібник /[колектив авторів] [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець- Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. Об'єм даних 9,7 Мб. Обл.-вид. арк. 9,4.

30. Яремко М. О., Кость М. М., Костовський М. Г. Засоби та методи розвитку фізичних якостей студентів вищих навчальних закладів : методичні рекомендації. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2008. 20 с.

15. Рекомендовані джерела інформації

1. Корисні ресурси інтернету.

https://mms.gov.ua/	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/	Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
https://tinyurl.com/ye4434jw	Офіційний сайт журналу «Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»
http://sportmon.org/	Офіційний сайт Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
https://tinyurl.com/yc8bc59x	Всеосвіта – база рефератів
https://prometheus.org.ua/	Офіційний сайт українського громадського проєкту масових відкритих онлайн-курсів
https://www.ed-era.com/courses/	Офіційний сайт студії онлайн освіти в Україні
ht tp://www.nbuv.gov.ua	Бібліотека ім. В.І. Вернадського
https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagaln	Нова Українська школа. Концептуальні засади -

a%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf	
https://www.youtube.com/watch?v=NPfYAt-74tw&t=2s	Естафети Cool Games - як правильно грати.
http://cmsps.fizkultura.kr.sch.in.ua/navchaljno-metodichne_zabezpechennya/navchaljni_programi/	Науково-методичний супровід діяльності вчителів фізичної культури та захисту вітчизни
ttps://www.cyclus2.com/pwc-test.htm	Physical Working Capacity
www.busa.org.uk/	Student sport