

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра фізичного виховання

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Декан гуманітарно-педагогічного факультету
Інна САВИЦЬКА
“29” 08 Пром 2024 р.

“СХВАЛЕНО”
на засіданні кафедри фізичного виховання
Протокол № 1а від “24” 08 2024 р.
Микола КОСТЕНКО Завідувач кафедри
Микола КОСТЕНКО

“РОЗГЛЯНУТО”
Гарант ОПП «Фізична культура і спорт»,
Микола КОСТЕНКО Микола КОСТЕНКО

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ
ВИЩОЇ ОСВІТИ»**

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Галузь знань 01 – Освіта/Педагогіка
Спеціальність: 017 – Фізична культура і спорт
Освітня програма: Фізична культура і спорт
Гуманітарно-педагогічний факультет
Розробники: Мирошніченко В.О., доцент кафедри фізичного виховання, доктор
філософії, доцент

Київ – 2024 р.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 3 «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ»

Дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти» формує у студентів знання про основи організації, планування та проведення фізичного виховання в ЗВО. Вона охоплює теоретичні засади рухової активності, методику викладання фізичних вправ, принципи побудови занять, оцінювання фізичної підготовленості, а також сприяє розвитку педагогічних умінь і навичок. Метою курсу є підготовка фахівців, здатних ефективно впроваджувати фізичне виховання як засіб зміцнення здоров'я, гармонійного розвитку і професійної підготовки молоді.

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	
Освітній ступінь	<i>магістр</i>
Галузь знань	<i>01 Освіта/Педагогіка</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Освітньо-професійна програма	<i>«Фізична культура і спорт»</i>
Характеристика навчальної дисципліни	
Вид	<i>Обов'язковий освітній компонент</i>
Загальна кількість годин	<i>120</i>
Кількість кредитів ECTS	<i>4</i>
Кількість змістових модулів	<i>2</i>
Курсовий проект (робота) (за наявності)	<i>Не передбачено</i>
Форма контролю	<i>Екзамен</i>
Показники навчальної дисципліни для денної форми навчання	
	<i>денна форма навчання</i>
Рік підготовки (курс)	<i>перший</i>
Семестр	<i>перший</i>
Лекційні заняття	<i>30</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>30</i>
Лабораторні заняття	<i>-</i>
Самостійна робота	<i>60</i>
Індивідуальні завдання	<i>-</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання:	
аудиторних	<i>4 год.</i>
самостійна робота студента	<i>4 год.</i>

2. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти» полягає у формуванні у студентів цілісного уявлення про основи фізичного виховання, розвитку теоретичних знань і практичних навичок, необхідних для організації та проведення занять із

фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Особлива увага приділяється розвитку педагогічної майстерності, вивченню методик навчання фізичним вправам, розвитку фізичних якостей студентів, а також формуванню уявлення про сучасні підходи до фізичного виховання і здорового способу життя.

Набуття компетентностей:

Інтегральна компетентність (ІК):

Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

Фахові (спеціальні) компетентності (ФК):

СК3. Здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти.

СК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.

СК9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.

Результати навчання (РН):

РН2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

РН4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефаківців, зокрема до осіб, які навчаються.

РН5. Розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти.

3. ПРОГРАМА ТА СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин (денна форма навчання)				
	тижні	усього	у тому числі		
			лекції	практич ні	СРС
Змістовний модуль 1. Основи теорії фізичного виховання					
Тема 1.1. (Лекція 1) Предмет теорії фізичного виховання і її місце в загальній системі наукових знань. Визначення основних понять	1	8	2	2	4
Тема 1.2.(Лекція 2) Система фізичного виховання.	2	8	2	2	4
Тема 1.3. (Лекція 3) Засоби фізичного виховання	3	8	2	2	4
Тема 1.4. (Лекція 4) Принципи організації та побудови процесу фізичного виховання у ЗВО.	4	8	2	2	4
Тема 1.5. (Лекція 5) Методи фізичного виховання у практиці занять	5	8	2	2	4

зі студентами.					
Тема 1.6. (Лекція 6) Рухові якості: основні поняття, силові здібності, гнучкість, координаційні здібності	6	8	2	2	4
Тема 1.7. (Лекція 7) Рухові якості студентів: швидкісні, спритнісні та витривалісні характеристики.	7	8	2	2	4
Тема 1.8. (Лекція 8) Тенденції розвитку фізичної культури і спорту на рівні громад: від локальних проєктів до державних програм	8	8	2	2	4
Разом за змістовним модулем 1	7	64	16	16	32
Змістовний модуль 2. Основи методики фізичного виховання у вищій школі					
Тема 2.1. (Лекція 9) Історичний розвиток теорії і методики фізичного виховання та її становлення у системі вищої освіти.	9	8	2	2	4
Тема 2.2. (Лекція 10) Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності	10	8	2	2	4
Тема 2.3. (Лекція 11) Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання	11	8	2	2	4
Тема 2.4. (Лекція 12) Методика організації занять зі студентами спеціальних медичних груп. Профілактика захворювань та адаптивне фізичне виховання.	12	8	2	2	4
Тема 2.5. (Лекція 13) Фізичне виховання у студентському середовищі. Особливості фізичної підготовки майбутніх фахівців	13	8	2	2	4
Тема 2.6. (Лекція 14) Проблематика точної постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання	14	8	2	2	4
Тема 2.7. (Лекція 15) Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у вищій школі. Планування, контроль та облік у процесі фізичного виховання студентів.	15	8	2	2	4
Разом за змістовним модулем 2	8	56	14	14	28
Усього годин	15	120	30	30	60

4. ТЕМИ ЛЕКЦІЙ

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
1.	Тема 1.1. (Лекція 1) Предмет теорії фізичного виховання і її місце в загальній системі наукових знань. Визначення основних понять	2
2.	Тема 1.2. (Лекція 2) Система фізичного виховання.	2
3.	Тема 1.3. (Лекція 3) Засоби фізичного виховання	2
4.	Тема 1.4. (Лекція 4) Принципи організації та побудови процесу фізичного виховання у ЗВО.	2
5.	Тема 1.5. (Лекція 5) Методи фізичного виховання у практиці занять зі студентами.	2
6.	Тема 1.6. (Лекція 6) Рухові якості: основні поняття, силові здібності, гнучкість, координаційні здібності	2
7.	Тема 1.7. (Лекція 7) Рухові якості студентів: швидкісні, спритнісні та витривалісні характеристики.	2
8.	Тема 1.8. (Лекція 8) Тенденції розвитку фізичної культури і спорту на рівні громад: від локальних проєктів до державних програм	2
9.	Тема 2.1. (Лекція 9) Історичний розвиток теорії і методики фізичного виховання та її становлення у системі вищої освіти.	2
10.	Тема 2.2. (Лекція 10) Сучасний стан та перспективи реформування	2

	національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності	
11.	Тема 2.3. (Лекція 11) Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання	2
12.	Тема 2.4. (Лекція 12) Методика організації занять зі студентами спеціальних медичних груп. Профілактика захворювань та адаптивне фізичне виховання.	2
13.	Тема 2.5. (Лекція 13) Фізичне виховання у студентському середовищі. Особливості фізичної підготовки майбутніх фахівців.	2
14.	Тема 2.6. (Лекція 14) Проблематика точної постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання	2
15.	Тема 2.7. (Лекція 15) Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у вищій школі. Планування, контроль та облік у процесі фізичного виховання студентів.	2
	Разом	30

5. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ З ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
1.	Аналіз сучасних підходів до фізичного виховання у закладах вищої освіти	2
2.	Розробка комплексів фізичних вправ для студентів з різним рівнем фізичної підготовленості	2
3.	Партнерство закладів вищої освіти та територіальних громад у сфері розвитку масового спорту	2
4.	Організація занять з ігрових видів спорту (футбол, волейбол, баскетбол) для студентів	2
5.	Методика навчання гімнастичним вправам у фізичному вихованні студентів	2
6.	Технології та методи оцінки фізичної підготовленості студентів	2
7.	Планування та проведення занять з аеробіки та фітнесу для студентів	2
8.	Особливості проведення занять з фізичного виховання для студентів з ослабленим здоров'ям	2
9.	Педагогічний контроль і корекція навантажень у процесі фізичного виховання	2
10.	Організація та проведення студентських спортивних змагань	2
11.	Методика проведення занять з плавання у закладах вищої освіти	2
12.	Використання інноваційних технологій у фізичному вихованні студентів	2
13.	Методика навчання спортивним іграм у закладах вищої освіти	2
14.	Розробка та впровадження оздоровчих програм для студентів у вищих навчальних закладах	2
15.	Формування мотивації до занять фізичним вихованням серед студентів	2
	Разом	30

6. САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ

Головна мета самостійної роботи студентів – закріплення і поглиблення набутих знань, оволодіння прийомами процесу пізнання, розвиток пізнавальних здібностей, а також формування навичок самостійної роботи в навчальній,

науковій, професійній діяльності, здатності приймати на себе відповідальність, самостійно вирішувати проблеми, знаходити конструктивні рішення, вихід із кризових ситуацій тощо.

Завдання для самостійної роботи студентів:

1. Вдосконалити набуті уміння та навички.
2. Опрацювати рекомендовані інформаційні джерела для самостійної роботи.
3. Оволодіти знаннями з тем, які винесені на самостійне опрацювання студентами.
4. Підготувати реферат за обраною темою з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти».
5. Підготувати презентацію за обраною темою з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти».

Теми для самостійного опрацювання студентами

№ з/п	Назва теми	К-сть годин
1.	Історичні етапи розвитку фізичного виховання у закладах вищої освіти України та світу.	4
2.	Психолого-педагогічні основи організації фізичного виховання студентської молоді.	4
3.	Методи оцінки фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів у ЗВО.	4
4.	Сучасні підходи та моделі організації фізичного виховання у закладах вищої освіти.	4
5.	Методика викладання спортивних ігор у системі фізичного виховання студентів.	4
6.	Профілактика травматизму та безпека під час занять фізичним вихованням у ЗВО.	4
7.	Інноваційні технології та цифрові засоби у фізичному вихованні студентів.	4
8.	Аналіз локальних проєктів з розвитку фізичної культури у територіальних громадах.	4
9.	Засоби і методи корекції фізичного стану студентів засобами фізичної культури.	4
10.	Основи здоров'язбережувальної діяльності у процесі фізичного виховання у ЗВО.	4
11.	Форми та методи позааудиторної фізкультурно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти.	4
12.	Співпраця закладів вищої освіти з територіальними громадами у розвитку масового спорту	4
13.	Організація та проведення спортивно-масових заходів у закладах вищої освіти.	4
14.	Індивідуальні програми фізичного виховання для студентів різного рівня фізичної підготовленості.	4
15.	Актуальні проблеми фізичного виховання у вищій школі та шляхи їх вирішення.	4
	Разом	60

Теми для рефератів (орієнтовні)

1. Предмет, завдання та місце теорії і методики фізичного виховання в системі наукових знань.
2. Система фізичного виховання у закладах вищої освіти: структура, мета, завдання.
3. Засоби фізичного виховання: класифікація, характеристика, ефективність застосування.
4. Принципи організації та побудови процесу фізичного виховання студентів.
5. Методи фізичного виховання: словесні, наочні, практичні, ігрові, змагальні.
6. Основні рухові якості: зміст, методика розвитку сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості, координаційних здібностей.
7. Загальні основи навчання рухових дій: етапи, закономірності, методи.
8. Історія розвитку теорії і методики фізичного виховання як науки та навчальної дисципліни.
9. Сучасний стан і тенденції розвитку системи фізичного виховання у вищій школі України.
10. Особливості фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп. Адаптивне фізичне виховання.
11. Профілактика захворювань і зміцнення здоров'я студентської молоді засобами фізичного виховання.
12. Фізичне виховання студентів і професійно-прикладна фізична підготовка у ЗВО.
13. Планування, контроль і облік у фізичному вихованні студентів.
14. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у системі вищої освіти.
15. Формування цінностей здорового способу життя та фізичної культури особистості студентської молоді.

Теми для презентацій з дисципліни

1. Теорія і методика фізичного виховання як наука та навчальна дисципліна.
2. Система фізичного виховання в Україні: структура, проблеми та перспективи розвитку.
3. Засоби фізичного виховання та їх роль у формуванні здоров'я студентів.
4. Принципи фізичного виховання: сутність і практичне застосування у ЗВО.
5. Методи фізичного виховання: сучасні підходи та ефективність використання.
6. Розвиток сили, швидкості, витривалості, гнучкості та координації у студентської молоді.
7. Етапи навчання рухових дій: від засвоєння до вдосконалення.
8. Історичні етапи розвитку фізичного виховання у вищій школі.
9. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у практиці вищої освіти.
10. Фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп: завдання та методи.
11. Адаптивне фізичне виховання: світовий досвід та українська практика.

12. Фізична підготовка студентів як особлива форма фізичного виховання.
13. Планування, контроль і облік у фізичному вихованні студентів.
14. Формування мотивації студентів до занять фізичною культурою.
15. Роль фізичного виховання у формуванні особистості та професійної компетентності майбутнього фахівця.

7. МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ:

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист практичних робіт.

Методи та засоби діагностики результатів навчання з дисципліни застосовуються під час проведення практичних занять для перевірки рівня підготовленості здобувачів вищої освіти до виконання конкретної роботи.

За допомогою цих методів і засобів проводиться проміжна атестація після вивчення програмного матеріалу для визначення рівня знань здобувачів вищої освіти з програмного матеріалу, отриманих під час усіх видів занять і самостійної роботи.

Семестрова атестація (підсумкова) проводиться у формі семестрового екзамену.

7.1. Контрольні запитання з модулю 1.

«Основи теорії фізичного виховання»

1. Визначте предмет теорії фізичного виховання, її місце в загальній системі наукових знань.
2. Опишіть джерела виникнення і розвитку теорії фізичного виховання у закладах вищої освіти.
3. Дайте визначення основним поняттям теорії фізичного виховання у закладах вищої освіти.
4. Дайте визначення поняттям системи фізичного виховання.
5. Опишіть Українську національну систему фізичного виховання.
6. Сформулюйте мету та завдання системи фізичного виховання.
7. Визначте основні поняття засобів фізичного виховання у закладах вищої освіти.
8. Дайте визначення змісту і форми фізичних вправ.
9. Класифікація фізичних вправ.
10. Опишіть техніку фізичних вправ та характеристику рухів.
11. Опишіть природні сили і гігієнічні фактори, як додаткові засоби фізичного виховання у закладах вищої освіти.
12. Сформулюйте загальну характеристику принципів фізичного виховання у закладах вищої освіти.
13. Розкрийте зміст принципу свідомості і активності.
14. Розкрийте зміст принципу наочності.
15. Розкрийте зміст принципу доступності і індивідуалізації.
16. Розкрийте зміст принципу систематичності.

17. Розкрийте зміст принципу міцності та прогресування.
18. Дайте визначення поняттям методів фізичного виховання.
19. Охарактеризуйте загальні вимоги до підбору та використання методів фізичного виховання.
20. Охарактеризуйте практичні методи навчання і тренування рухових дій.
21. Охарактеризуйте метод використання слова.
22. Охарактеризуйте метод демонстрації.
23. Охарактеризуйте методичні прийоми вправлення.
24. Охарактеризуйте засоби навчання рухових дій.
25. Дайте визначення основним поняттям про фізичні якості. Охарактеризуйте фізичну якість – сила.
26. Розкрийте зміст основи методики розвитку силових здібностей.
27. Охарактеризуйте фізичну якість – гнучкість.
28. Розкрийте зміст засобів та методики розвитку гнучкості.
29. Охарактеризуйте координаційні здібності людини.
30. Розкрийте зміст засобів та методики розвитку координаційних здібностей.
31. Охарактеризуйте фізичну якість – швидкість (пруdkість).
32. Розкрийте зміст засобів та методики розвитку швидкісних здібностей (пруdkості).
33. Охарактеризуйте фізичну якість – витривалість.
34. Розкрийте зміст методики розвитку витривалості.
35. Охарактеризуйте рухову якість – спритність.
36. Розкрийте зміст та засоби методики розвитку спритності.
37. Дайте визначення поняттям рухових умінь і навичок.
38. Розкрийте зміст структури процесу навчання рухових дій.
39. Розкрийте зміст поняття «програмоване навчання».

Контрольні запитання з модулю 2

«Основи методики фізичного виховання»

40. Опишіть зміст, характерні риси і структуру побудови заняття з фізичного виховання.
41. Розкрийте зміст завдань та вимог до занять з фізичного виховання.
42. Опишіть критерії підготовки та проведення занять з фізичного виховання.
43. Опишіть основи дозування навантажень на занятті з фізичного виховання.
44. Охарактеризуйте оцінювання діяльності студентів на заняттях з фізичного виховання.
45. Охарактеризуйте самостійні заняття студентів фізичними вправами.
46. Підвищення інтересу в студентів до занять фізичним вихованням.
47. Опишіть критерії диференціації студентів у спеціальних медичних групах для занять з фізичного виховання.
48. Дайте визначення завданням фізичного виховання в студентів віднесених до спеціальних медичних груп.
49. Опишіть особливості застосування засобів, принципів і методів фізичного виховання під час занять з студентами спеціальної медичної групи.

50. Профілактика захворювань засобами фізичного виховання.
51. Охарактеризуйте сутність адаптивного фізичного виховання для студентів.
52. Сформулюйте значення, цілі і завдання фізичного виховання студентської молоді.
53. Сформулюйте основні напрямки діяльності кафедр фізичного виховання, спортивних клубів, спортивно-оздоровчих центрів, ДЮСШ.
54. Охарактеризуйте специфіку роботи викладача фізичного виховання в ЗВО.
55. Опишіть фактори, що впливають на здоров'я дорослої людини.
56. Охарактеризуйте профілактику травматизму під час виконання фізичних вправ.
57. Які форми партнерства між закладами вищої освіти та територіальними громадами сприяють розвитку масового спорту?
58. Страхування та самострахування під час виконання фізичних вправ.
59. Охарактеризуйте першу долікарську допомогу при травмах голови та кровотечах.
60. Охарактеризуйте різновиди сучасних форм фізичної активності населення.
61. Охарактеризуйте інноваційні та сучасні засоби для різних форм фізичної активності.
62. Охарактеризуйте «Мотивацію» як компонент структури навчальної діяльності з фізичного виховання в студентів.

7.2. Зразок тестових питань

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ			
ОС магістр спеціальність _017 «Фізична культура і спорт»	Кафедра _фізичної культури і спорту_ 2024-2025 н. р.	ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ №__1__ з дисципліни <u>Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти</u>	Затверджую Зав. кафедри Костенко М.П. _____20__р._
Експериментальні запитання			
1. Розкрийте зміст і структуру системи фізичного виховання у закладах вищої освіти.			
2. Дайте характеристику основних засобів фізичного виховання та їх значення у зміцненні здоров'я студентів.			
Тестові завдання різних типів			
1. Вставте пропущене слово у реченні: Основним завданням фізичного виховання студентської молоді є ...			
(у бланку відповідей подати одним словом).			
2. Який принцип фізичного виховання означає врахування рівня підготовленості, індивідуальних особливостей і стану здоров'я студентів?			
1	Принцип систематичності		
2	Принцип свідомості та активності		
3	Принцип індивідуалізації		
4	Принцип доступності		

3. Засобами фізичного виховання є: А. Фізичні вправи Б. Природні сили природи В. Гігієнічні фактори Г. Усі перелічені варіанти	
4.Оберіть правильну відповідь. Хто вважається засновником науково обґрунтованої системи фізичного виховання у вищій школі України? 1. Петро Францович Лесгафт 2. Іван Боберський 3. Михайло Булгаков 4. П'єр де Кубертен	
5. Установіть відповідність між методами фізичного виховання та їх характеристикою:	
1. Словесні методи 2. Наочні методи 3. Практичні методи	А. Спрямовані на пояснення, розповідь, інструктаж Б. Використовують показ вправ, ілюстрації, відеоматеріали В. Полягають у виконанні фізичних вправ, ігор, тренувань
6. Які рухові якості відносяться до «основних»? А. Сила, швидкість, витривалість, гнучкість, координація Б. Спритність, реакція, увага В. Стійкість, витримка, мужність Г. Жодна відповідь не вірна	
7. До методів навчання рухових дій належать: 1. Цілісний 2. Частковий 3. Змагальний 4. Усі перелічені	
8 .Вставте пропущене слово у реченні: Основною організаційною формою фізичного виховання у ЗВО є ...	
9. Хто з українських учених і педагогів вважається засновником наукової системи фізичного виховання, що вплинула на розвиток вищої школи? А. П.Ф. Лесгафт Б. І. Боберський В. М. Булгаков Г. М. Пирогов	
10. Що характеризує принцип систематичності у фізичному вихованні? 1. Поєднання розумового й фізичного навантаження 2. Регулярність і поступовість занять 3. Змагальність і контроль 4. Використання різних засобів	

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час викладання дисципліни застосовуються такі методи навчання:

1. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

а) За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

б) За логікою передачі і сприйняття навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

в) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові.

г) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою.

2. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

9. ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно з чинним «Положенням про екзамени та заліки у НУБіП України».

9.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Змістовний модуль 1. Основи теорії фізичного виховання		
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 1	Знати: 1. Предмет, завдання та місце теорії фізичного виховання в системі наукових знань. 2. Основні поняття та категорії у сфері фізичного виховання. 3. Структуру, зміст і особливості системи фізичного виховання. 4. Засоби фізичного виховання: фізичні вправи, природні сили природи, гігієнічні фактори. 5. Принципи побудови процесу фізичного виховання (свідомості й активності, наочності, систематичності, доступності, індивідуалізації тощо). 6. Методи фізичного виховання: словесні, наочні, практичні, ігрові, змагальні, контрольні. 7. Класифікацію і зміст основних рухових якостей (сила, гнучкість, координація, швидкість, спритність, витривалість). 8. Загальні закономірності навчання рухових дій, етапи оволодіння руховою дією. Вміти: 1. Визначати й пояснювати основні поняття та категорії теорії фізичного виховання. 2. Аналізувати систему фізичного виховання та обґрунтовувати її елементи. 3. Добирати та застосовувати різні засоби фізичного виховання відповідно до мети й завдань занять. 4. Використовувати принципи побудови процесу фізичного виховання під час організації занять. 5. Обирати й поєднувати методи фізичного виховання залежно від контингенту студентів і умов проведення занять. 6. Оцінювати прояви та рівень розвитку основних рухових якостей у студентів. 7. Планувати вправи для розвитку сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості й координаційних здібностей.	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 2		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 3		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 4		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 5		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 6		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 7		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 8		10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи		10

	8. Застосовувати методичні прийоми навчання рухових дій з урахуванням їх етапності та індивідуальних особливостей студентів.	
Модульна контрольна робота 1		10
Всього за модулем 1		100
Змістовний модуль 2. Основи методики фізичного виховання у вищій школі		
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 9	Знати: 1. Історичні етапи становлення та розвитку теорії і методики фізичного виховання як науки й навчальної дисципліни. 2. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні, особливості організації фізичного виховання у ЗВО. 3. Актуальні проблеми та завдання фізичного виховання студентської молоді. 4. Основні аспекти формування особистості у процесі фізичного виховання, роль фізичної культури у вихованні ціннісних орієнтацій. 5. Методичні основи фізичного виховання учнів і студентів спеціальних медичних груп, принципи адаптивного фізичного виховання. 6. Підходи до профілактики захворювань засобами фізичної культури. 7. Особливості фізичного виховання студентів та завдання й специфіку їхньої фізичної підготовки. 8. Сутність та значення правильної постановки завдань у процесі фізичного виховання. 9. Принципи, що регламентують процес фізичного виховання, їх сучасне трактування. 10. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології, їх класифікацію та сферу застосування. 11. Основи планування, контролю й обліку у процесі занять фізичною культурою. Вміти: 1. Пояснювати історичні тенденції розвитку ТiМФВ і робити їх науково-методичний аналіз. 2. Аналізувати сучасний стан і проблеми фізичного виховання в Україні, пропонувати напрями вдосконалення у ЗВО. 3. Визначати виховні можливості фізичного виховання та застосовувати їх для розвитку особистості студентів. 4. Розробляти та адаптувати програми занять для студентів спеціальних медичних груп. 5. Використовувати засоби фізичного виховання з метою профілактики захворювань і зміцнення здоров'я. 6. Планувати та організовувати фізичну підготовку студентів з урахуванням специфіки завдань. 7. Формулювати завдання занять і навчальних модулів з урахуванням принципів фізичного виховання. 8. Застосовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у практичній діяльності. 9. Використовувати методи планування, контролю й обліку в організації фізичного виховання студентів.	20
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 10		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 11		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 12		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 13		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 14-15		10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи		20
Модульна контрольна робота 2		10
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 \cdot 0,7 \leq 70$	

Екзамен	30
Всього за курс	(Навчальна робота + екзамен) ≤ 100

9.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

9.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Презентації, тестові завдання, доповіді, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності:	Презентації, тестові завдання, доповіді повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

9.4. КРИТЕРІЇ ТА ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ СТУДЕНТІВ З ДИСЦИПЛІНИ

Критерії оцінювання самостійної роботи студентів Критерії оцінювання реферату (до 10 балів)

№ п/п	Вимоги до написання реферату	Бали
1	Зовнішній вигляд і оформлення (застосування комп'ютера, розміри полів, шрифту, інтервал)	1
2	Дотримання структури і обсягу реферату (титульна сторінка, зміст, вступ, основна частина, висновки, список інформаційних джерел)	2
3	Обґрунтування актуальності обраної теми	2
4	Відповідність змісту реферату обраній темі: повнота, правильність, глибина, системність висвітлення теми	3
5	Чіткість висновків, які відповідають темі реферату	1
6	Відповідність та новизна інформаційних джерел обраній тематиці	1
7	Загальна оцінка:	10

Критерії оцінювання презентації (до 15 балів)

№ п/п	Вимоги до написання презентації	Бали
1	Зовнішній вигляд і оформлення (застосування програми PowerPoint, чіткість дотримання стилю, завершеність думки на кожному слайді, заголовки слайдів, орфографія)	2
2	Дотримання структури і обсягу дослідження (назва, вступ, основна частина, висновки, обсяг від 15 слайдів)	2
3	Зрозумілість та логічність представлення ходу дослідження	2
4	Відповідність змісту дослідження обраній темі: повнота, правильність, глибина, системність висвітлення теми	5
5	Чіткість висновків, які відповідають темі презентації	2
6	Відповідність та новизна інформаційних джерел обраній тематиці	2
7	Загальна оцінка:	15

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи

Модульна контрольна робота складається з двох теоретичних або 30-ти тестових запитань по всім темам модуля. Повна правильна відповідь на одне теоретичне запитання оцінюється максимально в 15 балів, тестове – 1 бал. За модульну контрольну роботу можна отримати максимально 30 балів (2 запитання по 15 балів або 30 тестових – 30 балів).

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
13-15	В повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань. Використовує знання з обов'язкових і додаткових літературних джерел.
10-12	Достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки.
7-9	В цілому володіє навчальним матеріалом викладає його основний зміст під час письмових відповідей, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, без використання необхідної літератури допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки.
4-6	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час письмових відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань, допускаючи при цьому суттєві неточності.
1-3	Частково володіє навчальним матеріалом не в змозі викласти зміст більшості питань теми під час письмових відповідей, допускаючи при цьому суттєві помилки.

Критерії оцінювання відповідей на екзаменаційні питання

Відповідь на одне екзаменаційне запитання, оцінюється до 10 балів (2

питання по 10 балів):

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	В повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу.
7-8	Достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки.
5-6	В цілому володіє навчальним матеріалом викладає його основний зміст під час усних виступів та письмових відповідей, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, без використання необхідної літератури допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки.
3-4	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності.
1-2	Частково володіє навчальним матеріалом не в змозі викласти зміст більшості питань теми під час усних виступів та письмових відповідей, допускаючи при цьому суттєві помилки.

Критерії оцінювання відповідей на тестові запитання

Відповіді на тестові завдання оцінюються максимально до 10 балів. За кожну правильну відповідь на запитання, студент отримує 1 бал (10 питань по 1 балу).

10. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Методичним забезпеченням навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання в закладах вищої освіти» є:

- посилання на цифрові освітні ресурси;
- підручники, навчальні посібники, практикуми;
- методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти денної форми здобуття вищої освіти;
- ця робоча програма;
- методичні матеріали, що забезпечують самостійну роботу студентів;
- завдання для самостійної роботи студентів;
- контрольні питання для поточного і підсумкового контролю;
- слайди, відео фрагменти навчального матеріалу;
- електронні презентації навчального матеріалу.

11. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» / Уклад. О. Отрошко, М. Костенко, В. Мирошніченко. Київ: НУБіП України, 2025. 152 с.
2. Теорія технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник / С.Ю. Путров, С.С. Бринзак, В.О. Мирошніченко. Київ: НУБіП України, 2025. 198 с.

Додаткова література

1. Гауряк О.Д., Доцюк Л.Г. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах: навчально-методичний посібник. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2021. 156 с.
2. Краснов В.П. Рухова активність як компонент здорового способу життя : навч.-метод. посібник / В.П. Краснов, М.П. Костенко, С.В. Гордєєва, О.В. Отрошко, О.І. Мироненко, С.Г. Лисенко. Ніжин: НДУ ім. М.В. Гоголя. 2019 р. 40 с.
3. Крупко Н.В., Мирошніченко В.О. Технології розвитку силових здібностей в адаптивному фізичному вихованні: методичні рекомендації для студентів ОС «Бакалавр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 59 с.
4. Методика викладання спортивно-методичних дисциплін у закладах вищої освіти фізичного виховання і спорту: навчальний посібник / За заг. ред. В.Г. Папуші. Тернопіль: Підручники і посібники, 2018. 352 с.
5. Мирошніченко В.О. Методичні рекомендації до самостійної роботи з лікувально-профілактичної гімнастики для спортсменів: методичні рекомендації для студентів ОС «Бакалавр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 59 с.
6. Мирошніченко В.О. Сучасний силовий фітнес: методичні рекомендації для студентів ОС «Бакалавр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 64 с.
7. Отрошко О., Костенко М. Теорія фізичного виховання: тексти лекцій до модуля «Теорія фізичного виховання» з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів освітнього ступеня «бакалавр» галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 70 с.