



СИЛАБУС
освітнього компонента
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ»

Освітньо-професійний
ступінь:

фаховий молодший бакалавр

Освітньо-професійна
програма:

Фізична культура і спорт

Галузь знань:

01 Освіта/ Педагогіка

Спеціальність:

017 Фізична культура

Посилання на курс у системі
дистанційного навчання:

<https://posekmodule.km.ua/course/view.php?id=1583>

Семестр:
I (III)

Кількість
кредитів:
6

Мова викладання:
державна (українська)

Розклад занять: <https://kpdi.edu.ua/studentu/rozklad-zanyat>

Керівник курсу: *Ковальчук Ірина Віталіївна*, викладач фізичного виховання

Контактна інформація: тел. +380977857117
e-mail: ira-top-spin@ukr.net

Інформація про консультації (за потреби): очна/онлайн (Viber, Google Meet, Zoom) (за потреби)

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета вивчення навчальної дисципліни:	забезпечити глибоке теоретичне осмислення практики фізичного виховання різних груп населення, шляхом формування у здобувача визначених загальних і спеціальних компетентностей, основу яких становить набуття відповідних знань, умінь і навичок з урахуванням сучасних умов функціонування галузі, реалізації інноваційних технологій, положень академічної доброчесності.
---	---

Кількість кредитів	6
Загальна кількість годин	180
Кількість модулів	-
Форма навчання	очна
Статус навчальної дисципліни	<i>Обов'язковий освітній компонент</i>
Перелік навчальних дисциплін, які мають бути вивчені раніше, перелік раніше здобутих результатів навчання	<i>Історія фізичної культури, педагогіка.</i> РН 4. Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та саморозвитку. РН 5 Аналізувати та застосовувати передовий досвід колег. РН 6 Застосовувати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці. РН 7 Вміти провадити процес навчання фізичної культури і спорту в різних формах організації занять. РН 9 Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення. РН 13 Проводити роз'яснювальну роботу серед різних груп населення щодо ведення здорового способу життя. РН 18 Знати сутність принципів, методів, форм та організації процесу навчання і фізичного виховання людини.
Підсумковий (семестровий, річний) контроль	екзамен

ФОРМУВАННЯ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Індекс матриці ОПП	Програмні компетентності та результати навчання
ЗК2	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань) про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
ЗК3	Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
ЗК6	Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології у практичній діяльності.

ЗК7	Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК8	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК9	Здатність ефективно взаємодіяти з представниками різних вікових, соціальних груп та особами з інвалідністю, використовуючи принципи толерантності, партнерства й інклюзивного підходу.
СК1	Здатність до формування особистості людини на основі цінностей фізичної культури.
СК2	Здатність до проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно-спортивних, оздоровчих заходів.
СК6	Здатність до застосовування методів, засобів, прийомів та організаційних форм під час організації і проведення фізичної культури і спорту.
СК9	Здатність до формування мотивації у фізичному самовдосконаленні.
СК10	Здатність застосовувати сучасні методики планування, організації та проведення фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності з урахуванням вікових, фізичних та соціальних особливостей різних груп населення, включно з особами з інвалідністю.
РН 1	Аналізувати особливості розвитку сфери фізичної культури і спорту для удосконалення процесу фізичного розвитку людини.
РН 3	Обробляти статистичні дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.
РН 5	Аналізувати та застосовувати передовий досвід колег.
РН 6	Застосовувати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці.
РН 7	Вміти провадити процес навчання фізичної культури і спорту в різних формах організації занять.
РН 9	Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення.
РН 18	Знати сутність принципів, методів, форм та організації процесу навчання і фізичного виховання людини.
РН 21	Планувати, організувати та проводити фізкультурно-оздоровчу і спортивну діяльність з різними віковими та соціальними групами населення, у тому числі з особами з інвалідністю, з урахуванням принципів інклюзивної освіти, формувати позитивну мотивацію до здорового способу життя та активної громадської позиції.

СТРУКТУРА КУРСУ

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
Змістовий модуль 1. Загальні засади теорії і методики фізичного виховання.						
2				2	Тема 1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.	Повинен знати: сутність, мету, завдання і зміст теорії та методики фізичного виховання як науки і навчальної дисципліни; основні поняття, категорії, закономірності та принципи фізичного виховання; структуру системи фізичного виховання, її складові елементи та зв'язки з іншими науками; історичні передумови виникнення і становлення науки про фізичне виховання; сучасні напрями розвитку теорії та методики фізичного виховання.
	2			2	Тема 2. Система фізичного виховання.	Повинен знати: сутність, структуру та елементи системи фізичного виховання; мету, завдання, принципи та напрями її реалізації; основні форми і засоби фізичного виховання в освіті та спорті.
	2			2	Тема 3. Принципи фізичного виховання.	Повинен знати: сутність, зміст і класифікацію принципів фізичного виховання; роль принципів у побудові навчально-тренувального процесу; взаємозв'язок принципів з методами і засобами фізичного виховання.
	2			2	Тема 4. Засоби фізичного виховання.	Повинен знати: поняття, класифікацію та характеристику засобів фізичного виховання; фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання; допоміжні засоби: природні сили природи, гігієнічні фактори, ігри, туризм; вимоги до вибору та дозування засобів у навчально-тренувальному процесі.
2				2	Тема 5. Методи фізичного виховання.	Повинен знати: сутність, класифікацію та характеристику методів фізичного виховання; педагогічні, організаційні та спеціальні методи, що застосовуються у процесі навчання й тренування; закономірності вибору методів залежно від завдань, віку, рівня підготовленості та умов занять.
2				2	Тема 6. Навчання руховим діям.	Повинен знати: сутність, етапи та закономірності процесу навчання руховим діям; методи і прийоми формування, удосконалення та закріплення рухових навичок; психологічні та фізіологічні основи засвоєння рухів; типові помилки у навчанні та способи їх усунення. Повинен уміти: добирати ефективні засоби і методи навчання рухам;

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						здійснювати аналіз і корекцію техніки виконання вправ.
	2			2	Тема 7. Розвиток рухових(фізичних) якостей.	Повинен знати: сутність, класифікацію та характеристику основних рухових (фізичних) якостей: сили, швидкості, витривалості, гнучкості, координації; закономірності розвитку фізичних якостей у різні вікові періоди; методи і засоби розвитку кожної рухової якості; принципи поєднання розвитку рухових якостей у тренувальному процесі.
	4			2	Тема 8. Форми побудови занять у фізичному вихованні.	Повинен знати: сутність і класифікацію форм організації занять у фізичному вихованні (урок, тренування, ранкова гімнастика, фізкультхвилинка, самостійні заняття, змагання тощо); структуру та зміст уроку фізичної культури. Повинен уміти: планувати, організовувати та проводити заняття з фізичного виховання різних форм.
Змістовий модуль 2. Методики фізичного виховання.						
2				2	Тема 9. Теорія фізичного виховання дітей від народження до шести років.	повинен знати: особливості фізичного розвитку та рухової активності дітей раннього і дошкільного віку; основні завдання, принципи та засоби фізичного виховання дітей від народження до шести років; вікові особливості формування рухових навичок і фізичних якостей у дітей; методику організації занять фізичними вправами, ігор і рухового режиму у закладах дошкільної освіти.
	2			2	Тема 10. Вікові особливості фізичного розвитку дітей раннього та дошкільного віку.	повинен знати: основні закономірності росту і розвитку дітей від народження до 6 років; анатомо-фізіологічні та психомоторні особливості дітей раннього й дошкільного віку; особливості формування основних рухових умінь і навичок; вплив рухової активності на фізичний, розумовий та емоційний розвиток дитини.
2				2	Тема 11. Зміст та методика навчання рухів дітей дошкільного віку.	Повинен знати: зміст і структуру навчання основних рухів (ходьба, біг, стрибки, метання, лазіння, рівновага) у дошкільному віці; етапи формування

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						рухових умінь і навичок; методичні прийоми, засоби та форми організації навчання рухів; особливості проведення занять і рухливих ігор із дітьми різних вікових груп. Повинен уміти: добирати вправи, ігри та методичні прийоми відповідно до віку і підготовленості дітей; аналізувати помилки у виконанні рухів і здійснювати їх корекцію.
	4			2	Тема 12. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня.	Повинен знати: види, зміст і значення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі дня (ранкова гімнастика, фізкультхвилинки, рухливі ігри, прогулянки, загартування); принципи організації рухового режиму дітей у дошкільних і шкільних закладах; вимоги до дозування фізичного навантаження та умов проведення оздоровчих заходів; роль фізичної активності у зміцненні здоров'я і профілактиці захворювань.
	4			2	Тема 13. Методика проведення занять з фізичної культури.	Повинен знати: структуру, зміст і завдання занять з фізичної культури; методичні вимоги до проведення підготовчої, основної та заключної частин заняття; методи, прийоми й форми організації навчальної діяльності на заняттях; правила безпеки, дозування навантажень і критерії оцінювання ефективності занять. Повинен уміти: планувати, організовувати й проводити заняття з фізичної культури різних типів і спрямованості; добирати вправи, засоби та методи навчання відповідно до мети заняття і вікових особливостей учнів.
	4			2	Тема 14. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей шкільного віку.	Повинен знати: закономірності фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей молодшого, середнього і старшого шкільного віку; завдання, принципи, засоби та методи фізичного виховання школярів; особливості організації навчального процесу з фізичної культури в закладах освіти; критерії оцінювання фізичної підготовленості учнів і вимоги до

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						контролю за їх фізичним станом. Повинен уміти: планувати й проводити заняття з фізичної культури у шкільному середовищі.
	2			2	Тема 15. Фізична культура у системі загальної середньої освіти.	Повинен знати: місце і роль фізичної культури в системі загальної середньої освіти; структуру, мету та завдання шкільного предмета «Фізична культура»; нормативно-правові документи, що регламентують організацію фізичного виховання у школі; основні напрями, форми і засоби фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями. Повинен уміти: організовувати та проводити уроки фізичної культури і позакласні заходи; застосовувати сучасні педагогічні технології та методи навчання руховим діям.
	4			2	Тема 16. Характеристика змісту навчальних програм з фізичної культури для здобувачів закладів загальної середньої освіти.	Повинен знати: структуру, зміст і вимоги чинних навчальних програм з фізичної культури для учнів 1–12 класів; мету, завдання та ключові компетентності, передбачені Державним стандартом базової і повної загальної середньої освіти; особливості побудови модульної системи навчання у шкільному курсі фізичної культури; критерії оцінювання навчальних досягнень учнів із фізичної культури.
	2			2	Тема 17. Концепція Нової української школи.	Повинен знати: основні положення Концепції Нової української школи (НУШ); мету, принципи, структуру та ключові компетентності НУШ; особливості модернізації освітнього процесу, зокрема у сфері фізичного виховання; роль учителя фізичної культури у реалізації ідей НУШ.
	2			2	Тема 18. Зміст та особливості викладання предмета "Фізична культура" у школі.	Повинен знати: зміст, структуру та основні розділи шкільного курсу «Фізична культура»; цілі, завдання й освітні результати предмета відповідно до вимог Державного стандарту; особливості викладання фізичної культури на різних вікових етапах шкільного навчання; роль інтеграції теоретичних знань і

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						практичних навичок у процесі фізичного виховання.
	4			2	Тема 19. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня.	Повинен знати: основні організаційні форми фізичного виховання у школі: уроки фізичної культури, фізкультхвилинки, рухливі перерви, ранкову гімнастику, позакласні заняття; мету, завдання та методику проведення кожної форми; принципи раціонального розподілу фізичних навантажень упродовж навчального дня.
2				2	Тема 20. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям.	Повинен знати: особливості фізичного розвитку та функціонального стану дітей із ослабленим здоров'ям; класифікацію учнів за медичними групами для занять фізичною культурою; завдання, принципи й засоби фізичного виховання школярів спеціальної медичної групи; методичні вимоги до добору фізичних вправ, дозування навантажень і контролю за станом здоров'я.
	4			2	Тема 21. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти.	повинен знати: мету, завдання та зміст фізичного виховання у закладах вищої освіти; особливості організації навчальних, оздоровчих і спортивно-масових занять для студентів; нормативно-правові засади і програмні вимоги до дисципліни «Фізичне виховання» у ЗВО; фактори, що впливають на фізичний стан і працездатність молоді.
	2			2	Тема 22. Фізичне виховання у різних воєнізованих формуваннях України.	Повинен знати: мету, завдання та особливості системи фізичного виховання у Збройних Силах України, Національній гвардії, Державній прикордонній службі, поліції та інших воєнізованих формуваннях; нормативно-правові документи, що регламентують організацію фізичної підготовки військовослужбовців; специфіку засобів і методів фізичної підготовки, спрямованих на розвиток витривалості, сили, спритності, стійкості до психофізичних навантажень; принципи організації та контролю за рівнем фізичної готовності особового складу.
	2			2	Тема 23. Фізичне виховання	Повинен знати: мету, завдання та

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
					дорослого населення.	особливості фізичного виховання дорослого населення; форми, засоби й методи організації рухової активності осіб різного віку та професійної діяльності; вплив фізичних вправ на працездатність, профілактику захворювань і підтримання здоров'я; принципи індивідуалізації фізичних навантажень у дорослому віці.
Змістовий модуль 3. Спортивна діяльність як складова фізичного виховання.						
2				2	Тема 24. Загальні основи теорії спортивної діяльності.	Повинен знати: сутність, структуру та закономірності спортивної діяльності; роль спорту в системі фізичного виховання та розвитку особистості; основні поняття теорії спорту: спортивна спеціалізація, результат, підготовленість, змагальна діяльність; принципи і закономірності побудови спортивного тренування.
	4			2	Тема 25. Спортивна підготовка.	Повинен знати: сутність, мету, завдання та структуру спортивної підготовки; основні етапи багаторічного вдосконалення спортсменів; принципи планування та управління тренувальним процесом; засоби, методи й форми спортивного тренування у різних видах спорту.
2				2	Тема 26. Структура підготовленості спортсмена.	Повинен знати: зміст і компоненти підготовленості спортсмена (фізичну, технічну, тактичну, психологічну, теоретичну); взаємозв'язок між різними видами підготовленості у процесі досягнення спортивного результату; методи оцінювання рівня підготовленості спортсменів; фактори, що визначають успішність спортивної діяльності.
	4			2	Тема 27. Структура і методика побудови процесу підготовки спортсменів.	Повинен знати: структуру, закономірності та принципи побудови тренувального процесу; зміст і співвідношення етапів спортивної підготовки (багаторічної, річної, етапної, циклової); методiku планування тренувальних навантажень у різні періоди тренувального циклу; основні методи і засоби контролю за ефективністю підготовки спортсменів.

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
	4			2	Тема 28. Спортивна орієнтація і відбір.	Повинен знати: зміст, завдання та принципи спортивної орієнтації і відбору; етапи системи спортивного відбору (попередній, поточний, заключний); критерії оцінювання спортивних здібностей — морфологічні, функціональні, психологічні та техніко-тактичні; методи визначення перспективності спортсменів і прогнозування результатів. Повинен уміти: здійснювати спортивну орієнтацію з урахуванням вікових і індивідуальних особливостей осіб, які займаються.
2				2	Тема 29. Основи контролю в системі підготовки спортсменів.	Повинен знати: мету, завдання та принципи контролю у спортивному тренуванні; види контролю (оперативний, поточний, етапний, підсумковий) та їх особливості; основні методи педагогічного, медико-біологічного і психологічного контролю; показники, що характеризують рівень підготовленості спортсменів і їхню реакцію на навантаження.
	4			2	Тема 30. Особливості спортивної підготовки.	Повинен знати: специфіку спортивної підготовки в різних видах спорту; закономірності формування та вдосконалення спортивної майстерності; особливості побудови тренувального процесу на різних етапах багаторічної підготовки; вплив індивідуальних, вікових, статевих та психофізіологічних особливостей спортсменів на процес тренування.
Змістовий модуль 4. Адаптивна фізична культура.						
2				2	Тема 31. Основні компоненти(види) адаптивної фізичної культури.	Повинен знати: сутність, мету та завдання адаптивної фізичної культури (АФК); основні види (компоненти) АФК: адаптивне фізичне виховання, адаптивний спорт, адаптивна рухова рекреація та адаптивна фізична реабілітація; принципи побудови занять з урахуванням особливих освітніх і фізичних потреб осіб з інвалідністю; соціальне значення АФК у процесі інтеграції та реабілітації людей з обмеженими можливостями.

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
	4			2	Тема 32. Характеристика об'єкта і суб'єкта педагогічної діяльності в адаптивній фізичній культурі. Функції адаптивної фізичної культури.	Повинен знати: об'єкт і суб'єкт педагогічної діяльності в адаптивній фізичній культурі (АФК); особливості педагогічної взаємодії між викладачем (тренером) і особами з інвалідністю чи обмеженими можливостями здоров'я; основні функції АФК: оздоровчу, виховну, освітню, соціальну, корекційну, реабілітаційну та рекреаційну; принципи гуманістичного, індивідуального та інклюзивного підходів у педагогічній діяльності.
	4				Тема 33. Принципи адаптивної фізичної культури.	Повинен знати: сутність і систему принципів адаптивної фізичної культури (АФК); класифікацію принципів: загальнопедагогічні (свідомості й активності, наочності, систематичності, індивідуалізації) та специфічні для АФК (гуманістичний, компенсаторний, оздоровчо-реабілітаційний, варіативності, доступності); особливості застосування принципів у роботі з різними нозологічними групами; роль принципів у забезпеченні ефективності педагогічного процесу в адаптивному фізичному вихованні.
	4				Тема 34. Педагогічні завдання адаптивної фізичної культури.	Повинен знати: сутність і систему педагогічних завдань адаптивної фізичної культури (АФК); класифікацію завдань: освітні, виховні, оздоровчо-реабілітаційні, корекційні та соціально-інтеграційні; зв'язок педагогічних завдань із метою, принципами та функціями АФК; особливості формування педагогічних завдань залежно від нозологічних груп і рівня підготовленості осіб з інвалідністю.
2				2	Тема 35. Засоби та форми адаптивної фізичної культури.	Повинен знати: основні засоби адаптивної фізичної культури (АФК): фізичні вправи, природні чинники (вода, повітря, сонце), елементи ігор, танців, туризму, трудової діяльності; класифікацію форм занять в АФК: індивідуальні, групові, фронтальні, колективні, змагальні, рекреаційні; специфіку використання засобів і форм з

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						урахуванням нозологічних груп і функціональних можливостей осіб; вимоги до безпечної організації занять адаптивної фізичної культури.
	4			2	Тема 36. Методи та форми адаптивної фізичної культури.	Повинен знати: сутність і класифікацію методів адаптивної фізичної культури (АФК): словесні, наочні, практичні, ігрові, змагальні, корекційно-реабілітаційні; специфіку застосування методів з урахуванням віку, нозології та рівня підготовленості осіб з інвалідністю; основні форми занять в АФК: індивідуальні, групові, фронтальні, секційні, лікувально-реабілітаційні, рекреаційні; педагогічні вимоги до організації занять, безпеки й дозування фізичних навантажень.
2				2	Тема 37. Матеріально-технічне забезпечення в адаптивному фізичному вихованні.	Повинен знати: значення матеріально-технічного забезпечення (МТЗ) у системі адаптивного фізичного виховання (АФВ); основні елементи МТЗ: спортивне обладнання, інвентар, спеціальні пристосування, архітектурно-доступне середовище, медико-реабілітаційні засоби; вимоги до безпеки, ергономічності та адаптації спортивного інвентарю для осіб з різними нозологіями; принципи облаштування фізкультурно-оздоровчих об'єктів для забезпечення інклюзивного доступу.
	4			2	Тема 38. Розвиток рухових здібностей в адаптивній фізичній культурі.	Повинен знати: сутність і види рухових здібностей (сила, швидкість, витривалість, гнучкість, координація) у контексті адаптивної фізичної культури (АФК); закономірності розвитку рухових здібностей у осіб з інвалідністю та обмеженими можливостями здоров'я; особливості впливу різних засобів фізичних вправ на розвиток рухових здібностей у різних нозологічних групах; принципи індивідуалізації, поступовості й безпечності у процесі фізичного вдосконалення.
Змістовий модуль 5. Цифрові технології у фізичному вихованні.						
2				2	Тема 39. Цифрові технології у фізичному вихованні та спорті.	

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
				4	Тема 40. Використання віртуальних технологій у фізичному вихованні та спорті.	
	2			4	Тема 41. Цифрова аналітика та методика викладання у фізичному вихованні.	
180	22	42		116	Всього	

ПОЛІТИКА ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Нормативна база освітнього процесу доступна за посиланням

<https://kpdi.edu.ua/publiczna-informatsiia/polozhennya-yaki-reglamentuyut-diyalnist-instytutu>

Дотримання умов доброчесності	Дотримання положень Кодексу академічної доброчесності НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут».
Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти	Зарахування результатів навчання у неформальній та інформальній освіті здійснюється згідно з Положенням про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти у НРЗВО КПДІ, 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). 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. 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. 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.
Очікування	Організація освітнього процесу та відвідування занять відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут»», «Положення про організацію освітнього процесу у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут»», «Положення «Про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут»».
Відвідування занять	Відвідування лекційних, практичних та семінарських занять з дисципліни є обов'язковим для всіх студентів відповідно до розкладу.
Відпрацювання пропусків занять	Студент, який пропустив заняття, самостійно вивчає матеріал за наведеними у силабусі джерелами інформаційного забезпечення і ліквідує заборгованість під час консультацій. Відпрацювання пропусків занять відбуваються відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу».
Допуск до екзамену	Відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу» всі студенти, котрі не мають пропусків занять (відпрацювали пропуски занять) допускаються до екзамену.
Підсумкова оцінка	Результати контролю оцінюються за 4-бальною та 12-бальною шкалою та доводяться до відома студентів не пізніше трьох днів з часу його проведення із внесенням результатів у документи обліку успішності студентів. Студенти, які до початку сесії мають хоча б з одного виду контролю (змістового модуля) незадовільні оцінки, не одержують підсумкову оцінку і не допускаються до екзамену рішенням Педагогічної ради як такі, що не виконали навчальної програми з дисципліни. Деталі, щодо підсумкового контролю окреслені у «Положенні про організацію освітнього процесу» та «Положенні про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти

	«Кам'янець-Подільський державний інститут».
Екзаменаційна оцінка	Результати екзамену оцінюються за 4-бальною шкалою у відповідності до «Положення про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут»».

ВЕРИФІКАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Критерії оцінювання навчальної діяльності студента

Оцінювання за 4-бальною шкалою

Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
		Екзамен	Диференційовані оцінки й залік
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 відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Високий (творчий)	відмінно	Зараховано з оцінкою «відмінно»
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	Зараховано з оцінкою «добре»
Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок			
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	Зараховано з оцінкою «задовільно»
Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні			

Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
		Екзамен	Диференційований залік
Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Низький (рецептивно-продуктивний) з можливістю повторного складання семестрового контролю	незадовільно	не зараховано

Оцінювання за 12-бальною шкалою

Рівні навчальних досягнень	Оцінка в балах (за 12-бальною шкалою)	Критерії оцінювання
Початковий (понятійний)	1	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні засвоєння окремих термінів, фактів без зв'язку між ними: відповідає на запитання, які потребують відповіді «так» чи «ні».
	2	Студент мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності, робить спробу знайти способи дій, розповісти суть заданого, проте відповідає лише за допомогою викладача на рівні «так» чи «ні»; може самостійно знайти в підручнику відповідь.
	3	Студент намагається аналізувати на основі елементарних знань і навичок; виявляє окремі властивості; робить спроби виконання вправ, дій репродуктивного характеру; за допомогою викладача робить прості розрахунки за готовим алгоритмом.
Середній (репродуктивний)	4	Студент володіє початковими знаннями, здатний провести за зразком розрахунки; орієнтується у поняттях, визначеннях; самостійне опрацювання навчального матеріалу викликає значні труднощі.
	5	Студент розуміє сутність навчальної дисципліни, може дати визначення понять, категорій (однак з окремими помилками); вміє працювати з підручником, самостійно опрацьовувати частину навчального матеріалу; робить прості розрахунки за алгоритмом, але окремі висновки не логічні, не послідовні.
	6	Студент розуміє основні положення навчального матеріалу, може поверхнево аналізувати події, ситуації, робить певні висновки; відповідь може бути правильною, проте недостатньо осмисленою; самостійно відтворює більшу

		частину матеріалу; вміє застосовувати знання під час розв'язування розрахункових завдань за алгоритмом, користуватися додатковими джерелами.
Достатній (алгоритмічно дієвий)	7	Студент правильно і логічно відтворює навчальний матеріал, оперує базовими теоріями і фактами, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє наводити приклади на підтвердження певних думок, застосовувати теоретичні знання у стандартних ситуаціях; за допомогою викладача може скласти план реферату, виконати його і правильно оформити; самостійно користуватися додатковими джерелами; правильно використовувати термінологію; скласти таблиці, схеми.
	8	Знання студента досить повні, він вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях; вміє аналізувати, робити висновки; відповідь повна, логічна, обґрунтована, однак з окремими неточностями; вміє самостійно працювати, може підготувати реферат і обґрунтувати його положення.
	9	Студент вільно володіє вивченим матеріалом, застосовує знання у дещо змінених ситуаціях, вміє аналізувати і систематизувати інформацію, робить аналітичні висновки, використовує загальновідомі докази у власній аргументації; чітко тлумачить поняття, категорії, нормативні документи; формулює закони; може самостійно опрацьовувати матеріал, виконує прості творчі завдання; має сформовані типові навички.
Високий (творчо- професійний)	10	Студент володіє глибокими і міцними знаннями та використовує їх у нестандартних ситуаціях; може визначати тенденції та суперечності різних процесів; робить аргументовані висновки; практично оцінює сучасні тенденції, факти, явища, процеси; самостійно визначає мету власної діяльності; розв'язує творчі завдання; може сприймати іншу позицію як альтернативну; знає суміжні дисципліни; використовує знання, аналізуючи різні явища, процеси.
	11	Студент володіє узагальненими знаннями з навчальної дисципліни, аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; вміє знаходити джерела інформації та аналізувати їх, ставити і розв'язувати проблеми, застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень у практичній діяльності (диспути, круглі столи тощо); спроможний за допомогою викладача підготувати виступ на студентську наукову конференцію; самостійно вивчити матеріал; визначити програму своєї пізнавальної діяльності; оцінювати різноманітні явища, процеси; займає активну життєву позицію.
	12	Студент має системні, дієві знання, виявляє неординарні творчі здібності у навчальній діяльності; використовує широкий арсенал засобів для обґрунтування та доведення своєї думки; розв'язує складні проблемні завдання; схильний

		до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ; уміє ставити і розв'язувати проблеми, самостійно здобувати і використовувати інформацію; займається науково-дослідною роботою; логічно та творчо викладає матеріал в усній та письмовій формі; розвиває свої здібності й нахили; використовує різноманітні джерела інформації; моделює ситуації в нестандартних умовах.
--	--	---

Переведення 12-бальної шкали у 4-бальну шкалу.

<i>Оцінка за 12-бальною шкалою</i>	<i>Оцінка за 4-бальною шкалою</i>
10-12 балів	відмінно
7-9 балів	добре
4-6 балів	задовільно
0-3 балів	незадовільно

ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ:

Нормативно-правова база	1. https://mms.gov.ua/ Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту» 2. https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf Нова Українська школа. Концептуальні засади 3. http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/ Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
Основна література	1. Апанасенко Г. Л. Теорія адаптаційних реакцій організму людини: монографія. Київ: Здоров'я, 2017. 256 с. 2. Афанасенко О. М. Адаптивна фізична культура: навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2021. 240 с. 3. Афанасенко О. М. Методика фізичного виховання: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2021. 240 с. 4. Афанасенко О. М. Спортивна діяльність у фізичному вихованні: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2021. 240 с. 5. Афанасенко О. М. Теорія фізичного виховання: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2021. 240 с. 6. Баженов Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В. Фізична культура. 5-9 класи: модельна навчальна програма. Київ: МОН України, 2024. 72 с. 7. Балашов О. М. Методика фізичного виховання дітей та підлітків: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2019. 210 с.

8. Балашов О. М. Основи адаптивної фізичної культури: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2019. 210 с.
9. Балашов О. М. Основи теорії фізичного виховання: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2019. 210 с.
10. Балашов О. М. Спортивна підготовка дітей та підлітків: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2019. 210 с.
11. Випасняк Ігор, Шанковський Андрій. Інноваційні технології, спрямовані на підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал, уклад. А.В. Цьось, А.І. Альошина. Луцьк, 2017. Вип. 18. С. 125–129.
12. Грабик Н., Грубар І. Використання новітніх пристроїв для самоконтролю під час занять фізичними вправами. Матеріали II Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії». Київ. 2019. С. 223–225.
13. Грабик Н.М., Гулька О.В., Яремій М.В. Використання онлайн-платформ у освітньому процесі з фізичного виховання. Дослідження інновацій та перспективи розвитку науки і техніки у ХХІ столітті: зб. мат. Міжнар. наук.-практ. конф. Рівне, 2021. С. 141–144.
14. Грибан Г. П. Адаптивна фізична культура: навч. посіб. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2021. 198 с.
15. Грибан Г. П. Методика фізичного виховання у закладах вищої освіти: навч. посіб. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. 198 с.
16. Грибан Г. П. Спортивна діяльність у системі фізичного виховання студентів: навч. посіб. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2021. 198 с.
17. Круцевич Т. Ю. Адаптивна фізична культура: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2016. 320 с.
18. Круцевич Т. Ю. Методика фізичного виховання: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2016. 320 с.
19. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика спортивного тренування: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2017. 368 с.
20. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник. Київ: Олімпійська література, 2018. 392 с.

	21. Омеляненко В. М. Методика фізичного виховання студентів: навч. посіб. Суми: СумДПУ, 2020. 180 с. 22. Омеляненко В. М. Спортивна діяльність як чинник формування здорового способу життя: монографія. Суми: СумДПУ, 2020. 180 с. 23. Омеляненко В. М. Теоретико-методичні основи адаптивної фізичної культури: монографія. Суми: СумДПУ, 2020. 180 с. 24. Омеляненко В. М. Теоретико-методичні основи фізичного виховання студентів: навч. посіб. Суми: СумДПУ, 2020. 180 с. 25. Платонов В. М. Основи спеціальної підготовки спортсменів: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2016. 512 с. 26. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів у олімпійському спорті: навч. посіб. В. М. Платонов. Київ: Олімпійська література, 2015. 784 с. 27. Чепелюк А. В., Циквас Р. С., Буренко М. С. Застосування віртуальної реальності в підготовці професійних спортсменів в умовах повоєнного відновлення. Академічні візії. 2024. Вип. 44.
Інтернет-ресурси	1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» : Закон України від 24 груд. 1993 р. № 3808-ХІІ (із змінами станом на 2022 р.). <i>Відомості Верховної Ради України</i>. https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12 2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: Указ Президента України від 28 верес. 2004 р. № 1148/2004. https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004 3. Про затвердження Державної програми «Фізичне виховання — здоров'я нації» : Постанова Кабінету Міністрів України від 9 груд. 2009 р. № 1311. — https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1311-2009-%D0%B. 4. Міністерство молоді та спорту України. Офіційний сайт. https://mms.gov.ua 5. Національний олімпійський комітет України. Офіційний сайт : https://noc-ukr.org