



Викладач курсу
Контактна інформація
викладача (e-mail)
Сторінка курсу в eLearn

СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ

«Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти»

Ступінь вищої освіти - Бакалавр

Спеціальність – **017 Фізична культура і спорт**

Освітньо-професійна програма – Фізична культура і спорт

Рік навчання - 2025-2026, семестр 6

Форма навчання - денна

Кількість кредитів ЄКТС - 4

Мова викладання - українська

Мирошніченко Віталій Олександрович

099-503-01-47

blackboba@ukr.net

ОПИС 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.

Завданням вивчення дисципліни є:

Основні результати навчання та набуття компетентності, які вони формують:

• Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Завданням вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти» є:

- формування у здобувачів освіти цілісного уявлення про теоретико-методологічні засади фізичного виховання в системі вищої освіти;
- опанування знаннями щодо сучасних концепцій, принципів, закономірностей і методів організації фізичного виховання у ЗВО;
- розвиток умінь планувати, організовувати та здійснювати освітній процес з фізичного виховання у вищій школі відповідно до освітніх стандартів і потреб студентської молоді;
- оволодіння методикою проведення різних форм занять (лекційних, практичних, тренувальних, самостійних занять студентів) із застосуванням сучасних технологій навчання і контролю;
- формування професійної компетентності у майбутніх фахівців сфери фізичної культури та спорту щодо впровадження інноваційних підходів у фізичне виховання студентів;
- виховання потреби у здоровому способі життя, фізичному самовдосконаленні та готовності до застосування засобів фізичної культури у професійній діяльності та повсякденному житті.

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 нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

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

СТРУКТУРА КУРСУ

Тема	Години (л/ п/ср)	Результати навчання	Завдання	Оцінюванн я
1 курс				
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	2/2/4	Знати: - Предмет, завдання та місце теорії фізичного виховання в системі наукових знань. - Основні поняття та категорії у сфері фізичного виховання. - Структуру, зміст і особливості системи фізичного виховання. - Засоби фізичного виховання: фізичні вправи, природні сили природи, гігієнічні фактори. - Принципи побудови процесу фізичного виховання (свідомості й активності, наочності, систематичності, доступності, індивідуалізації тощо). - Методи фізичного виховання: словесні, наочні, практичні, ігрові, змагальні, контрольні. - Класифікацію і зміст основних рухових якостей (сила, гнучкість, координація, швидкість, спритність, витривалість). - Загальні закономірності навчання рухових дій, етапи оволодіння руховою дією. Вміти: - Визначати й пояснювати основні поняття та категорії теорії фізичного виховання. - Аналізувати систему фізичного виховання та обґрунтовувати її елементи. - Добирати та застосовувати різні засоби фізичного виховання відповідно до мети й завдань занять. - Використовувати принципи побудови процесу фізичного виховання під час організації занять. - Обирати й поєднувати методи фізичного виховання залежно від контингенту студентів і умов проведення занять.	<i>Підготовка до лекцій</i> (попереднє ознайомлення з презентацією та повнотекстовою лекцією в eLearn). <i>Виконання та здача практичної роботи</i> (Написання доповідей, підготуватися до обговорення питань тем на практичних заняттях). <i>Виконання самостійної роботи</i> (опрацювання тем самостійної роботи за модулем та ведення конспекту). <i>Підготовка та написання модульної контрольної</i>	Згідно політики оцінювання та розподілу балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни
Тема 1.2.(Лекція 2) Система фізичного виховання.	2/2/4			
Тема 1.3. (Лекція 3) Засоби фізичного виховання	2/2/4			
Тема 1.4. (Лекція 4) Принципи організації та побудови процесу фізичного виховання у ЗВО.	2/2/4			
Тема 1.5. (Лекція 5) Методи фізичного виховання у практиці занять зі студентами.	2/2/4			

Тема 1.6. (Лекція 6) Рухові якості: основні поняття, силові здібності, гнучкість, координаційні здібності	2/2/4	6. Оцінювати прояви та рівень розвитку основних рухових якостей у студентів. 7. Планувати вправи для розвитку сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості й координаційних здібностей. 8. Застосовувати методичні прийоми навчання рухових дій з урахуванням їх етапності та індивідуальних особливостей студентів.	роботи (виконання тестових завдань на заняті чи в eLearn)	
Тема 1.7. (Лекція 7) Рухові якості студентів: швидкісні, спритнісні та витривалісні характеристики.	2/2/4			
Тема 1.8. (Лекція 8) Тенденції розвитку фізичної культури і спорту на рівні громад: від локальних проєктів до державних програм	2/2/4			
Змістовний модуль 2. Основи методики фізичного виховання				
Тема 2.1. (Лекція 9) Історичний розвиток теорії і методики фізичного виховання та її становлення у системі вищої освіти.	2/2/4	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 завдання й специфіку їхньої фізичної підготовки. 8. Сутність та значення правильної постановки завдань у процесі фізичного виховання.	Підготовка до лекцій (попереднє ознайомлення з презентацією та повнотекстовою лекцією в eLearn). Виконання та здача практичної роботи (Написання доповідей, підготуватися до обговорення питань тем на практичних заняттях). Виконання самостійної	Згідно політики оцінювання та розподілу балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни
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	2/2/4			

Тема 2.3. (Лекція 11) Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання	2/2/4	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.	<i>роботи</i> (опрацювання тем самостійної роботи за модулем та ведення конспекту). <i>Підготовка та написання модульної контрольної роботи</i> (виконання тестових завдань на заняті чи в eLearn)	
Тема 2.4. (Лекція 12) Методика організації занять зі студентами спеціальних медичних груп. Профілактика захворювань та адаптивне фізичне виховання.	2/2/4	Вміти: 1. Пояснювати історичні тенденції розвитку ТіМФВ 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.		
Тема 2.5. (Лекція 13) Фізичне виховання у студентському середовищі. Особливості фізичної підготовки майбутніх фахівців	2/2/4			
Тема 2.6. (Лекція 14) Проблематика точної постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання	2/2/4			

Тема 2.7. (Лекція 15) Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у вищій школі. Планування, контроль та облік у процесі фізичного виховання студентів.	2/2/4	9. Використовувати методи планування, контролю й обліку в організації фізичного виховання студентів.		
Всього за курс 120 год: 30 год – лекції, 30 год – практичні заняття, 60 год – самостійна робота				

УТВОРЕННЯ ОЦІНКИ ЗА КУРС

Оцінка за курс утворюється з оцінки навчальної роботи, що складає 70% ваги, та оцінки за підсумкову атестацію (залік), що складає 30% ваги.

Більш детальний розподіл балів за різні види роботи подано у таблиці 1.

Таблиця 1

Розподіл балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни

Види діяльності	К-ть балів
Змістовний модуль 1. Основи теорії фізичного виховання	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 1	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
Модульна контрольна робота. Виконання 10 тестових завдань за тематикою змістовного модуля	10
Змістовний модуль 2. Основи методики фізичного виховання	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 9	10
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	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 15	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20
Модульна контрольна робота. Виконання 10 тестових завдань за тематикою змістовного модуля	10
Всього за види діяльності (Рейтинг навчальної роботи - Рн.р.)	70
Екзамен (Рейтинг підсумкової атестації – Рат.)	30
Рейтингова оцінка навчальної дисципліни – Рн.д.	100

Шкала оцінювання студентів

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

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

Рекомендовані джерела інформації

Основні:

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.

Додаткові:

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. Дихальна гімнастика: види та комплекси вправ : методичні рекомендації для самостійних занять студентів / О. Отрошко, В. Краснов, Л. Сергій. НУБіП України. 2020. – 38 с.
8. 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.