ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету
фізичного виховання, здоров'я та
туризму ЗНУ
_____ М.В. Маліков
«27» серпня 2026 р.

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

підготовки бакалаврів

денної та заочної форм здобуття освіти

освітньо-професійна програма Фізичне виховання

спеціальності А7 Фізична культура і спорт

галузі знань А Освіта

ВИКЛАДАЧ: *Коваленко Юлія Олексіївна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту*

Обговорено та ухвалено
на засіданні кафедри ТМФКіС

Протокол №2 від «26» серпня 2026 р.
Завідувач кафедри ТМФКіС
_____ А.А. Орлов

Погоджено
Гарант освітньо-професійної програми
_____ Конох А.П.

2025 рік

Зв'язок з викладачем (викладачами): кандидат педагогічних наук, доцент Коваленко Юлія Олексіївна
E-mail: *visnik_znu@ukr.net*
Телефон: ***(061) 228-75-18***
Інші засоби зв'язку: *Viber, Facebook Messenger, Telegram 0504718905*
Moodle (форум курсу, приватні повідомлення)
Кафедра: *Теорія та методика фізичної культури і спорту, IV корпус, ауд. 303*

1. Опис навчальної дисципліни

Теорія і методика фізичного виховання вивчає фізичне виховання як феномен соціального життя, його мету і завдання на різних етапах розвитку суспільства, його кореляції з іншими науками, способи, методи та форми організації. Теорія фізичного виховання пояснює шляхи розвитку та передбачає тенденції еволюції фізичного виховання як суспільного явища, обґрунтовуючи свої педагогічні положення соціальними, психологічними і біологічними закономірностями.

Мета дисципліни – є набуття професійних компетентностей фахівця щодо усвідомлення сутності фізичного виховання як складової частини фізичної культури, оволодіння і оперування основними поняттями сфери фізичної культури і спорту, формування системи навичок з проведення різних форм фізичного виховання та особливостей виховання фізичних якостей.

Одне з головних завдань курсу «Теорії і методики фізичного виховання» – сформувати у здобувачів систему теоретичних знань зі сфери фізичної культури і спорту, яка в значній мірі визначає рівень і ступінь їх освіти, а також рівень їх професійної компетентності.

Дисципліна належить до циклу професійної підготовки спеціальності за освітньою програмою «Фізичне виховання». Вивченню даної дисципліни передують опанування ОК 5 Вступ до спеціальності, ОК 8 Анатомія людини з основами гігієни, ОК 13 Теорія і методика фізичного виховання (2 семестр), ОК 14 Фізіологія людини з основами медичних знань.

Знання з дисципліни є підґрунтям для опанування ОК 13 Теорія і методика фізичного виховання (4 семестр), ОК 16 Методи наукових досліджень, ОК 24 Організація масової фізичної культури і спорту, ОК 25 Управління у сфері фізичної культури і спорту, ОК 28 Спортивні ігри з методикою викладання, ОК 40 Професійна майстерність у фізичній культурі і спорті, ОК 29 Навчальна практика, ОК 30 Навчальна практика, ОК 31 Виробнича практика, ОК 32 Спортивно-педагогічне вдосконалення, написання курсової роботи з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» (ОК13.1), складання атестаційного екзамену (ПА1), досягненню мети ОП щодо реалізації професійних компетентностей спеціальності.

Інтерактивний формат курсу, що спонукатиме до дебатів, полеміки, аргументованого відстоювання власної точки зору, орієнтований на розвиток критично важливих для фахівця у галузі ФК навичок ефективної усної комунікації.

Застосування структурно-логічних схем до кожної теми дозволить полегшити процес сприйняття та засвоєння програмного матеріалу.

Виконання групових практичних завдань та підсумкових групових творчих проектів спонукає до розвитку навичок командної роботи, організаційних та лідерських якостей.

2. Паспорт навчальної дисципліни

Нормативні показники	денна форма здобуття освіти	заочна форма здобуття освіти
Статус дисципліни	**Обов'язкова**	
Семестр	3-й	3-й
Кількість кредитів ECTS	4	4
Кількість годин	120	120
Лекційні заняття	14 год.	4 год.
Практичні заняття	30 год.	6 год.
Самостійна робота	76 год.	120 год.
Консультації	*особисті – вівторок, четвер, з 11:00 до 13:00, IV корпус, ауд. 303; дистанційні – ZOOM,за попередньою домовленістю* *Запис на консультації: visnik_znu@ukr.net*	
Вид підсумкового семестрового контролю:	***залік***	
Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ (платформа Moodle) https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=6405		

3. Методи досягнення запланованих освітньою програмою компетентностей і результатів навчання

Компетентності/ Результати навчання	Методи навчання / форми і методи оцінювання
Компетентності: ЗК 3 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати 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. ЗК 12 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. СК 1 Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. СК 3 Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. СК 5 Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя. СК 6 Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту. СК 7 Здатність застосовувати знання про будову та функціювання організму людини. СК 10 Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту,	Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності: словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна лекція), наочні (презентація, демонстрування, ілюстрації, відео); практичні методи (вправи; практичні завдання, творчо-пошукові завдання). Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності: метод проблемного викладу матеріалу; пізнавальні дискусії; мозковий штурм, метод заохочення до групової творчої діяльності. Поточний контроль: накопичувальна бально-

застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми. **Результати навчання:** ПРН 1 Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем. ПРН 6 Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту. ПРН 7 Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. ПРН 10 Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи. ПРН 14 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою. ПРН 15 ПРН 17 Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини. ПРН 20 Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.	рейтингова система (оцінювання досягнень здобувачів за усіма видами навчальної діяльності, обговорення дискусійних питань, тематичні повідомлень, усне опитування, експрес-тестування після вивчення змістових модулів, оцінювання результатів виконання завдань для самостійної роботи, оцінювання виконання практичних завдань в усній та письмовій формі. Підсумковий семестровий контроль – залік (у формі тестових завдань, білетів)

4. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальна характеристика та особливості фізичних (рухових) якостей.

Визначення понять, групування рухових якостей, особливості рухової якості, віковий розвиток рухових якостей. Визначити поняття «розвиток» і «виховання» фізичних якостей. Закономірність розвитку фізичних здібностей: гетерохронність, етапність, фазність, перенос розвитку. Принципи виховання фізичних якостей: принцип відповідності педагогічних впливів; принцип розвивального ефекту; принцип сполученої дії; принцип варіативності.

Змістовий модуль 2. Основи методики розвитку сили.

Визначення поняття, види сили (загальна, місцева, абсолютна, відносна). Фактори, що зумовлюють силові можливості людини (структура м'язів, м'язова маса, внутрішньом'язова координація, міжм'язова координація, реактивність м'язів, потужність енергоджерел, особистісно-психологічні, власне м'язові). Режим прояву активності м'язів (поступливий, долаючий, утримуючий). Види силових здібностей (власне-силові, швидкісно-силові, силова витривалість). Методи та засоби розвитку силових здібностей (метод максимальних зусиль, колове тренування, метод повторного виконання вправ, метод до „відмови"). Вікова динаміка природного розвитку сили. Контроль силових можливостей у школярів.

Змістовий модуль 3. Гнучкість і особливості методики її удосконалення.

Визначення поняття. Терміни «гнучкість» і «рухливість у суглобах». Види гнучкості (активна, пасивна). Показники пасивної гнучкості. Співвідношення роботи, що спрямована на розвиток активної і пасивної гнучкості. Зв'язок між активною і пасивною гнучкістю незначний. Збільшення активної гнучкості. Показники пасивної гнучкості. Загальна і спеціальна гнучкість. Втрата рухливості в суглобах. Фактори, від яких залежить прояв гнучкості (будова суглобів, сила м'язів, температура тіла, добова періодика, між м'язова координація, втома, вік, фізичне навантаження, стан психіки та емоцій). Засоби розвитку

гнучкості: силові вправи, вправи на розслаблення, активні вправи, повільні вправи, пружні рухи, махові рухи, пасивні вправи). Вікова динаміка природного розвитку гнучкості та контроль за її розвитком. Процес розвитку гнучкості. Цілеспрямований розвиток гнучкості. стрільби з луком. Завдання розвитку гнучкості. Етапи розвитку гнучкості. Засоби і методи розвитку гнучкості. Методичні рекомендації щодо використання вправ на гнучкість. Контрольні вправи для оцінки рухливості в суглобах

Змістовий модуль 4. Швидкісні здібності і основи методики їх виховання.

Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини. Визначення поняття «швидкість». Швидкісні характеристики рухів і дій людини. Форми прояву швидкості. Елементарні форми прояву швидкісних здібностей: латентний період (прихований) рухової реакції (або швидкість рухової реакції); швидкість поодиноких рухів при малому зовнішньому опорі; частота (темп) необтяжених рухів; швидкість цілісних рухів, яка складається з усіх трьох форм прояву швидкості. Проста реакція. Складні реакції: реакції за вибором і реакції на об'єкт, що рухається. Чинники, що зумовлюють прояв швидкості: з фізіологічної точки зору; з біохімічної точки зору; морфологічні чинники; особистісно-психічні чинники; генетичні чинники. Завдання і засоби розвитку швидкісних здібностей. Методи і методичні рекомендації щодо використання вправ на швидкість: повторний, повторно-прогресуючий метод, перемінний метод, ігровий і змагальний методи. Компоненти рухової реакції. Визначення поняття «швидкісний бар'єр». Шляхи утворення і усунення «швидкісного бар'єру». Контрольні вправи для оцінки швидкісних можливостей.

Змістовий модуль 5. Спритність (координаційні здібності) і методика її вдосконалення.

Визначення поняття «спритність». Загальна характеристика спритності. Вдосконалення рухової діяльності аналізаторів (зорового, вестибулярного) і функції рухового аналізатора. Спритність з психологічної точки зору. Зв'язок спритності зі швидкістю і точністю складних рухових реакцій, силою м'язів, гнучкістю і витривалістю. Спритність і пластичність центральної нервової системи (ЦНС). Завдання розвитку спритності: удосконалення здібності засвоювати (маючи взірець) або створювати самостійно нові форми рухових дій, досягаючи при цьому необхідної точності, економічності й ефективності рухів; удосконалення здібності перебудовувати діяльність відповідно до змін обставин; Підвищення стійкості сформованих раціональних форм координації рухів по відношенню до несприятливого впливу втоми та інших чинників (удосконалення координаційної витривалості). Вимірювання спритності. Чинники, що визначають спритність. Засоби, методи та методичні умови виховання. Методичні підходи до виховання спритності: виховання здібності засвоювати координаційно складні рухові дії; виховання здатності перебудовувати рухову діяльність відповідно до вимог обставин, що змінюються; виховання здатності досягати точності рухів з дотриманням просторових, часових і динамічних параметрів; удосконалення здатності підтримувати рівновагу, раціонально чергувати напруження і розслаблення м'язів. Повторно-стандартний метод. Варіативний. Ігровий. Ігровий з додатковими завданнями. Змагальний. Контроль розвитку спритності.

Змістовий модуль 6. Витривалість і особливості методики її виховання.

Визначення поняття «витривалість». Загальна характеристика витривалості як фізичної якості людини. Втома, типи втоми. Три фази втоми: фаза початкової втоми, фаза компенсованої втоми, фаза декомпенсованої втоми. Основні типи втоми: розумова; сенсорна; емоційна; фізична. Види фізичної втоми: локальна (місцева) втома, регіональна втома, глобальна (тотальна) втома. Види витривалості. Загальна витривалість. Спеціальна витривалість. Фази втоми: фаза початкової втоми. Чинники, що зумовлюють витривалість людини. Особистісно-психічні чинники. Чинники генотипу (спадковості) і середовища. Спадкові чинники. Компоненти визначення витривалості. Розвиток анаеробних можливостей

організму. Підвищення функціональних можливостей креатинфосфатного механізму (алактатного). Удосконалення гліколітичного механізму (лактатного). Розвиток аеробних можливостей організму. Підвищення максимального рівня споживання кисню (МСК). Розвиток здатності підтримувати рівень МСК тривалий час. Забезпечення швидкого розгортання дихальних процесів до максимальних величин. Контрольні вправи для визначення рівня розвитку витривалості.

5. Теми лекційних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	Загальна характеристика фізичних (рухових) якостей	2		1 раз на тиждень
2	Сила і основи методики її виховання	2		1 раз на тиждень
3	Гнучкість і особливості методики її удосконалення	2	2	1 раз на тиждень
4	Швидкісні здібності і основи методики їх виховання	2	2	1 раз на тиждень
5	Спритність (координаційні здібності) і методика її вдосконалення	2		1 раз на тиждень
6	Витривалість і особливості методики її виховання	4		1 раз на тиждень
Разом		14	4	

6. Теми практичних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	Особливості фізичних якостей. Сенситивні періоди	2	2	1 раз на тиждень
2	Методика виховання силових здібностей	6	2	1 раз на тиждень
3	Методика виховання гнучкості	4		1 раз на тиждень
4	Методика виховання швидкісних здібностей	6		1 раз на тиждень
5	Методика виховання координаційних здібностей	6		1 раз на тиждень
6	Методика виховання витривалості	6	2	1 раз на тиждень
Разом		30	6	

7. Самостійна робота

змістового модуля	Питання для самостійного опрацювання	Кількість годин	
		о/д.ф.	з.ф.
1	Загальна характеристика фізичних (рухових) якостей	10	20
2	Сила і основи методики її виховання	16	20
3	Гнучкість і особливості методики її удосконалення	10	20
4	Швидкісні здібності і основи методики їх виховання	20	20
5	Спритність (координаційні здібності) і методика її вдосконалення	10	20
6	Витривалість і особливості методики її виховання	10	20
Разом		76	120

8. Види і зміст поточних контрольних заходів

№	Види поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання та термін виконання	Усього балів
1	Практичні завдання в СЕЗН ЗНУ	Виконання письмового завдання, захист на практичному занятті Система СЕЗН ЗНУ	6 завдань по 4 бали за кожне	24
2	Проходження тестів за 6 темами курсу в СЕЗН ЗНУ	Система СЕЗН ЗНУ	6 завдань по 2 бали за кожне завдання	12
3	Завдання із самостійної роботи в СЕЗН ЗНУ	Представлення самостійно розробленої презентації за наданою тематикою на практичних заняттях. Система СЕЗН ЗНУ	6 завдань по 4 бали за кожне	24
Усього за змістові модулі	**3**			60

9. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
Залік	Тестування в СЕЗН ЗНУ	Тестування з питань курсу (у СЕЗН ЗНУ)	40 тестових питань (вибір правильної відповіді з декількох можливих) по 0,25 бали за кожне	10
	Усна відповідь на питання та 1 практичне завдання	Два теоретичних питання і одне практичне завдання (перелік питань подано у СЕЗН ЗНУ)	Теоретичне питання – 10 балів Теоретичне питання – 10 балів Практичне питання – 10 балів	30
Усього балів				40

Критерії оцінки знання теоретичного питання:

15-20 балів – студент дає обґрунтовані, глибокі та теоретично правильні відповіді на поставлені питання, демонструє здатність здійснювати порівняльний аналіз різних теорій, концепцій, робити логічні висновки та узагальнення, здатність висловлювати та аргументувати власне ставлення до альтернативних поглядів на певне питання; використовує фактичні та статистичні дані, які підтверджують відповідь на питання; демонструє знання законодавчих та нормативних актів України, підручників, посібників.

4-14 балів – студент володіє знаннями матеріалу на рівні вимог, наведених вище, але, розкриваючи суть питань, припускається незначних помилок у формулюванні термінів і категорій, використанні цифрового матеріалу, викладає суть питань недостатньо глибоко.

0-3 балів – студент зовсім не відповідає на поставлені питання або відповідає неправильно. Зроблені висновки є помилковими. Відповідаючи, студент значно ухиляється від теми, що свідчить про нерозуміння ним поставленого питання.

Критерії оцінки розв'язання практичного завдання:

5–10 балів – студент дає повну, вичерпну відповідь, яка складається з доцільного логічного і теоретичного обґрунтування;

4–9 балів – студент або виконав завдання без теоретичного обґрунтування, або зробив теоретичне обґрунтування, але припустився помилок;

0–3 балів – студент зовсім не розв'язав практичне завдання або розв'язав неправильно.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		

10. Рекомендована література

Основна:

1. Тищенко В. О., Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Теорія і методика фізичного виховання (загальні основи) : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності 014 «Середня освіта» освітньої-професійної програми «Середня освіта (Фізична культура)». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 61 с.

2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ : Олімпійська література, 2003. 424 с.

3. Шиян Б. М., Омельяненко І. О. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2012. 304 с.

3. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту. Ч. 1. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2010. 180 с.

4. Шамардіна Г.М. Основи теорії та методики фізичного виховання. Дніпропетровськ : Пороги, 2007. 486 с.

5. Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О. Теорія і методика фізичного виховання : навчальний посібник у схемах. Запоріжжя : ЗНУ, 2012. 216 с.

6. Чиженок Т. М., Тищенко В. О., Коваленко Ю. О. Теоретико-методичні основи виховання фізичних якостей : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності 014 «Середня освіта» освітньої-професійної програми «Середня освіта (Фізична культура)». Запоріжжя : ЗНУ, 2024. 94 с.

7. Шиян Б. М., Папуча В. Г. Теорія фізичного виховання школярів. Тернопіль : Збруч, 2000. 183 с.

8. Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Теорія і методика фізичного виховання (загальні основи) : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт», 014 «Середня освіта (фізична культура)», 227 «Фізична терапія, ерготерапія» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт», «Фітнес та рекреація», «Середня освіта (фізична культура)», «Фізична терапія, ерготерапія». Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 91 с.

Додаткова:

1. Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Теорія і методика фізичного виховання : метод. реком. до самостійної роботи для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Фізичне виховання». Запоріжжя : ЗНУ, 2019. 40 с.

2. Теорія і методика фізичного виховання: термінологічний словник для студентів напряму підготовки «Фізичне виховання» / уклад. : Т. М. Чиженок, Ю. О. Коваленко. Запоріжжя : ЗНУ, 2014. 40 с.

3. Аксьонова О. П. Фізіологічна крива реакції серцево-судинної системи організму дітей і підлітків на фізичні навантаження під час занять фізичною культурою. *Науковий*

часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова : зб. наук. пр. Київ, 2014. С. 13–18.

4. Аксьонова О. П. Технологічні основи конструювання уроку «Фізична культура» : навч.-метод. посіб. для вчителів-практиків. Запоріжжя, 2011. 104 с.

5. Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребрина А. А., Боляк Н. Л. Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закл. заг. сер. освіти : навч.-метод. посіб. Київ : Освіта, 2021. 160 с.

6. Метод рухових задачок у школі розумного руху : навчально-методичний посібник / упор. О. П. Аксьонова. Запоріжжя : ХННРБЦ ЗОР, 2013. 96 с.

7. Тищенко В. О., Коваленко Ю. О. До питання вдосконалення викладання дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання». *Сучасний стан і перспективи вдосконалення національної системи фізичного виховання і спорту в умовах війни та у післявоєнний період***:** збірник матеріалів ІІ науково-практичної конференції 19-20 квітня 2023 року, присвяченої 75-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Ужгород, 2023. С. 152−156.

8. Чиженок Т. М., Коваленко Ю. О. Динаміка збереження гнучкості в підлітків середнього шкільного віку. *Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових праць. фізичне виховання та спорт*. 2020. № 1. С.68−76.

9. Коваленко Ю. О., Чередниченко І. А, Напалкова Т. В., Омок Г. А. Специфіка організації занять фізичною культурою в ліцеях з посиленою військово-фізичною підготовкою на першому році навчання. *Вісник Запорізького національного університету : Збірник наукових праць. фізичне виховання та спорт*. 2024. № 1. С. 133−138.

10. Коваленко Ю. О., Соколова О. В., Польський С. Г., Лимаренко Н. П. Оздоровчі системи як складова фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15: «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)* : зб. наукових праць. 2022. Випуск 10 (155). С. 80−84.

11. Коваленко Ю. О., Крюков Ю. М., Бакуш В. М., Волинець В. О. Деякі аспекти формування техніки плавання та контролю фізичного навантаження під час занять оздоровчим плаванням дітей молодшого шкільного віку. *Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових праць. фізичне виховання та спорт*. 2022. № 2 С. С.27−35.

12. Коваленко, Ю. О., Омельяненко, Г. А., Майструк, А. М., & Майструк, В. В.. Аналіз показників здоров'я плавців на етапі попередньої базової підготовки. Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових праць. фізичне виховання та спорт. Запоріжжя : Видавничий дом «Гельветика». 2024. С. 219-226. https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-1-30.

13. Коваленко Ю.О., Омельяненко Г.А., Бубела О.Ю., Майструк В.В. Особливості врахування віку плавців-чоловіків у побудові багаторічної підготовки та спортивної досконалості. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15: «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт) зб. наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2024. Випуск 7 (180). С. 64-68 https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-1-30

14. Тищенко В.О., Соколова О.В., Коваленко Ю.О., Коваленко Є.О., Романець І.О. Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти: сучасний науковий підхід. Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових праць. фізичне виховання та спорт. Запоріжжя : Видавничий дім «Гельветика». 2024. №4. С. 103-109.

15. Коваленко Юлія, Нестор Каціло, Сурніна Анастасія Вивчення питання впливу секційних занять з футболу на показники здоров'я дітей шкільного віку : зб. наук. пр. «*Нотатки сучасної науки: електронний мультидисциплінарний науковий часопис*» у межах науково-практичної конференції «*Актуальні питання сучасної науки: історія, теорія, практика*». № 20. Харків : СГ НТМ «Новий курс», 2024. С. 78−79.

16. Коваленко Ю.О., Гордик А.М. Роль засобів з футболу у формуванні здоров'я школярів. Збірник за матеріалами VIII *Міжнародної студентської наукової конференції «Теоретичне та практичне застосування результатів сучасної науки*» матеріали VIII Міжнародної студентської наукової конференції, м. Черкаси, 14 лютого, 2025 рік / ГО «Молодіжна наукова ліга». Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп», 2025. С 110-113.

Інформаційні джерела:

1. Електронна адреса: відео-канал ROZUM_RUH. URL: http://surl.li/tryvg.

2. Матеріали обласного етапу Всеукраїнського конкурсу на кращий інноваційний урок фізичної культури та урок з елементами футболу. URL: http://kfkis-zp.blogspot.com/p/blog-page_16.html.

3. Миронова В. В. Інформаційна культура як основа загальної культури людини. URL: http://surl.li/toztr.

4. Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 09.12.2015 № 1320-р. URL: http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/1320-2015-%D1%80#n12.

5. Блог ЛІДЕР. URL: http://mofizkult-zp.blogspot.com

6. Нова фізична культура. Prometheus. URL: http://surl.li/toztf.

11. Регуляції і політики курсу

Відвідування усіх занять є обов'язковим. Відпрацювання пропущених занять здійснюється до завершення курсу.

Політика академічної доброчесності. Наукова комунікація посідає важливе місце у сучасному науковому та освітньому процесі. Важливо, щоб ця комунікація відбувалась на засадах академічної доброчесності, що ґрунтуються на повазі до колег науковців. Проте, не завжди в академічному середовищі можна спостерігати дотримання вимог академічної етики. Одним із сучасних напрямів боротьби з академічним плагіатом є його виявлення і констатація за допомогою комп'ютерних програм. На сьогоднішній день існує ряд програмних засобів, які допоможуть встановити відсоток унікальності тексту https://ula.org.ua/images/uba_document/programs/academ_integrety/Academ_3_12_red3.pdf
Онлайн-платформи та програми для перевірки тексту на плагіат https://osvita.ua/vnz/76907/

Визнання результатів неформальної освіти

Неформальна освіта – це освіта, яка здобувається, як правило, за освітніми програмами та не передбачає присудження визнаних державою освітніх кваліфікацій за рівнями освіти, але може завершуватися присвоєнням професійних та/або присудженням часткових освітніх кваліфікацій. Види неформальної освіти: професійні курси/тренінги – це тренінги та або/семінари з підвищення кваліфікації та/або здобуття нових навичок; громадська освіта – проекти, які направлені на широкі верстви населення, виконувати свою роль як активних громадян, задля формування знань та навичок, необхідних для участі у громадському середовищі та включає в себе неформальні соціальні інституту (громади, бібліотеки, громадські організації, ЗМІ тощо); онлайн-освіта – це інтернет-курс з інтерактивною участю та відкритим доступом через мережу інтернет як здобувачів, так і спікерів; професійне навчання/стажування – навчання безпосередньо на робочому місці під керівництвом відповідальної особи після теоретичної підготовки або одночасно з нею з метою практичного оволодіння спеціальністю, адаптації на робочому місці та інше; мотиваційні лекції – навчання, яке базується на представленні кращих практик та досягнень спікера, дискусіях щодо практичного застосування набутих навичок.

Перезарахування результатів здійснюється на добровільній основі та передбачає підтвердження того, що здобувач вищої освіти досяг результатів навчання, передбачених освітньою програмою, за якою він навчається.

У випадку визнання результатів навчання здобувачу зараховується певна кількість балів відповідно до оцінювання відповідного змістового модуля.

Загальний обсяг балів, що зараховуються здобувачу вищої освіти за підсумками визнання результатів неформального навчання не може перевищувати 25% балів поточного контрольного оцінювання.

Здобувач вищої освіти не може бути звільнений від атестації за підсумками визнання результатів неформального навчання.

Визнання та перезарахування результатів неформального навчання, проводять за заявою здобувача вищої освіти та наявності підтверджуючих документів щодо здобутих знань за програмами неформальної освіти (сертифікатів, кваліфікаційних свідоцтв тощо) на ім'я декана факультету. У випадку подання зазначених вище документів іноземною мовою (як таких, що видані за межами України) заявник подає їх переклад.

Заява повинна містити:

прізвище, ім'я, по батькові; опис результатів неформального навчання, щодо визнання яких подається заява; інформацію про суб'єкт, який здійснював неформальне навчання або з яким пов'язана професійна, громадська або інша діяльність (за наявності), під час якої здобувалися

відповідні результати навчання; інформацію про попереднє навчання та досвід діяльності заявника, під час яких здобувалися результати неформального навчання та/або відповідної діяльності (за наявності); перелік додаткових документів для підтвердження інформації про неформальне навчання (за наявності).

У процесі визнання результатів неформального навчання не підлягають розгляду документи, що підтверджують неформальне навчання та/або професійну, громадську чи іншу діяльність, видані на тимчасово окупованій території України або території держави, визнаної Верховною Радою України державою-агресором або державою-окупантом.

Прийняття рішення про визнання результатів неформального навчання заявника здійснюється комісією випускової кафедри за підсумками оцінювання задекларованих результатів навчання.

Комунікація викладача зі студентами здійснюється під час проведення навчальних занять і поточних та екзаменаційних консультацій, а також через засоби: електронна пошта, Moodle, та месенджери у робочі часи. Викладач відповідає відповідно до графіку навчального процесу.

ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ

ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ НА 2026-2027 н.р. доступний за адресою: https://sites.znu.edu.ua/navchalnyj_viddil/1635.ukr.html.

НАВЧАННЯ ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТИ. Перевірка набутих студентами знань, навичок та вмінь є невід'ємною складовою системи забезпечення якості освіти і проводиться відповідно до Положення про організацію та методику проведення поточного та підсумкового семестрового контролю навчання студентів ЗНУ https://lnk.ua/gk4x2wkVy .

ПОВТОРНЕ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІН. Наявність академічної заборгованості до 6 навчальних дисциплін (у тому числі проходження практики чи виконання курсової роботи) за результатами однієї екзаменаційної сесії є підставою для надання студенту права на повторне вивчення зазначених навчальних дисциплін. Процедура повторного вивчення визначається Положенням про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін та повторного навчання у ЗНУ: https://lnk.ua/9MVwgEpVz .

ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ. Порядок і процедури врегулювання конфліктів, пов'язаних із корупційними діями, зіткненням інтересів, різними формами дискримінації, сексуальними домаганнями, міжособистісними стосунками та іншими ситуаціями, що можуть виникнути під час навчання, регламентуються Положенням про порядок і процедури вирішення конфліктних ситуацій у ЗНУ: https://lnk.ua/EYNg6GpVZ .

Конфліктні ситуації, що виникають у сфері стипендіального забезпечення здобувачів вищої освіти, вирішуються стипендіальними комісіями факультетів, коледжів та університету в межах їх повноважень, відповідно до: Положення про порядок призначення і виплати академічних стипендій у ЗНУ: https://lnk.ua/QRVdWGwe3; Положення про призначення та виплату соціальних стипендій у ЗНУ: https://lnk.ua/3R4avGqeJ.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА. Телефон довіри практичного психолога **Марті Ірини Вадимівни** (061) 228-15-84, (099) 253-78-73 (щоденно з 9 до 21).

УПОВНОВАЖЕНА ОСОБА З ПИТАНЬ ЗАПОБІГАННЯ ТА ВИЯВЛЕННЯ КОРУПЦІЇ Запорізького національного університету: **Банах Віктор Аркадійович**
Електронна адреса: v_banakh@znu.edu.ua
Гаряча лінія: тел. (061) 227-12-76, факс 227-12-88

РІВНІ МОЖЛИВОСТІ ТА ІНКЛЮЗИВНЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ. Центральні входи усіх навчальних корпусів ЗНУ обладнані пандусами для забезпечення доступу осіб з

інвалідністю та інших маломобільних груп населення. Допомога для здійснення входу у разі потреби надається черговими охоронцями навчальних корпусів. Спеціалізована допомога: (061) 228-75-11 (начальник охорони). Порядок супроводу (надання допомоги) осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення у ЗНУ: https://lnk.ua/5pVJr17VP.

РЕСУРСИ ДЛЯ НАВЧАННЯ

НАУКОВА БІБЛІОТЕКА: https://library.znu.edu.ua/. Графік роботи абонементів: понеділок-п`ятниця з 08.00 до 16.00; вихідні дні: субота і неділя.

СИСТЕМА ЕЛЕКТРОННОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ (СЕЗН ЗНУ): https://moodle.znu.edu.ua/.
Посилання для відновлення паролю: https://moodle.znu.edu.ua/mod/page/view.php?id=133015.

ЦЕНТР ІНТЕНСИВНОГО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ: https://sites.znu.edu.ua/child-advance/.