

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

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Декан факультету  
фізичного виховання, здоров'я та  
туризму ЗНУ

М.В. Маліков

«28» серпня 2025 р.

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

підготовки бакалавра

денної та заочної форм здобуття освіти

освітньо-професійна програма Середня освіта (Фізична культура)

спеціальності A4 Середня освіта

галузі знань A 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 №1 від «27» серпня 2025 р.  
Завідувач кафедри ТМФКіС  
А.П. Конох

Погоджено  
Гарант освітньо-професійної  
програми  
О.В. Соколова

2025 рік

**Зв'язок з викладачем (викладачами):** Коваленко Юлія Олексіївна, кандидат педагогічних наук, доцент

**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 фізичну культуру 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 галузі фізичної культури і спорту, формування системи навичок з проведення різних форм фізичного виховання в закладах освіти та особливостей виховання фізичних якостей.

Одне з головних завдань курсу «Теорії і методики фізичного виховання» – сформуванню у здобувачів систему теоретичних знань з фізичної культури, яка в значній мірі визначає рівень і ступінь їхньої освіти, а також рівень їх професійної компетентності; формує практичні навички управління освітнім процесом з фізичної культури, стимулює самопізнання.

Предметом вивчення методики фізичного виховання є встановлення окремих закономірностей фізичного виховання й реалізація загальних закономірностей у педагогічному процесі, що має конкретну спрямованість.

Дисципліна належить до циклу професійної підготовки спеціальності за освітньою програмою «Середня освіта (Фізична культура)». Вивченню даної дисципліни передують опанування таких ОК як ЗП 4 Система середньої освіти в Україні та світі, ЗП 7 Вступ до спеціальності і техніка безпеки, ППС 1 Анатомія людини з основами спортивної морфології, ППС 2 Гімнастика з методикою викладання, ППС 3 Легка атлетика з методикою викладання, а також дисципліна передуює вивченню і щільно пов'язана з такими ОК, як ППС 6 Вікова фізіологія людини з основами гігієни, ППС 12 Сучасні дидактичні засоби, ППС 14 Спортивно-масова робота в закладах середньої освіти, ППОП 4 Сучасні фізкультурно-спортивні програми та методи, ППОП 9 Професійна майстерність вчителя фізичної культури, ППС 16 Навчальна практика, ППС 17 Виробнича практика, ППОП 10 Навчальна практика, ППОП 11 Виробнича практика. Знання з дисципліни є підґрунтям для написання курсової роботи з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання», складання атестаційного екзамену, досягненню мети ОП щодо реалізації професійних компетентностей предметної спеціальності.

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

Виконання групових практичних завдань та підсумкових групових творчих проєктів 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	<b>Обов'язкова</b>	
Семестр	2-й	2-й
Кількість кредитів ECTS	5	5
Кількість годин	150 годин	120 годин
Лекційні заняття	34 год.	6 год.
Практичні заняття	18 год.	6 год.
Самостійна робота	98 год.	108 год.
Консультації	<p><i>особисті – вівторок, четвер, з 11:00 до 13:00, IV корпус, ауд. 303; дистанційні – ZOOM, за попередньою домовленістю</i>  <i>Запис на консультації: visnik_znu@ukr.net</i></p>	
Вид підсумкового семестрового контролю:	<b>ЗАЛІК</b>	
<p>Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ (платформа Moodle)  <a href="https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=10660">https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=10660</a></p>		

### 3. Методи досягнення запланованих освітньою програмою компетентностей і результатів навчання

<i>Компетентності/ Результати навчання</i>	Методи навчання / форми і методи оцінювання
<p><b>Компетентності:</b></p> <p>ЗК 3 Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>ЗК 5 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями, діяти соціально відповідально та свідомо, приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>ЗК 6 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.</p> <p>ЗК 7 Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, до застосування знань у практичних ситуаціях, до генерування нових ідей, виявлення та розв'язання проблем у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків.</p> <p>ЗК 9 Здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вираження національної культурної ідентичності, творчого самовираження, усвідомлювати необхідність рівних можливостей для всіх учасників освітнього процесу.</p> <p>ЗК 11 Здатність виховувати в учнів позитивне ставлення до несхожості до інших культур, поваги до різноманітності та соціокультурних особливостей традицій інших країн у практиці фізичного виховання.</p> <p>СК 2 Здатність формувати предметні компетентності з фізичної культури, медико-біологічних та психологічних основ розвитку фізичних якостей та рухових умінь і навичок засобами інтегрованого навчання.</p> <p>СК 9 Здатність формувати спільноту учнів, у якій кожен відчуває себе її частиною, забезпечувати в освітньому середовищі сприятливі умови для кожного учня, залежно від його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів.</p> <p>СК 12 Здатність застосовувати наукові методи пізнання в освітньому процесі з фізичної культури. Здатність перенесення системи наукових знань у професійну діяльність та в площину навчального предмету, використовувати інновації у професійній діяльності.</p> <p>СК 13 Здатність використовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування у школярів базових знань з фізичної культури, здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, рухових</p>	<p><i>Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:</i> словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна лекція), наочні (презентація, демонстрування, ілюстрації); практичні методи (вправи; практичні завдання, творчо-пошукові завдання).</p> <p><i>Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:</i> метод проблемного викладу матеріалу; пізнавальні дискусії; мозковий штурм, метод заохочення до групової творчої діяльності.</p> <p>Поточний контроль: накопичувальна бально-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, написання та публічний захист ессе).</p>

умінь і навичок.

СК 16 Здатність до розуміння і впровадження в освітній процес школярів сучасних тенденцій і регіональних етнічних традицій та особливостей розвитку фізичної культури, цінувати та поважати різноманітність та мультикультурність.

**Результати навчання:**

ПРН 1 Знати та дотримуватися законодавчих вимог щодо змісту загальної середньої освіти та форм організації освітнього процесу (державні стандарти, типові освітні програми, модельні навчальні програми) з фізичної культури.

ПРН 3 Реалізовувати свої громадянські права і обов'язки, усвідомлювати та утверджувати цінності демократичного суспільства у професійній діяльності. Аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів.

ПРН 4 Розуміти і демонструвати академічні знання щодо закономірностей і принципів формування гармонійно розвиненої особистості учня, зокрема фізичного, психічного, соціального та емоційного компонентів, підвищення функціональних можливостей організму, розвитку фізичних якостей, вдосконалення рухових умінь і навичок у різних видах фізичної активності.

ПРН 9 Уміти розпізнавати та враховувати в освітньому процесі з фізичної культури індивідуальні вікові особливості учнів (навчальні стилі, типи темпераменту, особливості розвитку тощо) та їхній вплив на різні сфери розвитку, психічні процеси учнів.

ПРН 13 Визначати доцільність застосування різних методів наукового пізнання в освітньому процесі з фізичної культури відповідно до змісту навчання; проводити педагогічні дослідження, вміти застосовувати методи педагогічного контролю за якістю навчання учнів; впроваджувати інноваційні педагогічні технології.

ПРН 15 Застосовувати на практиці основні положення анатомії, фізіології, гігієни, біомеханіки, психології для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок учнів різних вікових груп з метою гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку особистості учня.

#### **4. Зміст навчальної дисципліни**

##### **Змістовий модуль 1. *Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна***

Сутність і причини виникнення фізичного виховання у суспільстві. Характеристика ТМФВ як навчальної і наукової дисципліни. Теорія фізичного виховання. Методика фізичного виховання. Предмет теорії фізичного виховання. Джерела і етапи розвитку ТМФВ. Оцінка фізичного розвитку – місцеві, регіональні таблиці. Вікові періоди. Критерії вікової періодизації. Фізична підготовленість. Основа нормативної оцінки фізичної підготовленості. Фізичне виховання. Оздоровчі завдання фізичного виховання. Виховні завдання фізичного виховання. Освітні завдання фізичного виховання. Фізична підготовка. ЗФП (до праці взагалі), СФП (до конкретного виду діяльності). Фізична освіта. Показники фізичної освіти. Фізична досконалість. Показники фізичної досконалості. Рухова активність. Норми рухової активності. Фізична культура. Показниками досягнень у галузі фізичної культури.

##### **Змістовий модуль 2. *Засоби фізичного виховання***

Загальна характеристика засобів фізичного виховання. Визначення понять «рух», «рухова дія», «фізична вправа». Рухова діяльність. Предмет навчання у фізичному вихованні. Формування рухової дії: знання, попередній руховий досвід, рівень розвитку фізичних якостей, засвоєння раціонального способу її виконання шляхом багаторазового повторення. Програма з фізичної культури. Фізичні вправи – основний і специфічний засіб фізичного виховання. Допоміжні засоби фізичного виховання. Гігієнічні фактори Засоби, що забезпечують життєдіяльність людини поза процесом фізичного виховання (норми особистої і суспільної гігієни, навчання, праці, побуту, відпочинку, харчування). Засоби, що включаються в процес фізичного виховання (оптимізація навантажень і відпочинку відповідно до гігієнічних норм; створення зовнішніх умов для занять фізичними вправами – чистота повітря, освітленість, зручність одягу; відновлення після них – лазня, масаж, ультрафіолетове опромінення тощо). Оздоровчі сили природи – сонячні промені, повітря і вода. Особливості виборчого, комплексного і ситуаційного використання засобів. Використання природних сил у процесі фізичного виховання за 2-ма напрямками.

##### **Змістовий модуль 3. *Основи навчання у фізичному вихованні.***

Особливості навчання у фізичному вихованні, визначення поняття. Основним завданням навчання в процесі фізичного виховання. Особливостями навчання руховим діям у фізичному вихованні. Активна рухова діяльність учнів, як необхідна умова оволодіння навчальним матеріалом. Диференційний підхід з урахуванням фізичної підготовленості, віку, статі. Виховання самостійності у виконанні рухових дій. Етапи оволодіння руховими діями. Поняття про рухове вміння, його ознаки. Умови формування рухового вміння. Характеристика ознак рухового вміння – неавтоматизоване керування рухами, свідоме керування рухами, наявність зайвих рухів, скутість рухів, нестабільність та неекономність рухів, швидка втома, невисока швидкість

виконання рухів. Перехід від рухового вміння до рухової навички. Умови переходу від рухового вміння до рухової навички.

#### **Змістовий модуль 4. Методи навчання у фізичному вихованні.**

Визначення вихідних понять: «метод», «методичний прийом», «методика», «методичний підхід». Вимоги до відбору методів навчання у фізичному вихованні. Педагогічне завдання, особливості змісту навчального матеріалу, рівень підготовленості учнів, зовнішні конкретні умови. Професійний рівень вчителя. Методична й технічна підготовленість. Загальні вимоги до вибору методів навчання. Словесні методи – розповідь, бесіда, роз'яснення, вказівка, завдання, команда, підрахунок, оцінка, самооцінка, самонакази, самопроговорювання, усні повідомлення-звіти (методи з використанням зовнішньої та внутрішньої мови). Наочні методи – показ руху – безпосередній і показ за допомогою ілюстрованих посібників. Практичні методи – метод суворо-регламентованої вправи (розучування вправи в цілому та по частинах). Методи частково-регламентованої вправи (змагальний та ігровий методи).

#### **Змістовий модуль 5. Принципи навчання у фізичному вихованні**

Класифікація принципів, взаємозв'язок принципів. Визначення поняття «принцип». Зміст і сутність принципу. Основні вимоги реалізації принципу у фізичному вихованні. Принципи у загальній педагогіці. Загальнопедагогічні принципи. дидактичні принципи. Взаємозв'язок принципів і навчання рухам та виховання фізичних якостей. Активність у навчанні. Умови, при яких розвивається активність. Умови, при яких розвивається свідомість. Загальні вимоги до принципу свідомості і активності. Формування свідомого відношення до занять. Стимулювання свідомого відношення до аналізу, самоконтролю і раціональному використанню сили при виконанні фізичних вправ. Виховання самостійності, ініціативності і творчого відношення до фізичного вдосконалення.

#### **Змістовий модуль 6. Структура процесу навчання руховим діям.**

Визначення структури педагогічного процесу навчання фізичним вправам. Характеристика етапів навчання. Дидактичний цикл навчання. Тривалість етапів. Етап початкового розучування рухової дії. Структура (умовний розподіл) педагогічного процесу навчання фізичним вправам. Назва етапу. Мета етапу та завдання. Особливості етапу початкового розучування рухової дії: осмислення завдань навчання; складання проекту рішення завдань; спроба виконати рухову дію. Створення загальної уяви про рухову дію і надання установки на оволодіння нею. Початкове розучування рухових дій, що мають складну структуру. Перерви між заняттями. Постановка рухового завдання. Формування зорово-логічної уяви. Засоби і методи навчання. Причини виникнення помилок при виконанні рухової дії. Доцільні відхилення. Недоліки у методиці викладання.

### 5. Теми лекційних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.	6	2	1 раз на тиждень
2	Засоби фізичного виховання.	4		1 раз на тиждень
3	Основи навчання у фізичному вихованні.	6	2	1 раз на тиждень
4	Методи навчання у фізичному вихованні.	6		1 раз на тиждень
5	Принципи навчання у фізичному вихованні.	6	2	1 раз на тиждень
6	Структура процесу навчання руховим діям.	6		1 раз на тиждень
Разом		34	6	

### 6. Теми практичних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.	2		1 раз на 2 тижні
2	Засоби фізичного виховання.	4	2	1 раз на 2 тижні
3	Основи навчання у фізичному вихованні.	2		1 раз на 2 тижні
4	Методи навчання у фізичному вихованні.	2	2	1 раз на 2 тижні
5	Принципи навчання у фізичному вихованні.	6		1 раз на 2 тижні
6	Структура процесу навчання руховим діям.	2	2	1 раз на 2 тижні
Разом		18	6	

## 7. Самостійна робота

№ змістового модуля	Питання для самостійного опрацювання	Кількість годин	
		о/д.ф.	з.ф.
1	Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.	20	10
2	Засоби фізичного виховання.	18	20
3	Основи навчання у фізичному вихованні.	18	20
4	Методи навчання у фізичному вихованні.	15	20
5	Принципи навчання у фізичному вихованні.	15	20
6	Структура процесу навчання руховим діям.	12	18
Разом		98	108

## 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. (система СЕЗН ЗНУ)	Виконання письмового завдання, захист на практичному занятті (система СЕЗН ЗНУ)	6 завдань по 4 бали за кожне	24
2	Проходження тесту за матеріалом. Розділу 1. (система СЕЗН ЗНУ)	Система СЕЗН ЗНУ	Один раз у 1 модулі	6
3	Проходження тесту за матеріалом. Розділу 2. (система СЕЗН ЗНУ)	Система СЕЗН ЗНУ	Один раз у 2 модулі	6
4	Завдання із самостійної роботи. (система СЕЗН ЗНУ)	Представлення самостійно розробленої презентації за наданою тематикою на практичних заняттях. Система СЕЗН ЗНУ	6 завдань по 2 бали за кожне	12
5	Проходження тесту за темою (система СЕЗН ЗНУ)	Система СЕЗН ЗНУ	6 тем по 2 бали	12
<b>Усього за змістові модулі</b>	<b>5</b>			<b>60</b>

## 9. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<b>Залік</b>	Тестування в СЕЗН ЗНУ	Тестування (у СЕЗН ЗНУ)	22 тестових питань (вибір правильної відповіді з декількох можливих) по 1 балу	22
<b>ІДЗ</b>	Виконання контрольної роботи (подано у СЕЗН ЗНУ)	3 завдання (подано у СЕЗН ЗНУ)	Виконання кожного завдання по 6 балів (правильні відповіді на теоретичні питання за темами курсу)	18
Усього балів				<b>40</b>

*Індивідуальне дослідницьке завдання (ІДЗ). ІДЗ перевіряється наприкінці семестру за посиланням: <https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=10660>*

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

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

3. 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.

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

5. Метод рухових задачок у школі розумного руху : навч.-метод. посіб. / упор. О. П. Аксьонова. Запоріжжя : ХННРБЦ ЗОР, 2013. 96 с.

6. Розвиток «рухового інтелекту» дітей на заняттях з фізичної культури : наук.-метод. розробка / За ред. О. Аксьонової, Н. Денисенко, С. Циба. Запоріжжя, 2009. 116 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 II 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 ліцях 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., Омеляненко, 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., Омеляненко 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. 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](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: <https://surl.li/zbkfsi>

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](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 інститути (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 перерахування 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 2025-2026 н.р.** доступний за адресою: [https://sites.znu.edu.ua/navchalnyj\\_viddil/1635.ukr.html](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: **Банак Віктор Аркадійович**  
Електронна адреса: [v\\_banakh@znu.edu.ua](mailto: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/>.