

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Затверджено
Вченою радою факультету
фізичного виховання, здоров'я та туризму
Протокол № 1 від 28.08. 2025 р.
Голова ради [підпис] С.І. Караулова

Затверджено
Вченою Радою ЗНУ
Протокол № 30.09. 2025 р.
Заступник голови Вченої ради
[підпис] Олександр БОНДАР



**ПРОГРАМА
АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ**

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Освітньо-професійна програма Фізичне виховання

Рівень вищої освіти другий (магістерський)

Форма здобуття освіти: денна / заочна

Запоріжжя
2025 р.

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Атестаційний екзамен є формою атестації та підсумком освітньої діяльності з підготовки ступеня вищої освіти магістра відповідно вимог стандарту вищої освіти другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт та освітньо-професійної програми «Фізичне виховання».

Атестація здійснюється на підставі оцінювання якості засвоєння змісту освітніх компонентів освітньо-професійної програми «Фізичне виховання» та рівня досягнення програмних результатів навчання, сформованості програмних компетентностей магістра фізичної культури і спорту.

У процесі атестації визначається рівень здатності здобувачів вищої освіти розв'язувати спеціалізовані завдання та практичні проблеми з питань професійної діяльності магістра фізичної культури і спорту.

Структура атестаційного екзамену.

Під час атестаційного екзамену здобувач вищої освіти повинен продемонструвати належний рівень сформованості компетентностей та досягнення програмних результатів навчання, що визначені стандартом вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт та освітньо-професійною програмою «Фізичне виховання» другого (магістерського) рівня вищої освіти, таких як:

- Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.
- Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.
- Вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово.
- Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.
- Розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти.
- Відшуковувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.
- Застосовувати сучасні цифрові технології та спеціалізоване програмне забезпечення, методи статистичного аналізу даних для розв'язання складних задач фізичної культури та спорту.
- Організовувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів.
- Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проєкти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури, а також дотичні до неї міждисциплінарні проєкти.
- Застосовувати нетрадиційні засоби у фізичному вихованні різних верств населення.
- Застосовувати сучасні методи оздоровлення та збереження здоров'я, з урахуванням регіональних особливостей та національних традицій Запорізького краю.
- Впроваджувати сучасні технології фізичного виховання і спорту у фізкультурно-оздоровчу діяльність з різними верствами населення.

З метою забезпечення повного та ґрунтовного оцінювання рівня науково-теоретичної та практичної підготовки здобувачів вищої освіти програма атестаційного екзамену, як комплексна перевірка знань зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітньо-професійної програми «Фізичне виховання» для магістерського рівня вищої освіти.

Вона охоплює освітні компоненти з циклів загальної підготовки, професійної підготовки спеціальності, такі як:

- Методологія і організація наукових досліджень у фізичній культурі і спорті
- Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти
- Інформаційні технології у фізичній культурі і спорті.
- Організація фізичної культури і спорту в ринкових умовах
- Нетрадиційні засоби фізичної культури і спорту
- Сучасні технології у фізичному вихованні і спорті
- Формування здоров'я на основі етнічних традицій

Етапи та порядок проведення атестаційного екзамену

Атестаційний екзамен проводиться в два етапи:

Перший етап атестаційного екзамену проводиться в тестовій формі.

Другий етап екзамену складається з усної відповіді на одне теоретичне питання і одне практичне завдання екзаменаційного білету.

За умов проведення атестаційного екзамену в звичайному (офлайн) режимі атестаційний екзамен має такий порядок проведення:

Перший етап:

Тестування – виконання тестових завдань у СЕЗН ЗНУ у спеціально обладнаній комп'ютерній аудиторії ЗНУ в присутності одного з членів екзаменаційної комісії.

Другий етап:

1. Підготовка усної відповіді на одне теоретичне питання та одне практичне завдання білету атестаційного екзамену.

2. Усна відповідь на питання екзаменаційного білета членам екзаменаційної комісії, та відповідь на питання членів ЕК.

Другий етап атестаційного екзамену проводяться в аудиторії, в якій проходить робота екзаменаційної комісії.

У виключних випадках, пов'язаних з особливостями організації освітнього процесу на територіях можливих бойових дій, за рішенням екзаменаційної комісії атестаційний екзамен проводиться у дистанційному режимі за допомогою платформи Google Meet (або інших сервісів організації відеоконференцій).

У дистанційному форматі атестаційний екзамен має такий порядок проведення:

Перший етап:

Тестування – виконання тестових завдань у СЕЗН ЗНУ.

Другий етап:

1. Підготовка відповіді на одне теоретичне питання і одне практичне завдання екзаменаційного білету з письмовою фіксацією у СЕЗН ЗНУ, з подальшою усною відповіддю в форматі відео-конференції (кожен здобувач отримує електронну копію екзаменаційного білету, номер якого визначається системою для кожного здобувача окремо).

2. Усна відповідь на питання екзаменаційного білета, яка відбувається після візуальної ідентифікації здобувача членами ЕК під час його приєднання до відеоконференції, та відповідь на питання членів ЕК.

Термін проведення атестаційного екзамену не більше 120 хвилин: 40 хвилин – виконання 70 тестових завдань у СЕЗН ЗНУ; 50 хвилин – підготовка відповіді на питання екзаменаційного білета; 30 хвилин – усна відповідь на питання екзаменаційного білета членам ЕК, відповідь на питання членів ЕК.

II. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Оцінка атестаційного екзамену складається з суми балів за проходження тестування, та відповідей на теоретичне питання і виконання практичного завдання екзаменаційного білета.

Знання та вміння здобувача ступеня вищої освіти магістра з фізичної культури і спорту перевіряються та виставляються з кожного завдання окремо в балах. Одержаний бал означає рівень відповідної підготовки.

Максимально можлива оцінка, яку може набрати здобувач за всі завдання дорівнює 100 балів. Відповідь на тестові завдання оцінюється в 30 балів. Відповідь на теоретичне питання екзаменаційного білета оцінюється в 30 балів. Відповідь на практичне завдання екзаменаційного білета оцінюється в 40 балів.

Оцінювання знань студентів під час контролю відбувається на підставі таких критеріїв:

Критерії оцінки виконання тестів:

Оцінка проводиться автоматично в системі СЕЗН ЗНУ

Критерії оцінки знання теоретичного питання:

23–30 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.

11–22 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.

0–10 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:

32–40 балів – студент дає повну, вичерпну відповідь, яка складається з доцільного логічного і теоретичного обґрунтування.

13–31 балів – студент або виконав завдання без теоретичного обґрунтування, або зробив теоретичне обґрунтування, але припустився помилок.

0–12 балів – студент зовсім не розв'язав практичне завдання або розв'язав неправильно.

№ п\п	Оцінювання	За змістову відповідь в цілому
Тестування	30 балів	100 балів
Питання №1 екзаменаційного білета (теоретичне питання)	30 балів	
Питання №2 екзаменаційного білета (практичне завдання)	40 балів	

Загальне оцінювання результатів атестаційного екзамену

Оцінка атестаційного екзамену виставляється за національною та європейськими шкалами за такою системою:

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)		

III. ЗМІСТ АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

МЕТОДОЛОГІЯ І ОРГАНІЗАЦІЯ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ

Наука – продуктивна сила розвитку суспільства. Понятійно-категоріальний апарат науки. Класифікація та основні етапи науково-дослідних робіт. Наукові установи та наукові кадри України.

Основи методології науково-дослідної роботи. Вибір теми дослідження. Планування наукових досліджень. Вивчення та аналіз літературних джерел за темою досліджень. Визначення об'єкта, предмета, мети, завдань наукового дослідження. Композиція наукової праці.

Методи наукових досліджень у фізичній культурі та спорті. Загальна характеристика методів дослідження у фізичному вихованні та спорті. Методи теоретичного аналізу. Методи емпіричного дослідження. Методи, що використовуються на емпіричному та теоретичному рівнях. Математико-статистичні методи обробки даних.

Методологія наукової інформаційної діяльності. Інформаційне забезпечення наукових досліджень. Наукова інформація: пошук, накопичення та обробка.

Академічна доброчесність: принципи, проблеми дотримання. шляхи запобігання плагіату. Академічна доброчесність як сучасна вимога до написання наукової роботи. Прояви академічної недоброчесності. Найпоширеніші методи приховування плагіату та шляхи подолання проблеми.

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Структура та зміст фізичного виховання у закладах вищої освіти. Фізичне виховання у закладах вищої освіти. Гігієнічні основи фізичного виховання студентів.

Методика фізичного виховання студентів закладів вищої освіти. Особливості застосування засобів і методів у процесі фізичного виховання. Українські традиції фізичного виховання. Підвищення працездатності студентів засобами фізичного виховання.

Зміст роботи студентських спортивних секцій у закладах вищої освіти. Сучасні підходи до організації позанавчальних форм фізичного виховання. Організація і проведення самостійних занять. Особливості розвитку фізичних якостей та навчання руховим діям студентів.

Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. Психофізична готовність до успішної професійної діяльності. Фізична культура в науковій організації праці.

ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ

Система інформаційного забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту у вищих навчальних закладах. Інформатизація у фізкультурній культурі і спорті. Дистанційні методи у фізичній культурі і спорті. Основи пошуку інформації. Галузеві бази знань. Електронні засоби навчального призначення: класифікація, позитивні і негативні фактори застосування у фізичній культурі і спорті. Прогностичні напрями застосування інформаційних технологій у галузі фізична культура і спорт. Форматування тексту, електронна схема документу, обробка рисунків, діаграм, робота з таблицями із застосуванням MS Word.

Розробка електронних презентацій навчально-методичного матеріалу щодо представлення методики вивчення рухових дій у фізичній культурі і спорті. Статистична обробка даних навчально-тренувальної та оздоровчої діяльності у галузі фізична культура і спорт із застосуванням електронних таблиць. Основи розробки і застосування систем дистанційного навчання і online трансляції навчального матеріалу. Прогностичні напрями застосування інформаційних технологій у вищих навчальних закладах спортивно-фізкультурного профілю.

ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В РИНКОВИХ УМОВАХ

Теоретичні основи функціонування сфери фізичної культури і спорту в умовах ринку. Фізична культура і спорт в Україні як соціальна система в умовах ринкових відносин. Ринкові аспекти функціонування та розвитку сфери фізичної культури і спорту як об'єкт наукового аналізу. Фізична культура і спорт в Україні в умовах становлення ринку. Фактори формування ринкових відносин у сфері фізичної культури і спорту в Україні.

Розвиток сфери фізичної культури і спорту в умовах ринку. Класифікація послуг, що виробляється фахівцями з фізичної культури і спорту. Головні напрями діяльності спортивних організацій, що забезпечують використання маркетингу.

Ринкове середовище у сфері фізичної культури і спорту. Методологічні основи аналізу функціонування та розвитку сфери фізичної культури і спорту у ринковому середовищі. Система ринкових відносин сфери фізичної культури і спорту. Ринковий вияв результатів фахової діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Зміст та відмінності послуг сфери фізичної культури і спорту.

Фізична культура і спорт в Україні в умовах становлення ринку. Державне регулювання ринкових відносин у сфері фізичної культури і спорту. Методи та форми державного регулювання ринкових відносин у сфері фізичної культури і спорту. Головні принципи розгортання процесу державного регулювання ринкових відносин у сфері фізичної культури і спорту. Державне регулювання якості ФСП. Кадрове забезпечення сфери фізичної культури і спорту у зарубіжних країнах. Регулювання попиту та пропозиції на фізкультурно-спортивні послуги.

Фізкультурно-спортивні організації в умовах ринку. Особливості підприємництва у сфері фізичної культури і спорту. Характеристика послуги професійного спорту. Підприємництво в олімпійському спорті. Підприємництво у сфері оздоровчої фізичної культури.

НЕТРАДИЦІЙНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Розвиток системи фізичного виховання та спорту в Україні. Теоретико-методологічні положення та практичні питання розвитку нетрадиційних засобів у фізичному вихованні та спорті в Україні. Особливості педагогічних систем у фізичному вихованні та спорті.

Нетрадиційні засоби фізкультурно-спортивної діяльності та оздоровчорекреаційної рухової активності як соціальне явище. Соціокультурні передумови виникнення та розвитку нетрадиційних систем і технологій фізкультурно-спортивної діяльності. Типологія культури. Провідні завдання фізкультурно-спортивної діяльності та оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Теорія соціокультурних систем. Соціокультурні особливості і стандарти фізкультурно-спортивної діяльності та оздоровчо-рекреаційної рухової активності населення різних соціокультурних утворень.

Класифікація програм нетрадиційних систем у фізичному вихованні та спорті «традиційні» та «нетрадиційні» засоби фізичного виховання і спорту. Основні принципи нетрадиційних систем фізичного виховання. Класифікація програм нетрадиційних систем фізкультурно-спортивної діяльності. Психологічні, психофізичні та духовні складові нетрадиційних систем і технологій фізкультурно-спортивної діяльності. Нетрадиційні системи і технології фізкультурно-спортивної діяльності на базі східних моделей самопізнання, індуїстської філософської системи, даоської філософської системи, буддистської філософської системи, бойових мистецтв.

Сучасні авторські системи психофізичного удосконалення людини як нетрадиційні засоби фізичного виховання і спортивної діяльності. Оздоровча система П.К. Іванова. Основні положення та методики занять оздоровчої системи М.М. Амосова. Основні положення та методика занять системи психофізичного удосконалення за М. Норбекова. Основні положення та методики занять оздоровчої системи Г. Шаталової.

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ

Системний та технологічний підхід у сучасній освіті. Особливості педагогічних систем і технологій у фізичному вихованні та спорті. Розвиток системи фізичного виховання в Україні. Системний підхід, його місце та роль у науковому пізнанні. Особливості педагогічних систем у фізичному вихованні та спорті. Концептуальні положення технологічного підходу в освіті. Основи типології педагогічних технологій.

Класифікація сучасних технологій у фізичному вихованні та спорті. Основи класифікації педагогічних технологій. Форми реалізації технологій фізкультурно-спортивної діяльності та оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Класифікація програм фізкультурно-спортивної діяльності та оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Сучасні технології у фізичному вихованні і спорті, основою яких є види рухової активності аеробного характеру. Класична аеробіка. Аеробіка з м'ячем. Степ-аеробіка. Терра-аеробіка. Аквааеробіка. Кенго-джамп. Інші види рухової активності аеробного характеру. Орієнтовна кардіопроеграма.

Сучасні технології у фізичному вихованні і спорті, основою яких є оздоровчі види гімнастики. Йога. Фітнес-йога. Аеро-йога. Пілатес. Фітбол. Каланетика. Стретчинг. Засоби координаційних тренувань.

Сучасні технології у фізичному вихованні і спорті, основою яких є види рухової активності силового характеру. Шейпінг Бодіпамп. Бодібілдінг. Кросфіт. Рекомендації щодо силового тренування.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я НА ОСНОВІ ЕТНІЧНИХ ТРАДИЦІЙ

Теоретичні основи формування здоров'я людини. Поняття «здоров'я» людини, як основна дефеніція здоров'язбереження людини. Здоровий спосіб життя, його компоненти. Фізична культура і спорт, як середовище здорового способу життя. Семіфакторна система здоров'я людини. Фізичне здоров'я. Фізіологічне здоров'я. Психічний фактор здоров'я. Енергетичне здоров'я. Духовне здоров'я. Соціальне здоров'я. Родове здоров'я. Загальна концепція здоров'я людини. Менталітет здорової людини. Рухова активність. Дихання. Водний баланс. Раціональне харчування. Очищення організму. Захист організму від негативного впливу середовища.

Етнічні традиції формування здоров'я людини народів світу.

Етнічні традиції формування здоров'я людини в Україні. Традиції збереження здоров'я давніх народів України: трипільля, скіфи, сармати. Традиції збереження здоров'я в Київській Русі. Формування здоров'я людини в традиціях запорозького козацтва, як історико-культурна спадщина українського народу. Козацьке здоров'я.

Методика впровадження етнічних традицій формування здоров'я людини в освітнє середовище в сучасних умовах.

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ахметов, Р. Ф., Кутек, Т. Б. (2022) Методика і методологія наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті. Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 192 с.
2. Грибан Г. П. Управління у сфері фізичної культури і спорту. Житомир : Вид-во «Рута», 2022. 124 с.
3. Данильян О. Г., Дзьобань О. П. Методологія наукових досліджень : підручник / 2-ге вид., перероб. і доп. Харків : Право, 2023. 488 с.
4. Дзяк Г.В., Перцева Т.О., Васильєва Т.Л., Хомазюк Т.А. Витоки і традиції мистецтва лікування в пазлах всесвітньої історії: від давнини до середньовіччя. Герда: Дніпро, 2022. 192 с.
5. Зеніна І. В., Добровольський В. Е., Шишацька В. І. Основи здорового способу життя: оздоровчі фітнес-програми. навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра. КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ: 2021. 78 с.

6. Верітов О. І., Клопов Р. В., Дядечко І. Є., Дутчак Ю. В. Організація та менеджмент спортивних клубів: інноваційні й інформаційні технології. Академічні візії. 2025. № № 46. С. 1-10. URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/2113>.
7. Тищенко В. О., Верітов О. І., Клопов Р. В., Квасниця О. Інтеграція штучного інтелекту та інформаційних технологій в організацію діяльності спортивних. «Академічні візії» категорія Б. 2025. № 44. С. 1-11. URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/2085/1961>.
8. Клопов Р. В., Баркова Ю. О., Ісасва Ю. С. Особливості застосування електронних засобів навчання у підготовці фахівців з фізичного виховання і спорту щодо формування здорового способу життя молоді. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2021. Т. 2. № 74. С. 205-211. URL: chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=http%3A%2F%2Fwww.pedagogy-journal.kpu.zp.ua%2Farchive%2F2021%2F74%2Fpart_2%2F42.pdf&cflen=231417&chunk=true
9. Конох А. П., Товстопятко Ф. Ф., Конох А. А., Римик Р. В., Майструк В. В. Особливості професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до фізкультурно-оздоровчої діяльності в ринкових умовах. Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя: Видавничий дім «Гельветика», 2025. 1. С. 98-105. DOI <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2025-1-12>
10. Конох А.П., Конох А.А., Орлов А.А. Організація фізичної культури і спорту в ринкових умовах: навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістр спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «фізичне виховання», «спорт». Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2025. 115 с.
11. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.
12. Мічуда Ю. П. Акімова М. М., Андрєєва О. В. Удосконалення організаційно-управлінського забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності осіб зрілого віку. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Вип. 1, 2022. С. 37–43.
13. Мозолєв О.М. Організація фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей: навчально-методичний посібник. Хмельницький, Видавець ФОП Цюпак А. А., 2022. 99 с.
14. Момот О. Методологія та організація наукових досліджень : навч.-метод. посіб. Полтава : ПП Астроя, 2023. 99 с.
15. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація". URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>
16. Нетрадиційні засоби фізичної культури і спорту : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності "Фізична культура і спорт" освітньо-професійних програм "Фізичне виховання", "Спорт" / уклад.: О. В. Соколова, Г. А. Омеляненко, В. О. Тищенко, С. Б. Парій. Запоріжжя : ЗНУ, 2023. 90 с.
17. Омеляненко Г. А., Тищенко В. О., Парій С. Б., Андрєєв С. А. Нетрадиційні засоби сучасних фізкультурно-спортивних програм з позицій системного підходу. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2025. № 14. С. 1-14.
18. Омеляненко Г.А., Соколова О.В., Тищенко В.О. Нетрадиційні засоби фізичної культури та спорту як освітній компонент професійної підготовки майбутніх фахівців галузі..Соціально-гуманітарний вісник. Збірник наукових праць, 2025. Випуск 59. С.38-39
19. Омеляненко, Г. А., Товстопятко, Ф. Ф., Бессарабова, О. В., & Сухорущенко, О. О. (2021). Кік-аеробіка як нетрадиційна форма фізичної культури школярів. Фізичне виховання та спорт, (1), 58-64.
20. Основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. / упоряд.: О. В. Онопрієнко, О. М. Онопрієнко. Черкаси : ЧДТУ, 2020. 194 с.

21. Притула О. Л. Дихання життя. Спас: методики для сучасної людини : навчальний посібник. Запоріжжя : Просвіта, 2024. 86 с.
22. Притула О. Л. Енергетичне здоров'я людини. Спас. Міжнар. Акад. здоров'я і успіху "Спас", Всеукр. федерація "Спас", Запоріз. нац. ун-т. - Запоріжжя : Просвіта, 2023. - 136 с. - ISBN 978-966-653-542-2
23. Притула О. Л. Сутність козацької педагогіки в аспекті української етнічної системи збереження здоров'я людини. Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту, фізичної реабілітації та туризму у сучасних умовах життя: матеріали VI між-народної науково-практичної конференції, м. Запоріжжя, 18–19 квітня 2024 р. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2024. С. 444-446.
24. Притула О. Л. Українські народні ігри як засіб оздоровлення населення в контексті семифакторної системи здоров'я і розвитку людини / О. Л. Притула, А. П. Конох // *European integration processes in physical education and sports : Scientific monograph*. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2024. С. 230-248.
25. Притула О. Л., Конох А. П., Тищенко В. О., Товстоп'ятко Ф. Ф. Формування здоров'я на основі етнічних традицій : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 82 с.
26. Притула О. Українська етнічна система збереження здоров'я людини як основа козацької педагогіки . Наука і техніка сьогодні. 2024. № 5 (33). С. 851-858.
27. Притула О. Українські етнічні традиції здорового способу життя і їх місце в сучасній цивілізації. Філософія та управління. 2024. № 1. С. 36–44.
28. Притула О.Л. Спортзал в кишені. Система психофізичних вправ на самосупротив «Характер» посібник з підтримки фізичного здоров'я людини. Запоріжжя: , 2020. 100 с.
29. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять : навч. посіб. / уклад.: С. П. Дудіцька. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 218 с.
30. Пугач Ю. С. Теорія та методика спортивно-масової роботи : навчально-методичні рекомендації. Миколаїв : Іліон, 2021. 97 с.
31. Сергата, Н. С. Використання сучасних фітнес-технологій у фізичному вихованні студентів / Н. С. Сергата, М. О. Сергатий // Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Вип. 3К (176). С. 418-421.
32. Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту : навч. посібник. Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.
33. Сергієнко Л. С. Технології наукових досліджень у фізичній культурі : підручник для студентів вищих навчальних закладів : у 2 кн. Київ : Навчальна книга – Богдан, 2023. Кн.1. 496 с.
34. Соколова О., Сидорін В. О. Комплексна оцінка стану здоров'я студентів. Вісник Запорізького національного університету : збірник наук. праць. Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя : Запорізький національний університет. 2021. № 1. С. 102-107. URL: <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2021-1-14>.
35. Спас – бойова культура українського народу : науково-методична збірка / Притула О.Л., Конох А.П., Рябека О.Г., Рижов К.А., Щербаків С.К. Запоріжжя : ТанDEM, 2024. 116 с.
36. Спортивний менеджмент у США. Sport blog USA. URL: http://sportmanagm.blogspot.ru/2008/08/blog-post_8836.html.
37. Сучасні технології у фізичному вихованні і спорті : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми “Фізичне виховання” / уклад. : О.В. Соколова, Г.А., Омеляненко, В.О. Тищенко, С.Б. Парій. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2023. 76 с.
38. Теорія здоров'я, здорового способу життя та нетрадиційні засоби оздоровлення : курс лекцій / уклад. Н. Корнійчук, А. Гарлінська, О. Заблоцька. Житомир, 2022. 196 с.

39. Тищенко В. О., Соколова О. В., Коваленко Ю. О. Методологія і організація наукових досліджень у фізичній культурі і спорті : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 146 с.
40. Тищенко В. О., Соколова О. В., Коваленко Ю. О. Методологія і організація наукових досліджень у фізичній культурі і спорті : навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 180 с.
41. Тищенко В., Омеляненко Г., Крюков Ю., Яковченко А. Підвищення ефективності процесу фізичного виховання школярів сучасними фітнес-технологіями. Фізичне виховання та спорт. 2022. Т. 1. С. 36-41.
42. Тищенко В.О., Коваленко Ю.О., Соколова О.В., Окопний А.М., Ковальчук Л.В. Інтеграція особистісно-орієнтованого підходу у дисципліну «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти». Фізичне виховання та спорт, 2025, (1), 146-152.
43. Тищенко В.О., Омеляненко Г.А., Скрипка А.С. «Сучасні фізкультурно-спортивні програми та методи»: стратегія розвитку та інноваційні тренди. Креативна трансформація та модернізація сучасного суспільства: наук.-практ. конф. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. С. 6-7.
44. Тищенко В.О., Соколова О.В. Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти: конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітньо-професійної програми «Фізичне виховання». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 69 с.
45. Тищенко В.О., Соколова О.В. Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти: навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітньо-професійної програми «Фізичне виховання». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 154 с.
46. Тищенко В.О., Соколова О.В., Коваленко Є.О., Коваленко Ю.О., Романець І.О. «Теорія і методика фізичного виховання у закладах вищої освіти»: сучасний науковий підхід. Фізичне виховання та спорт, 2024, (4), 103-109
47. Тищенко В.О., Соколова О.В., П'ятничук Г., П'ятничук Д. (2025). Підготовка фахівців фізичної культури та спорту в закладах вищої освіти країн європейського простору. *Physical culture and sport: scientific perspective*, 2(1), С. 80-87.
48. Федоренко, В. М., Гарлінська, А. М., Шевчук, Д. В., & Солодовник, О. В. (2024). Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології як один із способів покращення викладання фізичного виховання. *Здоров'я особи та суспільства: проблеми, виклики та перспективи*, 57-64.
49. Характерництво Запорозького козацтва як елемент нематеріальної культурної спадщини України : збірка / Конох, Анатолій Петрович; Притула, Олександр Леонтійович; Терлецький, Валентин Миколайович; Богуш, Денис Олександрович; Каляндрук, Тарас Богданович ; Департамент культури, та інформ. політики Запоріз. облдержадмін. [та ін.]. Запоріжжя : Тандем, 2022. 97 с. ISBN 978-966-488-261-0.
50. Хома Т. В. Основи наукових досліджень у фізичному вихованні і спорті : опорні конспекти лекцій. Ужгород, 2023. 120 с.
51. Шинкарьова О. Д. Методика викладання сучасних фітнес-технологій. Навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти спец. «017 Фізична культура і спорт». Полтава: Видавництво ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 2022. 106 с.
52. Bores-García D., Hortigüela-Alcalá D., Fernandez-Rio F. J., González-Calvo G., Barba-Martín R. Research on cooperative learning in physical education: Systematic review of the last five years. *Research quarterly for exercise and sport*. 2021. 92(1), P. 146-155.

53. Cojocaru, A.-M.; Cojocaru, M.; Jianu, A.; Bucea-Manea-Țoniș, R.; Păun, D.G.; Ivan, P. The Impact of Agile Management and Technology in Teaching and Practicing Physical Education and Sports. *Sustainability* 2022, 14, 1237.
54. Karasievych, S., Maksymchuk, B., Kuzmenko, V., Slyusarenko, N., Romanyshyna, O., Syvokhop, E., Kolomiitseva, O., Romanishyna, L., Marionda, I., Vykhreshch, V., Oliinyk, M., Kovalchuk, A., Halaidiuk, M., & Maksymchuk, I. (2021). Training Future Physical Education Teachers for Physical and Sports Activities: Neuropedagogical Approach. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12 (4), 543-564. <https://doi.org/10.18662/brain/12.4/264>
55. Woessner, M.N.; Tacey, A.; Limor, A.L.; Parker, A.G.; Levinger, P.; Levinger, I. The Evolution of Technology and Physical Inactivity: The Good, the Bad, and the Way Forward. *Front. Public Health* 2021, 9, 672.

V. ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

1. У чому полягає сутність науки як сфери пізнання та людської діяльності?
2. Як здійснюється формулювання теми наукового дослідження, і які вимоги висуваються до її значущості?
3. Яким чином здійснюється постановка мети і завдань наукового дослідження?
4. Розкрийте сутність об'єкта та предмета наукового дослідження у фізичній культурі і спорті. Наведіть приклади їх правильного формулювання.
5. Які існують основні етапи організації наукового дослідження у галузі фізичної культури і спорту? Охарактеризуйте їх зміст та взаємозв'язок.
6. Поясніть різницю між методами емпіричного та теоретичного рівня дослідження. Які методи найбільш доцільно застосовувати у спортивній науці?
7. Які основні вимоги до написання та оформлення наукової статті, магістерської роботи чи дисертації? Розкрийте значення академічної доброчесності.
8. Які джерела інформації використовуються в науково-дослідній роботі, і якими критеріями керуються при їх відборі?
9. Розкрийте особливості вибору контингенту дослідження та формування груп у наукових дослідженнях з фізичної культури і спорту. Які критерії відбору (вік, стать, спортивна кваліфікація, стан здоров'я, рівень фізичної підготовленості тощо) слід враховувати? Які існують принципи створення експериментальної та контрольної груп? Як забезпечується їхня порівнюваність і достовірність результатів?
10. Поясніть різницю між гіпотезою, метою та завданнями наукового дослідження. Наведіть приклади з тематики фізичної культури і спорту.
11. Розкрийте основні завдання та принципи фізичного виховання у закладах вищої освіти. Як вони співвідносяться з сучасними освітніми стандартами?
12. Розкрийте сучасні тенденції розвитку фізичної культури та спорту у системі вищої освіти.
13. Охарактеризуйте структуру та зміст навчальної програми (силабусу) з фізичного виховання у закладах вищої освіти. Які критерії ефективності її реалізації?
14. Дайте визначення методів і форм організації занять із фізичного виховання у закладах вищої освіти. Наведіть приклади їх поєднання в освітньому процесі.
15. Назвіть і охарактеризуйте засоби фізичного виховання: їх класифікацію та характеристику в процесі навчально-тренувальної роботи.
16. Поясніть роль інноваційних технологій і нетрадиційних засобів у підвищенні мотивації студентів до занять фізичним вихованням.
17. Охарактеризуйте систему контролю та оцінювання фізичної підготовленості студентів у ЗВО. Яке значення має моніторинг функціонального стану для індивідуалізації занять?
18. Розкрийте особливості проведення занять з фізичного виховання зі студентами з різним рівнем підготовленості.

19. Охарактеризуйте теоретичні аспекти здоров'язберезжувальних технологій у фізичному вихованні студентів; фізичне виховання як засіб формування здорового способу життя у студентської молоді.
20. Охарактеризуйте систему інформаційного забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту у вищих навчальних закладах.
21. Схарактеризуйте Дистанційні методи у фізичній культурі і спорті.
22. Оцініть електронні засоби навчального призначення: класифікація, позитивні і негативні фактори застосування у фізичній культурі і спорті.
23. Проаналізуйте основи пошуку інформації. Галузеві бази знань.
24. Визначте основи розробки і застосування систем дистанційного навчання і online трансляції навчального матеріалу.
25. Надайте основи технології пошуку спеціалізованої галузевої інформації в Інтернет.
26. Розкрийте психологічні аспекти фізичного виховання: мотивація до систематичних занять фізичними вправами. Фізична культура як засіб профілактики стресу і поліпшення психоемоційного стану студентів.
27. Розкрийте сутність і специфіку організації масової фізичної культури та спорту в умовах ринкових відносин.
28. Визначте основні джерела фінансування фізичної культури і спорту в ринковій економіці (державні, приватні, спонсорські, грантові).
29. Поясніть роль конкуренції, платних послуг і комерційних проєктів у розвитку спортивно-оздоровчої діяльності.
30. Назвіть та охарактеризуйте ключові напрями менеджменту і маркетингу у сфері фізичної культури і спорту.
31. Проаналізуйте регіональні особливості організації фізичної культури і спорту в Запорізькому регіоні (з урахуванням козацької спадщини та туристично-рекреаційного потенціалу).
32. Оцініть проблеми та перспективи розвитку фізичної культури і спорту в Україні в умовах інтеграції до світового освітньо-спортивного простору.
33. Надайте визначення поняттю «бізнес-план» і яка його мета?
34. Охарактеризуйте сучасні підходи до управління в фізичній культурі і спорті?
35. Як ви розумієте вплив громадських організацій на розвиток сфери фізичної культури і спорту? Охарактеризуйте основні джерела фінансування громадських організацій спортивного профілю?
36. Назвіть основні документи, що регламентують підготовку і проведення фізкультурно-спортивного заходу? Охарактеризуйте основні фінансові витрати на проведення фізкультурно-спортивного заходу?
37. Назвіть соціокультурні основи класифікації нетрадиційних систем і технологій у фізичному вихованні та спорті.
38. Охарактеризуйте «традиційні» та «нетрадиційні» засоби фізичного виховання.
39. Охарактеризуйте нетрадиційні засоби фізичної культури і спорту на базі бойових мистецтв.
40. Охарактеризуйте нетрадиційні системи і технології фізкультурно-спортивної діяльності на базі східних моделей самопізнання.
41. Охарактеризуйте нетрадиційні системи і технології фізкультурно-спортивної діяльності, побудовані на базі індустської філософської системи.
42. В чому полягає основна відмінність нетрадиційних систем фізичної культури і спорту від рекреаційних програм?
43. Надайте короткий опис чинників, за якими можна класифікувати нетрадиційні засоби фізичного виховання.
44. Надайте коротку характеристику основним структурним елементам системи Цигун.
45. Надайте характеристику основних положень та методики занять оздоровчої системи М.М. Амосова.

46. 8. Надайте характеристику соціокультурному підґрунтю розвитку нетрадиційних систем і технологій у фізичному вихованні та спорті.
47. Як системний та технологічний підходи взаємодіють у формуванні фізичних навичок?
48. Які основні принципи технологічного підходу в освіті та спорті?
49. Як сучасні технології впливають на масову фізкультурно-спортивну діяльність?
50. Як сучасні технології інтегруються в освітній процес фізичної культури?
51. Класифікація сучасних технологій у фізичному вихованні та спорті
52. Сучасні технології у роботі з різними віковими групами.
53. Провідні завдання фізкультурно-спортивної діяльності та оздоровчо-рекреаційної рухової активності.
54. На яких трьох базових елементах рухової активності ґрунтується класифікація фітнес-програм?
55. Які науково-дослідницькі організації України розробляють сучасні фізкультурно-оздоровчі програми?
56. Які типи сучасних фітнес-програм дозволяють технічні можливості тренажерів?
57. Що таке етнічні традиції здоров'я і яке їхнє місце в сучасній системі охорони здоров'я?
58. Дайте визначення дефініцій «Психічне здоров'я», «Енергетичне здоров'я», «Духовне здоров'я».
59. Які історичні фактори вплинули на формування традиційних методів збереження здоров'я?
60. Охарактеризуйте етнічні традиції формування здоров'я в аспекті семіфакторної системи здоров'я людини.
61. Розкрийте тему формування та збереження здоров'я в Київській Русі та Запорозькій Січі.
62. Як можна популяризувати традиційні знання про здоров'я серед молодого покоління?
63. Які нові загрози для здоров'я виникають в сучасному світі і як з ними боротися за допомогою традиційних методів?
64. Як традиційні знання про здоров'я можуть допомогти в подоланні стресу і покращенні якості життя?
65. Охарактеризуйте традиції формування здоров'я етносів в Україні.
66. Опишіть систему формування здоров'я «Характер».

VI. ПРИКЛАДИ ТЕСТОВИХ І ПРАКТИЧНИХ ЗАВДАНЬ

Приклади тестових завдань:

Приклад 1

Який з наведених методів належить до емпіричних методів** наукового дослідження у фізичній культурі?

- А) Аналіз літературних джерел
- В) Анкетування
- С) Математична статистика
- Д) Узагальнення передового досвіду

Приклад 2

Яка мета фізичного виховання у закладах вищої освіти відповідно до сучасних концепцій?

- А) Підготовка до професійної діяльності у спорті
- В) Розвиток гнучкості та сили
- С) Формування здорового способу життя та фізичної підготовленості студентів
- Д) Підготовка до участі у змаганнях

Приклад 3

Що є ключовим елементом при організації спортивного клубу в ринкових умовах?

- А) Залучення студентів
- В) Спонсорська підтримка
- С) Адміністративна підтримка вишу

D) Забезпечення спортивного інвентарю

Приклад 4

До нетрадиційних засобів фізичної культури відноситься:

- A) Баскетбол
- B) Йога
- C) Плавання
- D) Легка атлетика

Приклад 5

Що з нижченаведеного є прикладом використання ****цифрових технологій**** у фізичному вихованні?

- A) Проведення занять на свіжому повітрі
- B) Використання фітнес-браслетів для моніторингу активності
- C) Вивчення теорії фізичного виховання
- D) Оцінювання нормативів вручну

Приклад 6

Яка структура наукової статті є правильною?

- A) Вступ – Гіпотеза – Методика – Таблиці – Висновки
- B) Тема – Обґрунтування – Література – Дискусія – Висновок
- C) Вступ – Методика – Результати – Обговорення – Висновки
- D) Анотація – Вступ – Діагностика – Рефлексія

Приклад 7

Основним принципом фізичного виховання у ЗВО є:

- A) Принцип тотальної фізичної активності
- B) Принцип змагальності
- C) Принцип свідомості та активності
- D) Принцип одноманітності

Приклад 8

Який документ регулює діяльність суб'єктів фізичної культури і спорту в Україні?

- A) Кодекс про освіту
- B) Закон України «Про фізичну культуру і спорт»
- C) Постанова Кабінету Міністрів про ЗВО
- D) Конституція України

Приклад 9

Фітбол-гімнастика в основному спрямована на:

- A) Розвиток витривалості
- B) Підвищення швидкісних якостей
- C) Поліпшення координації та роботи опорно-рухового апарату
- D) Формування змагальної практики

Приклад 10

Що є перевагою використання інтерактивних платформ у навчанні фізичної культури?

- A) Зменшення теоретичного навантаження
- B) Можливість дистанційного моніторингу активності студентів
- C) Відмова від практичних занять
- D) Формування змагальної мотивації

Приклади практичних завдань:

Приклад 1

Тема: Розробка комплексу вправ для розвитку фізичних якостей студентів

Завдання:

1. Оберіть одну з основних фізичних якостей (сила, витривалість, гнучкість, швидкість, координація).
2. Розробіть комплекс вправ для розвитку цієї фізичної якості для студентів 1-го курсу.

3. Обґрунтуйте вибір кожної вправи та поясніть, як вона сприяє розвитку обраної якості.
4. Вкажіть, як можна адаптувати вправи для студентів з різним рівнем фізичної підготовки.
5. Створіть план тренувального заняття тривалістю 45 хвилин, включаючи розминку, основну частину та заминку.

Приклад 2

Тема: Моніторинг фізичного стану студентів

Завдання:

1. Розробіть план контролю фізичної підготовленості студентів протягом семестру.
2. Оберіть 3-4 основні тести для оцінки рівня фізичної підготовки (наприклад, тест Купера, стрибок у довжину з місця, піднімання тулуба з положення лежачи тощо).
3. Поясніть, чому саме ці тести обрані для моніторингу.
4. Розробіть таблицю оцінок для студентів на основі вікових та фізіологічних норм.

Приклад 3

Тема: Організація спортивних змагань серед студентів

Завдання:

1. Розробіть план спортивного змагання (наприклад, легкоатлетичного кросу або турніру з волейболу).
2. Опишіть етапи підготовки та проведення змагань (підготовка, проведення та післяматчевий аналіз).
3. Складіть розклад та правила для кожного етапу змагання.
4. Обґрунтуйте вибір системи суддівства та критерії оцінки результатів.
5. Визначте, як можна залучити до змагань студентів з різним рівнем фізичної підготовки.

Приклад 4

Тема: Розробка програми з фізичного виховання для студентів з обмеженими фізичними можливостями

Завдання:

1. Визначте особливості фізичного виховання для студентів з певними обмеженнями у здоров'ї.
2. Розробіть індивідуальну програму тренувань для студентів з обмеженими фізичними можливостями з акцентом на реабілітацію та покращення функціональних можливостей.
3. Опишіть, які методи контролю та оцінки фізичного стану будуть використовуватися під час програми.
4. Поясніть, як можна інтегрувати цих студентів у загальний процес фізичного виховання у вищому закладі освіти.

Приклад 5

Тема: Оцінка впливу фізичних навантажень на навчальну діяльність студентів

Завдання:

1. Проведіть аналіз наукових джерел, які досліджують взаємозв'язок між фізичною активністю та успішністю студентів.
2. Розробіть анкету для оцінки впливу фізичних навантажень на навчальну діяльність студентів.
3. Здійсніть опитування серед студентів, які займаються регулярною фізичною активністю.
4. Проаналізуйте отримані результати та зробіть висновки щодо впливу фізичних занять на їхню успішність.

Приклад 6

Тема: Публікація статті

Завдання:

Молодий дослідник завершив роботу над статтею про вплив високоінтенсивних інтервальних тренувань на студентів-спортсменів. Він планує подати її у міжнародний журнал.

Які критерії вибору журналу Ви б порадили? На що звернути увагу: індексація, імпакт-фактор, тематика, мова публікації?

Приклад 7

Тема: Побудова дискусії

Завдання:

Студент отримав результати: нова методика тренувань дала приріст сили на 12% у футболістів, але у схожому дослідженні іншого автора ефект становив 20%.

Як правильно побудувати розділ «Дискусія»: які можливі причини розбіжностей потрібно проаналізувати?

Приклад 8

Тема: Вибір дизайну дослідження

Завдання:

Викладач хоче перевірити, чи впливає регулярна участь у спортивних іграх на рівень комунікативних навичок студентів.

Який дизайн дослідження буде доцільним: експериментальний, квазіекспериментальний чи кореляційний? Чому?

Приклад 9

Завдання: Скласти бізнес-план приватного спортивного клубу або фітнес-центру. Передбачити: місію та мету; цільову аудиторію; джерела фінансування; орієнтовний кошторис доходів і витрат; маркетингову стратегію.

Приклад 10

Завдання: Розробіть програму організації масового спортивно-оздоровчого заходу (наприклад, «День здоров'я у громаді»). Вказати: мету і завдання; формат та етапи проведення; організаційну структуру команди; план фінансування (державні, спонсорські, учасницькі внески).

Приклад 11

Завдання: Розробіть пропозицію щодо використання туристично-рекреаційного потенціалу Запорізького регіону для розвитку масової фізичної культури і спорту. Приклади напрямів: козацькі традиції; спортивно-туристичні маршрути; фестивалі бойових мистецтв; кросфіт або велопробіги на природних локаціях.

Приклад 12

Завдання: Розробити типологію нетрадиційних засобів фізичного виховання та спорту за різними критеріями (чинниками). Обґрунтувати вибір цих чинників, пояснити їх значення для класифікації та практичного застосування.

Приклад 13

Завдання: Визначити критерії класифікації нетрадиційних засобів фізичного виховання та спорту (наприклад: мета застосування, фізіологічний ефект, середовище проведення, інтенсивність, вікові групи, психологічний вплив).

Приклад 13

Завдання: Складіть короткий комплекс вправ (3–5 асан) з інтеграцією дихання та концентрації для студентської групи. Опишіть очікуваний фізіологічний та психологічний ефект від виконання комплексу.

Приклад 14

Тема: Сучасні технології у роботі з різними віковими групами

Завдання: Розробіть міні-тренувальну програму для певної вікової або соціальної групи з використанням сучасних технологій. Обґрунтуйте вибір технологій та їх користь для групи.

Приклад 15

Тема: Класифікація сучасних технологій у фізичному вихованні та спорті

Завдання: Складіть класифікаційну таблицю сучасних технологій, що застосовуються у фізичному вихованні та спорті, з описом призначення та прикладів використання кожного виду технологій