

**УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**

Факультет початкової освіти та фізичної культури
Кафедра *теорії та методики фізичної культури*

ЗАТВЕРДЖЕНО

Проректор з навчальної роботи



Наталія Борбич

«29» серпня 2025 року

СХВАЛЕНО

на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури

Протокол №_1 від 27.08.2025 року

Завідувач кафедри



Олександр Митчик

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми
Середня освіта (Фізична культура)



Наталія Денисенко

«29» серпня 2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

ОК 35. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

освітньо-професійна програма
освітній ступінь
галузь знань
спеціальність
предметна спеціальність
академічна група

Середня освіта (Фізична культура)
бакалавр
01 Освіта/Педагогіка
014 Середня освіта
014.11 Середня освіта (Фізична культура)
21 ФК

РОЗРОБНИК(И): Наталія ДЕНИСЕНКО, доктор педагогічних наук, Заслужений вчитель України, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури

1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента		
Кількість кредитів – 4/4*	Галузь знань	Очна (денна) / Заочна форма навчання		
	Спеціальність	Статус освітнього компонента <u>Обов'язковий</u> / <u>Вибірковий</u>		
Змістових модулів – 4	Освітній ступінь: бакалавр	Рік підготовки: 2-3		
Загальна кількість годин – 120/120*		Семестр:		
		Лекції 40/24*	Семінари / Практичні 50/30*	Лабораторні
		Самостійна робота 22/53*		
		Консультації – 8/13*		
		Вид контролю: <u>екзамен</u>		

1.1. Анотація освітнього компонента

Освітній компонент «Теорія і методика фізичного виховання» посідає центральне місце в системі професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, орієнтованої на цінності та засади Нової української школи. Вивчення дисципліни забезпечує формування науково обґрунтованого уявлення про фізичну культуру як соціально значущу сферу, що інтегрується у загальний освітній процес і відіграє ключову роль у гармонійному розвитку особистості учня.

Особливого значення набуває опанування здобувачами освіти сучасних підходів до проєктування змісту фізичного виховання відповідно до вимог державних стандартів, потреб здобувачів освіти та викликів часу. Акцент робиться на оновленні методик проведення уроків фізичної культури, упровадженні інноваційних педагогічних практик, розвитку гнучкого мислення, педагогічної мобільності та здатності адаптуватися до динаміки змін в освітньому середовищі.

Актуальність курсу визначається нормативно-правовими та концептуальними засадами сучасної освітньої політики: Концепцією «Нова українська школа», Державним стандартом базової середньої освіти, Концепцією розвитку педагогічної освіти, законами України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», «Про вищу освіту», а також іншими документами, що регламентують зміст, мету і засоби реалізації якісної шкільної освіти.

Зміст освітнього компонента сприяє формуванню у майбутніх педагогів здатності діяти етично й соціально відповідально, критично аналізувати педагогічні ситуації, ефективно використовувати цифрові технології, приймати самостійні рішення та генерувати креативні освітні ідеї.

Фахова складова курсу охоплює опанування методик навчання фізичної культури, розвиток умінь адаптувати зміст занять до вікових, індивідуальних і психофізіологічних особливостей школярів, здійснювати об'єктивне оцінювання навчальних досягнень, створювати інклюзивне освітнє середовище та налагоджувати партнерську взаємодію з усіма учасниками освітнього процесу.

Засвоєння дисципліни формує основу для становлення висококваліфікованого фахівця – ініціативного, інноваційного, соціально відповідального вчителя фізичної культури, здатного впроваджувати компетентнісний підхід, сприяти фізичному розвитку школярів і формувати здоров'язбережувальну культуру у сучасному освітньому просторі.

1.2. Мета та завдання освітнього компонента

Метою освітнього компонента «Теорія і методика фізичного виховання» є забезпечення професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, здатного реалізовувати цілі фізичного виховання в умовах Нової української школи через опанування сучасних методик навчанням новим видам рухової активності, форм і засобів фізичної культури, розвиток інноваційного педагогічного мислення, формування готовності до інклюзивного, здоров'язбережувального та компетентнісного навчання відповідно до державних стандартів.

Завдання:

Основними завданнями вивчення ОК «Теорія і методика фізичного виховання» є формування в здобувачів вищої освіти професійної готовності до діяльності в умовах Нової української школи.

Це включає забезпечення глибокої теоретичної та практичної підготовки, розвиток педагогічного мислення, формування ціннісного ставлення до фізичної культури та здоров'я, а також опанування сучасних методик, які відповідають потребам учнівства XXI століття.

У процесі вивчення дисципліни студенти мають змогу розвивати soft skills – соціально-психологічні компоненти професійної компетентності сучасного вчителя: здатність критично аналізувати, оцінювати та інтерпретувати інформацію; логічно мислити, діяти креативно й гнучко в нестандартних ситуаціях; ефективно планувати, управляти часом, презентувати власну позицію та діяти відповідально в освітньому середовищі.

1.3. Пререквізити та постреквізити

Пререквізити:

Для успішного опанування освітнього компонента «Теорія і методика фізичного виховання» здобувач повинен мати сформовану базу знань і практичних навичок, здобутих у процесі вивчення таких освітніх компонентів, як:

Анатомія, фізіологія людини. Забезпечують розуміння структурно-функціональних особливостей організму й принципів адаптації до фізичних навантажень, що є фундаментом для розроблення безпечних і ефективних програм фізичного виховання.

Загальна педагогіка та психологія. Дадуть змогу враховувати вікові, психологічні та педагогічні чинники навчання, розуміти мотивацію здобувачів і застосовувати адекватні методи взаємодії в освітньому процесі.

Комунікативні та командні навички (у тому числі через неформальну освіту), вміння рефлексувати. Служать базою для організації й проведення уроків та позакласних заходів у тісній співпраці з колегами, учнями та стейкхолдерами.

Елементарні вміння з рухової діяльності (спортивні методики). Забезпечують практичну готовність до демонстрації, аналізу та корекції техніки рухових дій під час занять з фізичної культури.

Початкові навички застосування ІКТ в освіті. Дозволяють організувати навчальний процес із використанням сучасних цифрових ресурсів, створювати й адаптувати мультимедійні матеріали, вести електронну документацію.

Вступ до спеціальності, основи академічної доброчесності. Формують загальне уявлення про професію вчителя фізичної культури, етичні засади педагогічної діяльності та важливість дотримання академічної доброчесності у професійній підготовці.

Сучасні ігрові види спорту. Забезпечують первинне ознайомлення з методикою організації й проведення навчальних занять із популярних командних ігрових дисциплін, розвиток рухових навичок і тактичного мислення.

Практика з нових видів спорту. Дозволяє здобути досвід впровадження інноваційних підходів у фізичному вихованні, адаптації нових видів активності до потреб учнів різного віку та рівня підготовленості.

Постреквізити:

Здобуті в ході вивчення курсу «Теорія і методика фізичного виховання» знання, уміння та навички створюють підґрунтя для подальшого поглибленого опанування спеціалізованих дисциплін і проходження різних видів педагогічної практики, що сприяють формуванню професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури:

Інновації тіловиховання в НУШ (фітнес, аеробіка, степ-аеробіка).

Поглиблення навичок творчого планування уроків із застосуванням сучасних форм фізичної активності відповідно до вимог Нової української школи.

Сучасні ігрові види спорту (алтимат-фрізбі, гандбол, флорбол, настільний теніс, бадмінтон та ін.). Закріплення методичних принципів викладання новітніх ігрових дисциплін, розвиток здатності адаптувати вправи до різних вікових категорій.

Теорія та методика традиційних видів спорту: Баскетбол, Волейбол, Гімнастика, Легка атлетика, Футбол і футзал, Плавання і рятування на воді.

Формування здатності планувати, проводити та аналізувати заняття з класичних видів спорту у шкільному середовищі.

Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах.

Удосконалення професійних умінь роботи з дітьми з особливими освітніми потребами з урахуванням медико-педагогічних вимог.

Педагогіка фізичного виховання. Поглиблення теоретичних знань для цілісного розуміння процесу фізичного виховання, міждисциплінарна інтеграція змісту освіти.

Загальна педагогіка. Застосування базових педагогічних принципів у практиці викладання фізичної культури.

Вікова анатомія та фізіологія. Забезпечення точного підбору фізичних навантажень і змісту занять відповідно до вікових особливостей учнів.

Педагогічна практика у початковій школі, гімназіях та ліцеях.

Дає змогу апробувати методику викладання на різних етапах шкільної освіти, формує навички адаптації занять до віку, можливостей і освітнього середовища учнів.

Практика з індивідуальних і командних видів спорту. Поглиблює знання методики викладання, сприяє розвитку педагогічної майстерності в організації тренувального й навчального процесу у спортивних секціях та командах.

Літня навчальна практика. Орієнтована на формування вмінь організовувати рухову активність у позашкільному середовищі (літні табори, оздоровчі програми тощо), використовуючи сезонні ресурси та неформальні підходи до рухової діяльності.

Комплексна практика за профілем майбутньої професії. Забезпечує інтеграцію теоретичних знань і практичних навичок у повноцінну професійну діяльність, формує вміння самостійно планувати, проводити та оцінювати навчальний процес у реальних умовах освітньої установи.

1.4. Характеристика освітнього компонента

Інтегральна компетентність

ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в професійній діяльності у галузі середньої освіти (фізична культура), що характеризуються комплексністю й невизначеністю умов і передбачають застосування теорій та методів психолого-педагогічних, природничих наук, теорії й методики навчання фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.

Загальні компетентності

ЗК3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності і підприємливості, генерувати нові ідеї, виявляти розв'язувати професійні проблеми.

ЗК4. Здатність упроваджувати технології та методики особистісно зорієнтованого, компетентісного й інтегрованого навчання, виховання і розвитку здобувачів освіти.

ЗК5. Здатність орієнтуватися в Інформаційному просторі, здійснювати пошук і критично оцінювати інформацію оперувати нею в професійній діяльності.

ЗК7. Здатність усвідомлювати закономірності розвитку особистості, проявляти педагогічну чуйність і враховувати психолого-педагогічні, фізіологічні особливості здобувачів освіти під час організації навчання, виховання та взаємодії в освітньому середовищі.

ЗК 9. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

Спеціальні компетентності

СК4. Здатність моделювати зміст фізичного виховання, поєднуючи традиційні, інноваційні та інтегровані види рухової активності відповідно до навчальних цілей.

СК5. Здатність критично оцінювати інформацію у сфері фізичного виховання та спорту, застосовувати критерії медіаграмотності, цифрової й фінансової грамотності для добору якісних освітніх ресурсів, аналізу трендових спортивних практик і прийняття обґрунтованих професійних рішень.

СК 6. Здатність визначати і враховувати в освітньому процесі вікові й індивідуальні особливості здобувачів освіти, їхній психоемоційний стан.

СК 11. Здатність планувати й прогнозувати результати освітнього процесу, визначати оптимальні цілі, зміст, засоби та форми навчання для забезпечення ефективного розвитку й досягнення очікуваних результатів здобувачами освіти.

СК 14. Здатність організовувати процес навчання, виховання й фізичного розвитку здобувачів освіти, творчо використовуючи нестандартні підходи, інноваційні методи та варіативні форми рухової діяльності для забезпечення мотивації, безпеки та всебічного розвитку.

СК 15. Здатність розуміти та застосовувати знання з фізіології людини для обґрунтування вибору засобів, методів і режимів фізичного навантаження, оцінювання функціональних станів організму та забезпечення безпечної й ефективної рухової діяльності здобувачів освіти.

СК16. Здатність організовувати та супроводжувати оздоровчо-рекреаційну, туристично-краєзнавчу й позакласну рухову діяльність здобувачів освіти, добираючи безпечні форми активності, сприяючи розвитку самостійності, фізичної підготовленості та здоров'язбережувальної поведінки.

СК 17. Здатність методично грамотно проводити уроки фізичної культури та варіативні інноваційні модулі, адаптуючи зміст і навантаження до рівня підготовленості учнів та забезпечуючи безпечне й

мотивувальне навчальне середовище.

Компетентності Професійного стандарту «Вчитель закладу загальної середньої освіти»

Для спеціальності «Фізична культура» у пріоритеті такі:

- (A2) A2. Предметно-методична
- Б1. Психолого-педагогічна
- Г2. Організаційна
- Б3. Партнерська компетентність
- В2. Здоров'язбережувальна компетентність
- Г3. Оцінювально-аналітична
- Б2. Емоційно-етична

Результати навчання

ПРН 3. Створює умови для формування й розвитку в здобувачів освіти ключових компетентностей і наскрізних умінь у процесі фізичного виховання та різних форм рухової активності.

ПРН 4. Застосовує міжпредметні зв'язки та інтеграцію змісту різних освітніх галузей і навчальних предметів у поєднанні з фаховими методиками фізичного виховання для ефективного опанування здобувачами освіти як традиційних, так і нових видів спорту та рухової активності.

ПРН 7. Проектує й застосовує власні навчально-методичні матеріали та засоби фізичного виховання з урахуванням індивідуальних потреб і рухових можливостей здобувачів освіти; залучає учнів і їхніх батьків до створення безпечного, мотивувального та сприятливого фізкультурного середовища.

ПРН 10. Застосовує знання з анатомії та фізіологічних основ рухової діяльності для обґрунтування техніки фізичних вправ, добору безпечних навантажень і профілактики травм під час занять фізичною культурою.

ПРН 11. Формує в здобувачів освіти культуру здорового й безпечного способу життя, мотивує їх до регулярної рухової активності з дотриманням правил безпеки та відповідального ставлення до власного здоров'я.

ПРН 16. Знає та критично аналізує сучасні педагогічні теорії, психологічні, анатоμο-фізіологічні, біомеханічні й гігієнічні основи фізичної культури для науково обґрунтованого планування й організації освітнього процесу.

ПРН18. Дотримується принципів академічної доброчесності у навчальній і професійній діяльності, ідентифікує прояви корупційних ризиків та недоброчесної поведінки в освітньому середовищі, обґрунтовує рішення на засадах етики, прозорості та відповідальності.

ПРН19. Використовує інтегровані знання з анатомії, фізіології, біомеханіки, спортивної медицини та вікової психології для обґрунтованого планування ефективного, психологічно обґрунтованого та безпечного процесу фізичного виховання.

ПРН 20. Застосовує апробовані вчителями-практиками методики та національні форми рухової активності; інтегрує українські спортивні традиції й командну взаємодію, формуючи відповідальність, дисциплінованість та шанобливе ставлення до української спортивної спадщини.

У результаті вивчення освітнього компонента здобувачі вищої освіти повинні знати:

Теоретико-методологічні засади фізичного виховання: об'єкт, предмет, завдання, структуру теорії і методики фізичного виховання та її міждисциплінарні зв'язки.

Роль і місце фізичного виховання в системі Нової української школи та у формуванні професійної ідентичності вчителя фізичної культури.

Нормативно-правові основи фізкультурної освітньої галузі: державні стандарти, модельні навчальні програми, навчальні плани та підручники.

Компетентнісний підхід до організації освітнього процесу з фізичної культури.

Форми, системи та організаційні засади проведення фізкультурно-оздоровчих заходів і змагань.

Класифікацію засобів фізичного виховання, їх оздоровчу, тренувальну та корекційну спрямованість.

Вікові та індивідуальні особливості школярів, чинники ефективності фізичного навантаження та критерії втоми.

Анатомо-фізіологічні та дидактичні передумови уроку фізичної культури.

Принципи побудови, структуру та зміст уроку фізичної культури в умовах НУШ.

Основи планування фізичного виховання (річного, семестрового, поурочного).

Підходи до моніторингу й оцінювання навчальних досягнень учнів з фізичної культури.

Методики розвитку основних фізичних якостей учнів.

Принципи адаптації фізичних вправ для учнів з особливими освітніми потребами.

Засади професійної етики, педагогічної відповідальності та академічної доброчесності в діяльності вчителя фізичної культури.

У результаті вивчення освітнього компонента здобувачі вищої освіти повинні вміти:

Пояснювати теоретичні положення фізичного виховання та обґрунтовувати їх практичне застосування в освітньому процесі.

Аналізувати нормативні документи та застосовувати їх у проектуванні навчального процесу з фізичної культури.

Планувати й організовувати фізкультурно-оздоровчі заходи та змагання, розробляти відповідну документацію.

Добирати й обґрунтовувати засоби фізичного виховання з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів.

Демонструвати техніку фізичних вправ, складати комплекси загальнорозвивальних вправ і дозувати фізичні навантаження.

Використовувати різні методи та форми організації навчальної діяльності на уроках фізичної культури.

Здійснювати педагогічний контроль, оцінювання результатів навчання та надавати зворотний зв'язок.

Проектувати, проводити й аналізувати уроки фізичної культури відповідно до вимог НУШ.

Забезпечувати безпечність освітнього процесу та дотримання санітарно-гігієнічних вимог.

Складати річні, семестрові та поурочні плани з фізичної культури та адаптувати їх до освітніх потреб учнів.

Використовувати традиційні й цифрові інструменти моніторингу навчальних досягнень.

Застосовувати методики розвитку фізичних якостей із використанням ігрових та інтерактивних технологій.

Адаптувати фізичні вправи та навчальні завдання для учнів з особливими освітніми потребами.

Аналізувати власну педагогічну діяльність, здійснювати саморефлексію та впроваджувати інноваційні підходи у фізичному вихованні.

2. Зміст освітнього компонента

Змістовий модуль 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ НУШ

Тема 1. Теоретичні засади теорії і методики фізичного виховання. Об'єкт, предмет, завдання та структура ТМФВ. Зв'язок з іншими науками, історичні етапи розвитку. Роль ТМФВ у формуванні професійної ідентичності вчителя. Значення ТМФВ у реалізації цілей і принципів Нової української школи. Міжпредметні зв'язки фізичної культури з природничими, математичними та гуманітарними науками. роль учителя у формуванні здоров'язберезувальної культур.

Тема 2. Фізкультурна освітня галузь у системі НУШ. Фізична культура у Державному стандарті початкової та базової середньої освіти. Структура та нормативне забезпечення галузі. Наскрізнні змістові лінії, очікувані результати навчання. Типові освітні програми, навчальні плани, модулі й підручники. Компетентнісний потенціал фізичної культури та її виховний і ціннісний

аспект. Інтеграція фізичної культури з іншими освітніми галузями (STEM, мистецтво, здоров'я). Українські фізкультурні традиції та національні форми рухової активності. Мотивація учнів до здорового способу життя.

Тема 3. Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів і змагань. Принципи й форми масової фізкультурно-оздоровчої роботи у школі. Характеристика заходів: руханки, спортивні свята, Дні здоров'я, туристичні походи, ігрові турніри. Системи проведення спортивних змагань: «колова», «мішана», «олімпійська», «змійка». Підготовка та проведення змагань: складання положення, заявки, визначення результатів, організація суддівства. Забезпечення інклюзивності та дотримання принципів академічної доброчесності під час оцінювання. Планування безпечного освітнього середовища та профілактика травматизму. Адаптація масових заходів для різних вікових і медичних груп. Академічна доброчесність під час оцінювання результатів змагань

Тема 4. Нові види спорту та професійна комунікація вчителя фізичної культури. Інноваційні напрями фізичного виховання в шкільній практиці (флорбол, фрізбі, корфбол, чирлідінг, кросфіт-ігри, «Cool Games» та інші інтерактивні види). Місце нових видів спорту у варіативних модулях модельних програм для 5–11 класів. Їх роль у формуванні мотивації та інтересу школярів до рухової активності, розвитку soft skills і командної взаємодії. Професійна комунікація вчителя фізичної культури: вербальні й невербальні засоби, уміння налагоджувати партнерську взаємодію з учнями, колегами та батьками. Використання сучасних цифрових інструментів для комунікації й популяризації фізичної культури. Використання нових видів спорту для міжпредметної інтеграції (математика, ІКТ). Українські національні спортивні традиції у варіативних модулях.

Змістовий модуль 2.

ЗАСОБИ, ТЕХНІКА ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Тема 5. Засоби фізичного виховання: класифікація, функціональна спрямованість, чинники ефективності. Аналіз засобів фізичного виховання, що застосовуються у школі: фізичні вправи (з предметами та без предметів; загальнорозвивальні й спеціальні), рухливі ігри та естафети, спортивне обладнання, природні та гігієнічні чинники (повітряні й сонячні ванни, водні процедури). Функціональна спрямованість засобів фізичного виховання (оздоровча, тренувальна, корекційна) та критерії їх ефективності (інтенсивність, тривалість, регулярність, урахування віку та стану здоров'я учнів). Функціональні реакції організму на навантаження та ознаки втоми. Вікові та анатомо-фізіологічні особливості учнів при виборі засобів фізичного виховання.

Тема 6. Техніка фізичних вправ і побудова комплексів ЗРВ: структура рухів, типові помилки, методика дозування. Основи техніки рухів: вихідне положення, фази виконання (підготовча, основна, заключна), ключові компоненти (координація, баланс, сила). Типові помилки і способи їх корекції, використання ідеомоторного тренування (демонстрація, словесне пояснення, відеоаналіз). Методика складання комплексів загальнорозвивальних вправ (ЗРВ) із орієнтацією на розвиток сили, витривалості, гнучкості й координації та спритності. Адаптація ЗРВ для різних груп учнів та рівнів підготовленості. Принципи дозування навантаження, балансування вправ різної інтенсивності, адаптація комплексів для різних видів занять (спортивні ігри, гімнастика, легка атлетика). Типові помилки у виконанні та методи корекції з позиції фізіології рухової активності.

Тема 7. Методи навчання та форми організації діяльності у фізичному вихованні. Процедури контролю та оцінювання. Формування навичок співпраці, командної взаємодії та самооцінювання. Система методів навчання: словесні (пояснення, інструкції), наочні (показ, демонстрація, використання схем, відео), практичні (ігрове моделювання, змагальні вправи, інтервальні та кругові методи). Форми організації навчальної діяльності: фронтальна, групова, індивідуальна, а також комбіновані варіанти. Процедура контролю: попередній, поточний та підсумковий контроль, критерії та рубрики оцінювання техніки, кількісних і якісних показників,

використання зворотного зв'язку (усного, письмового, мультимедійного). Роль педагогічного спостереження, само–та взаємооцінки, а також методів аналізу щільності й ефективності уроків.

Змістовий модуль 3.

МЕТОДИКА ТА ЯКІСТЬ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НУШ

Тема 8. Анатомо-фізіологічні та дидактичні передумови уроку фізичної культури. Вікові особливості розвитку опорно-рухового апарату, серцево-судинної та нервової систем школярів. Дидактичні принципи організації уроку фізичної культури. Формування рухових умінь і навичок. Типові помилки та шляхи їх попередження. Передумови безпечного дозування навантаження. Фізіологічні та психологічні аспекти розвитку навичок.

Тема 9. Проєктування та структура уроку фізичної культури: типи, частини, особливості реалізації та методика оцінювання. Типологія уроків фізичної культури. Поурочне та календарно-тематичне планування. Структура уроку: підготовча, основна та заключна частини. Сучасні підходи до організації уроку в НУШ. Методи оцінювання ефективності та результативності. Індивідуалізація навчання на уроці. Формування здоров'язбережувальної компетентності на уроці.

Тема 10. Хронометраж уроку фізичної культури (визначення щільності уроку). Поняття щільності уроку та її види. Методи вимірювання моторної та розумової активності учнів. Аналіз хронометражу як інструмент оптимізації уроку. Використання результатів хронометражу для підвищення ефективності освітнього процесу. Зв'язок щільності уроку з енергетичними процесами та витривалістю. Вплив моторної щільності на розвиток фізичних якостей.

Змістовий модуль 4.

ПЛАНУВАННЯ, ОЦІНЮВАННЯ ТА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ

Тема 11. Планування та оцінювання освітнього процесу у фізичному вихованні. Рівні планування (річне, семестрове, поурочне), принципи добору вправ та організації занять. Використання дидактичних інструментів, цифрових платформ і мультимедійних матеріалів для підтримки планування. Моніторинг і контроль: попередній, поточний та підсумковий; критерії та рубрики оцінювання, само–і взаємооцінка, інклюзивність та прозорість результатів. Розроблення власних навчально-методичних матеріалів. Інклюзивне оцінювання та доброчесність.

Тема 12. Розвиток сили та швидкості у фізичному вихованні. Засоби та методи розвитку сили у школярів через ігрові практики, колові та естафетні вправи. Особливості формування швидкісних якостей: реакція, темп, стартова техніка; застосування інтерактивних естафет і вправ. Вікові особливості розвитку сили й швидкості, типові помилки та шляхи їх корекції. Фізіологія м'язових зусиль і швидкісних проявів.

Тема 13. Витривалість та гнучкість як базові фізичні якості. Загальна і спеціальна витривалість, методи її формування (циклічні вправи, інтервальні й рівномірні навантаження, проєктні завдання та квести). Вправи для розвитку гнучкості: статичні й динамічні розтягування, йога-елементи, адаптовані вправи для дітей з особливими освітніми потребами. Тести та інструменти оцінювання витривалості й гнучкості. Аеробні та анаеробні енергетичні системи. Вікові особливості розвитку витривалості й гнучкості.

Тема 14. Розвиток спритності та координаційних здібностей школярів. Сутність і значення спритності в освітньому процесі. Квестові технології та сюжетні завдання як засіб розвитку координації та спритності. Використання інтерактивних підказок (QR-кодів). Контрольні тести на спритність і вправи на точність реакції.

Таблиця відповідності змісту тем, загальних і спеціальних компетентностей, компетентностей Професійного стандарту вчителя та програмних результатів навчання (ПРН)

№ теми	Назва теми освітнього компонента (повністю)	Інтегральна та загальні компетентності	Спеціальні компетентності	Компетен тності професій ного стандарту вчителя	Програмн і результати навчання
Тема 1	Теоретичні засади теорії і методики фізичного виховання. Об'єкт, предмет, завдання та структура теорії і методики фізичного виховання. Зв'язок з іншими науками, історичні етапи розвитку. Роль теорії і методики фізичного виховання у формуванні професійної ідентичності вчителя. Значення теорії і методики фізичного виховання у реалізації цілей і принципів Нової української школи. Міжпредметні зв'язки фізичної культури з природничими, математичними та гуманітарними науками. Роль учителя у формуванні здоров'язбережувальної культури	ІК, ЗК3, ЗК4, ЗК5, ЗК9	СК4, СК5	А2, Б1, В2	ПРН 3, ПРН 4, ПРН 16, ПРН 18
Тема 2	Фізкультурна освітня галузь у системі Нової української школи. Фізична культура у Державному стандарті початкової та базової середньої освіти. Структура та нормативне забезпечення галузі. Наскрізні змістові лінії та очікувані результати навчання. Типові освітні програми, навчальні плани, модулі й підручники. Компетентнісний потенціал фізичної культури та її виховний і ціннісний аспект. Інтеграція фізичної культури з іншими освітніми галузями (STEM, мистецтво, здоров'я). Українські фізкультурні традиції та національні форми рухової активності. Мотивація учнів до здорового способу життя	ІК, ЗК3, ЗК4, ЗК5, ЗК7	СК4, СК11, СК14	А2, Б3, В2	ПРН 3, ПРН 4, ПРН 11, ПРН 20
Тема 3	Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів і змагань. Принципи й форми масової фізкультурно-оздоровчої роботи у школі. Характеристика фізкультурно-оздоровчих заходів: руханки, спортивні свята, Дні здоров'я, туристичні походи, ігрові турніри. Системи проведення спортивних змагань. Підготовка та проведення змагань: складання положення, заявки, визначення результатів, організація суддівства. Забезпечення інклюзивності, безпечного освітнього середовища та дотримання принципів академічної доброчесності під час оцінювання	ІК, ЗК3, ЗК7, ЗК9	СК11, СК14, СК16, СК17	Г2, Б3, В2, Г3	ПРН 7, ПРН 11, ПРН 18
Тема 4	Нові види спорту та професійна комунікація вчителя фізичної культури. Інноваційні напрями фізичного виховання в шкільній практиці. Місце нових видів спорту у варіативних	ІК, ЗК3, ЗК4, ЗК5	СК4, СК5, СК14	А2, Б3, В2	ПРН 3, ПРН 4, ПРН 7, ПРН 20

	модулях модельних програм для 5–11 класів. Їх роль у формуванні мотивації до рухової активності, розвитку soft skills і командної взаємодії. Професійна комунікація вчителя фізичної культури з учнями, колегами та батьками. Використання цифрових інструментів та українських національних спортивних традицій				
Тема 5	Засоби фізичного виховання: класифікація, функціональна спрямованість і чинники ефективності. Аналіз фізичних вправ, рухливих ігор, естафет, спортивного обладнання, природних і гігієнічних чинників. Вікові та анатомо-фізіологічні особливості учнів. Функціональні реакції організму на навантаження та ознаки втоми	ІК, ЗК7, ЗК9	СК6, СК15	А2, В2	ПРН 10, ПРН 16, ПРН 19
Тема 6	Техніка фізичних вправ і побудова комплексів загальнорозвивальних вправ. Структура рухів, типові помилки та методика їх корекції. Принципи дозування фізичного навантаження. Адаптація комплексів вправ для різних груп учнів і рівнів фізичної підготовленості	ІК, ЗК4, ЗК7	СК6, СК15, СК17	А2, В2	ПРН 7, ПРН 10, ПРН 19
Тема 7	Методи навчання та форми організації діяльності у фізичному вихованні. Процедури педагогічного контролю, оцінювання та зворотного зв'язку. Формування навичок співпраці, командної взаємодії та самооцінювання	ІК, ЗК4, ЗК5, ЗК9	СК5, СК11, СК14	Г3, А2	ПРН 3, ПРН 7, ПРН 18
Тема 8	Анатомо-фізіологічні та дидактичні передумови уроку фізичної культури. Вікові особливості розвитку опорно-рухового апарату, серцево-судинної та нервової систем школярів. Формування рухових умінь і навичок. Безпечне дозування фізичних навантажень	ІК, ЗК7, ЗК9	СК6, СК15	Б1, В2	ПРН 10, ПРН 16, ПРН 19
Тема 9	Проектування та структура уроку фізичної культури. Типи уроків, поурочне й календарно-тематичне планування. Сучасні підходи до організації уроку в Новій українській школі. Індивідуалізація навчання та формування здоров'язберезувальної компетентності	ІК, ЗК4, ЗК9	СК11, СК14, СК17	А2, Г2, В2	ПРН 3, ПРН 7, ПРН 11
Тема 10	Хронометраж уроку фізичної культури та визначення щільності уроку. Методи аналізу моторної та розумової активності учнів. Використання результатів хронометражу для оптимізації освітнього процесу	ІК, ЗК5, ЗК9	СК11, СК15	Г3	ПРН 16, ПРН 19
Тема 11	Планування та оцінювання освітнього процесу у фізичному вихованні. Рівні планування, використання цифрових інструментів. Моніторинг результатів	ІК, ЗК4, ЗК5	СК11, СК14	Г3, А2	ПРН 7, ПРН 18

	навчання, інклюзивне оцінювання та академічна доброчесність				
Тема 12	Розвиток сили та швидкості у фізичному вихованні школярів. Засоби, методи та вікові особливості розвитку фізичних якостей	ІК, ЗК7, ЗК9	СК6, СК15	В2	ПРН 10, ПРН 11, ПРН 19
Тема 13	Витривалість та гнучкість як базові фізичні якості. Методи розвитку, засоби контролю та вікові особливості формування	ІК, ЗК7	СК6, СК15	В2	ПРН 10, ПРН 11, ПРН 19
Тема 14	Розвиток спритності та координаційних здібностей школярів. Квестові та інтерактивні технології розвитку рухової координації	ІК, ЗК3, ЗК7	СК14, СК17	В2, Б2	ПРН 3, ПРН 11

3. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин										*Форма контролю
	денна форма здобуття вищої освіти					заочна форма здобуття вищої освіти					
	усього	у тому числі				усього	у тому числі				
		Л	С/П*	Лаб	Ср		Л	С/П*	Лаб	Ср	
Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ НУШ											
Тема 1. Теоретичні засади ТМФВ	4	2			2	6	2			4	
Тема 2. Фізкультурна освітня галузь у системі НУШ	6	2	2 ДС		2	10	2	2 ДС	2	4	ДС
Тема 3. Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів і змагань.	8	2	2 УО		4	8	2	2 УО		4	УО
Тема 4. Нові види спорту та професійна комунікація вчителя фізичної культури.	10	4	2 ДС		4	8	2	2 ДС		4	ДС
Модульний	2		2			2		2			ПО

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин										*Форма контролю
	денна форма здобуття вищої освіти					заочна форма здобуття вищої освіти					
	усього	у тому числі				усього	у тому числі				
		Л	С/П*	Лаб	Ср		Л	С/П*	Лаб	Ср	
контроль 1			ПО					ПО			
Разом за змістовим модулем 1	30	10	8		12	34	8	8	2	16	
Змістовий модуль 2. ЗАСОБИ, ТЕХНІКА ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ											
Тема 5. Засоби фізичного виховання: класифікація, спрямованість, ефективність	6	2	2 РМ Г		2	8	2	2 РМГ		4	РМГ
Тема 6. Техніка фізичних вправ і побудова комплексів ЗРВ	8	4	2 П		2	8	2	2 П		4	П
Тема 7. Методи навчання, форми організації діяльності та процедури контролю	8	4	2 РМ Г		2	8	2	2 РМГ		4	РМГ
Модульний контроль 2	2		2 Т			4		2 Т		2	Т ПО
Разом за змістовим модулем 2	24	10	8		6	28	6	8		14	
Консультації	6										
Усього годин за семестр	60	20	16		18	28	6	8		14	
Змістовий модуль 3. МЕТОДИКА ТА ЯКІСТЬ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НУШ											
Тема 8. Анатомо-фізіологічні та дидактичні передумови уроку фізичної культури.	7	2	4 УО ДС		1	6	2	2 УО		2	УО ДС
Тема 9. Проектування та структура уроку.	11	4	6 ДС ІЗ П		1	4		2 ДС		2	ДС ІЗ П
Тема 10. Хронометраж та щільність уроку фізичної культури	6	2	4 ІЗ П			5	2			3	ІЗ П
Модульний контроль 3	2		2 ПО			2		2 ПО			ПО
Разом за змістовим модулем 3	26	8	16		2	17	4	6		7	
Змістовий модуль 4.											

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин										*Форма контролю
	денна форма здобуття вищої освіти					заочна форма здобуття вищої освіти					
	усього	у тому числі				усього	у тому числі				
		Л	С/П*	Лаб	Ср		Л	С/П*	Лаб	Ср	
ПЛАНУВАННЯ, ОЦІНЮВАННЯ ТА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ											
Тема 11. Планування та оцінювання освітнього процесу у фізичному вихованні.	12	6	4 ДС П		2	6		2 ДСП		4	ДСП
Тема 12. Розвиток сили та швидкості у фізичному вихованні.	6	2	4 УО ДС			8	2	2 УС		4	УС
Тема 13. Витривалість та гнучкість як базові фізичні якості.	6	2	4 УО ДС			8	2	2 УО		4	УО
Тема 14. Розвиток спритності та координаційних здібностей школярів	6	2	4 УО ДС			6	2			4	УО ДС
Модульний контроль	2		2 ПО			2		2 ПО			ПО
Разом за змістовим модулем⁴	32	12	18		2	30	6	8		16	
Консультації ¹	2					13					
Усього годин за семестр	60	20	34		4	30	6	8		16	
Усього консультацій	8										
УСЬОГО ГОДИН	120	40	50		22	120	24	30		53	екзамен

*Форма контролю: УО – усне опитування, ПО – письмове опитування, ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач / кейсів, ІЗ – індивідуальне завдання, РМГ – робота в малих групах, КП – командні проекти, П – презентація результатів виконаних завдань та досліджень, МК / КР – модульний контроль / контрольна робота, Р – реферат, АЗ – аналітична записка, АЕ – аналітичне есе, АТ – аналіз твору тощо.

4. Темі лекційних занять

№ з/п	№ теми	Назва теми	К-ть годин Денна/заочна*
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ НУШ			
1.	1	Т.1. Еволюція наукових основ фізичного виховання: від класичних підходів до вимог НУШ	2
2.	2	Т2. Компетентнісний підхід у фізичному вихованні: місце галузі у сучасному стандарті освіти	2/2*

¹ Згідно з затвердженим у встановленому порядку графіком.

3.	3	Т3. Система масової фізкультурної роботи в школі: принципи, форми та інновації	2/2*
4.	4	Т.4. Інноваційні види спорту у шкільній практиці: сучасні тенденції та освітній потенціал	2/2*
5.	4	Т.4. Аналіз модельних програм з фізичної культури: місце нових видів спорту у варіативних модулях та їхній вплив на мотивацію учнів	2
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ЗАСОБИ, ТЕХНІКА ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ			
6.	5	Т.5. Функціональна роль засобів фізичного виховання у шкільній практиці: від вправ до природних чинників	2
7.	6	Т.6. Структура та механізм виконання фізичних вправ: ключові компоненти техніки рухів»	2/2*
8.	6	Т.6. Методика конструювання комплексів ЗРВ: принципи дозування та адаптації вправ	2
9.	7	Т.7. Методи навчання фізичним вправам: словесні, наочні та практичні підходи у НУШ	2/2*
10.	7	Т.7. Форми організації та системи контролю у фізичному вихованні: оцінювання, само-і взаємоаналіз	2
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. МЕТОДИКА ТА ЯКІСТЬ УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НУШ			
11.	8	Т.8. Фізіологічні основи побудови уроку: від вікових особливостей до дидактичних принципів	2
12.	9	Т.9. Типологія уроків фізичної культури та особливості їх реалізації в НУШ	2
13.	9	Т.9. Поурочне і календарно-тематичне планування: сучасні акценти та інструменти	2
14.	10	Т.10. Щільність уроку як показник якості освітнього процесу	2
Змістовий модуль 4. ПЛАНУВАННЯ, ОЦІНЮВАННЯ ТА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ			
15.	11	Т.11. Річне й семестрове планування фізкультурно-освітнього процесу	2
16.	11	Т.11. Поурочне планування та підбір вправ з урахуванням принципів дидактики	2
17.	11	Т.11. Системи моніторингу та оцінювання: формувальне, поточне і підсумкове	2
18.	12	Т.12. Ігрові й тренувальні методи розвитку сили та швидкісних якостей»	2
19.	13	Т.13. Методичні підходи до розвитку витривалості та гнучкості школярів	2
20.	14	Т.14. Квестові технології та сюжетні вправи як засіб розвитку спритності	2
Разом			40

5. Темі практичних занять

№ з/п	№ теми	Назва теми	К-ть годин	
			денна	заочна
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ НУШ				
1.	1	Т.1.«Аналіз зв'язків ТМФВ з іншими науками та формування професійної ідентичності вчителя»	2	

2.	2	Т.2.Розбір типових освітніх програм та навчальних планів з фізичної культури	2	
3.	3	Т.3.Розробка положення та організаційного плану проведення спортивного заходу»	2	
4.	4	Т.4. Формування комунікативних навичок вчителя фізичної культури засобами інтерактивних ігор і цифрових інструментів	2	
5.	Тема 1-4	Підсумковий модульний контроль	2	
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ЗАСОБИ, ТЕХНІКА ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ				
6.	5	Т5. Аналіз ефективності використання рухливих ігор, естафет та ЗРВ у роботі з учнями різного віку	2	
7.	6	Т.6. Аналіз типових помилок у техніці виконання вправ та складання власного комплексу ЗРВ	2	
8.	7	Т.7. Розробка критеріїв оцінювання та аналіз прикладів організації уроків фізичної культури	2	
9.	Тема 5-7	Підсумковий модульний контроль	2	
МІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. МЕТОДИКА ТА ЯКІСТЬ УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НУШ				
10.	8	Т.8.Аналіз вікових характеристик школярів у контексті рухової активності	2	
11.	8	Т.8. Виявлення типових помилок під час виконання вправ і шляхи їх попередження»	2	
12.	9	Т.9. Розробка календарного плану з фізичної культури	2	
13.	9	Т.9. Проектування уроку з урахуванням підготовчої, основної та заключної частин	2	
14.	9	Т.9. Оцінювання ефективності уроку: критерії та інструменти	2	
15.	10	Т.10. Методи вимірювання моторної активності школярів	2	
16.	10	Т.10. Аналіз хронометражних карт та інтерпретація результатів	2	
17.	Тема 8-10	Модульний контроль	2	
Змістовий модуль 4. ПЛАНУВАННЯ, ОЦІНЮВАННЯ ТА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ				
18.	11	Т.11. Розробка фрагмента річного та семестрового плану	2	
	11	Т.11. Створення критеріїв і рубрик оцінювання навчальних результатів	2	
19.	12	Т.12. Побудова комплексу вправ для розвитку сили у школярів	2	
20.	12	Т.12. Організація інтерактивних естафет для розвитку швидкісних якостей	2	
21.	13	Т.13. Створення комплексу вправ для розвитку витривалості	2	
22.	13	Т.13. Аналіз методик формування гнучкості в учнів різного віку	2	
23.	14	Т.14. Розробка вправ для формування координаційних здібностей»	2	
24.	14	Т.14. Використання контрольних тестів і QR-завдань на розвиток спритності	2	
25.	Тема 11-14	Модульний контроль	2	
Разом			50	

(Теми семінарських/практичних/лабораторних занять не повинні дублювати теми лекційних занять)

6. Самостійна робота

Навчальний матеріал, передбачений для засвоєння під час самостійної роботи, є складовою освітнього компонента з підготовки вчителя фізичної культури та виноситься на підсумковий контроль поряд із матеріалами, що опрацьовуються під час аудиторних занять.

Формами контролю результатів самостійної роботи є: тести, контрольні та модульні роботи, індивідуальні завдання, індивідуальні та групові проекти (зокрема презентації й методичні розробки з обраної проблеми фізичного виховання), аналіз нормативних документів, усні опитування.

Самостійна робота здобувачів вищої освіти передбачає:

– підготовку до аудиторних занять (лекційних, практичних, семінарських) з теорії і методики фізичного виховання;

– виконання індивідуальних завдань професійно-орієнтованого характеру (аналіз уроків фізичної культури, розроблення фрагментів конспектів занять, добір засобів розвитку фізичних якостей, моделювання фізкультурно-оздоровчих заходів);

– самостійне опрацювання окремих тем освітнього компонента, винесених робочою програмою на самостійне вивчення (аналіз модельних програм, нових видів спорту, інноваційних методик фізичного виховання);

– підготовку до всіх видів підсумкового контролю, у тому числі до модульних робіт і заліку;

– опрацювання науково-методичних джерел з проблем фізичного виховання, здоров'язбереження та інклюзивної освіти;

– участь у роботі студентських наукових гуртків, методичних семінарів, факультативів і спецкурсів, пов'язаних із фізичною культурою та здоровим способом життя;

– участь у науково-практичних конференціях, семінарах, конкурсах, олімпіадах спортивно-педагогічного спрямування;

– виконання творчих і дослідницьких завдань (презентації, мініпроекти, аналітичні огляди), спрямованих на розвиток професійної рефлексії майбутнього вчителя фізичної культури.

Питання, що опрацьовуються у межах самостійної роботи, включаються до програми екзамену (підсумкової атестації) та враховуються під час підсумкового оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти.

Теми для самостійної роботи здобувачів вищої освіти

(Змістовий модуль 1)

Назва теми	Усього годин самостійної роботи / Завдання	Література	Контрольні заходи
Тема 1. Теоретичні засади теорії і методики фізичного виховання (ТМФВ)	2 години / 4 години* 1. Сутність, об'єкт, предмет і завдання теорії і методики фізичного виховання. 2. Міждисциплінарні зв'язки ТМФВ з педагогікою, психологією, анатомією та фізіологією.	Базова: 1, 2 Допоміжна: 3, 4	Усне та письмове опитування; аналітичні тези

	3. Роль ТМФВ у формуванні професійної ідентичності вчителя фізичної культури. 4. Значення ТМФВ у реалізації цілей і принципів Нової української школи.		
Тема 2. Фізкультурна освітня галузь у системі Нової української школи	2 години /4 години* 1. Аналіз Державного стандарту початкової та базової середньої освіти в частині фізкультурної освітньої галузі. 2. Компетентнісний потенціал фізичної культури в НУШ. 3. Інтеграція фізичної культури з іншими освітніми галузями. 4. Українські фізкультурні традиції та національні форми рухової активності.	Базова: 5, 6 Допоміжна: 7, 8	Усне опитування; порівняльна таблиця
Тема 3. Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів і змагань	4 години/4 години* 1. Форми масової фізкультурно-оздоровчої роботи у ЗЗСО. 2. Системи проведення спортивних змагань та їх педагогічна доцільність. 3. Підготовка положення про змагання та критерії оцінювання результатів. 4. Забезпечення безпеки, інклюзивності та академічної доброчесності.	Базова: 9, 10 Допоміжна: 11, 12	Письмове опитування; практичне завдання
Тема 4. Нові види спорту та професійна комунікація вчителя фізичної культури	4 години /4 години* 1. Нові та варіативні види спорту у шкільній практиці. 2. Формування мотивації учнів до рухової активності засобами інноваційних видів спорту. 3. Професійна комунікація вчителя фізичної культури. 4. Використання цифрових інструментів для популяризації фізичної культури. Всього 12 години /16 годин*	Базова: 13, 14 Допоміжна: 15, 16	Презентація; усне опитування

(Змістовий модуль 2)

Назва теми	Усього годин самостійної роботи / Завдання	Література	Контрольні заходи
Тема 5. Засоби фізичного виховання: класифікація, функціональна спрямованість, чинники ефективності	2 години/4 години* 1. Класифікація засобів фізичного виховання, що застосовуються у закладах загальної середньої освіти.	Базова: 16, 17, 18 Допоміжна: 20, 21	Усне та письмове опитування; аналітичні тези

	<p>2. Функціональна спрямованість засобів фізичного виховання (оздоровча, тренувальна, корекційна).</p> <p>3. Чинники ефективності фізичних вправ і рухових режимів (інтенсивність, тривалість, регулярність).</p> <p>4. Функціональні реакції організму школярів на фізичне навантаження та ознаки втоми.</p>		
Тема 6. Техніка фізичних вправ і побудова комплексів загальнорозвивальних вправ	<p>2 години/4 години*</p> <p>1. Структура рухових дій і фази виконання фізичних вправ.</p> <p>2. Типові технічні помилки у виконанні вправ та методи їх корекції.</p> <p>3. Методика складання комплексів загальнорозвивальних вправ з орієнтацією на розвиток фізичних якостей.</p> <p>4. Принципи дозування фізичного навантаження та адаптації вправ для різних груп учнів.</p>	Базова: 22, 23, 25 Допоміжна: 24, 26	Письмове опитування; практичне завдання
Тема 7. Методи навчання, форми організації діяльності та процедури контролю	<p>2 години/4 години*</p> <p>1. Характеристика словесних, наочних і практичних методів навчання у фізичному вихованні.</p> <p>2. Форми організації навчальної діяльності на уроках фізичної культури.</p> <p>3. Процедури педагогічного контролю та оцінювання результатів навчання учнів.</p> <p>4. Формування навичок співпраці, само– та взаємооцінювання.</p>	Базова: 27, 28 Допоміжна: 29, 30, 31	Усне опитування; порівняльна таблиця
Підготовка до модульного контролю	<p>2 години*</p> <p>1. Узагальнення та систематизація теоретичного матеріалу змістового модуля.</p> <p>2. Підготовка до виконання модульної контрольної роботи (аналіз ключових понять, методик, підходів).</p>	Базова: 16–18, 22–23, 27 Допоміжна: 20, 26, 29	Модульний контроль
Всього	Всього годин 6 годин/14 годин*		

Назва теми	Усього годин самостійної роботи / Завдання	Література	Контрольні заходи
Тема 8. Анатомо-фізіологічні та дидактичні передумови уроку фізичної культури	1 година/2 години* 1. Вікові анатомо-фізіологічні особливості розвитку школярів та їх урахування на уроці фізичної культури. 2. Функціональні реакції організму учнів на фізичне навантаження. 3. Психофізіологічні передумови формування рухових умінь і навичок. 4. Дидактичні принципи організації уроку фізичної культури та їх реалізація в умовах НУШ.	Базова: 32, 33 Допоміжна: 34, 35, 36	Усне опитування; аналітичні тези
Тема 9. Проектування та структура уроку фізичної культури	1 година/2 години* 1. Типологія уроків фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. 2. Структура уроку фізичної культури (підготовча, основна, заключна частини). 3. Поурочне та календарно-тематичне планування уроків фізичної культури. 4. Індивідуалізація та формування здоров'язбережувальної компетентності учнів на уроці.	Базова: 37, 38 Допоміжна: 39, 40, 41	Письмове опитування; порівняльна таблиця
Тема 10. Хронометраж та щільність уроку фізичної культури	3 години * 1. Поняття щільності уроку фізичної культури та її види. 2. Методи визначення моторної й розумової активності учнів. 3. Аналіз хронометражу уроку як інструмент оптимізації освітнього процесу. 4. Вплив моторної щільності уроку на розвиток фізичних якостей та витривалості учнів.	Базова: 42, 43 Допоміжна: 44, 45, 46	Практичне завдання; усне опитування
	Всього годин: 2 години / 7 годин *		

(Змістовий модуль 4)

Назва теми	Усього годин самостійної роботи / Завдання	Література	Контрольні заходи
Тема 11. Планування та оцінювання освітнього процесу у фізичному вихованні	2 години/4 години* 1. Рівні планування освітнього процесу з фізичної культури (річне, семестрове, поурочне). 2. Критерії та інструменти оцінювання результатів навчання з фізичної культури в НУШ. 3. Формувальне та підсумкове оцінювання: сутність, відмінності, педагогічна доцільність. 4. Інклюзивність і прозорість оцінювання в освітньому процесі.	Базова: 47, 48 Допоміжна: 49, 50, 51	Усне та письмове опитування; аналітичні тези

Тема 12. Розвиток сили та швидкості у фізичному вихованні	4 години* 1. Фізіологічні основи розвитку силових і швидкісних якостей у школярів. 2. Засоби та методи розвитку сили та швидкості з використанням ігрових вправ. 3. Вікові особливості розвитку швидкісно-силових якостей. 4. Типові помилки у розвитку сили та швидкості та шляхи їх корекції.	Базова: 52, 53 Допоміжна: 54, 55, 56	Письмове опитування; практичне завдання
Тема 13. Витривалість та гнучкість як базові фізичні якості	4 години* 1. Загальна та спеціальна витривалість: сутність і методи розвитку. 2. Аеробні та анаеробні навантаження у фізичному вихованні школярів. 3. Засоби та методи розвитку гнучкості (статичні та динамічні вправи). 4. Вікові особливості розвитку витривалості й гнучкості.	Базова: 57, 58 Допоміжна: 59, 60, 61	Усне опитування; порівняльна таблиця
Тема 14. Розвиток спритності та координаційних здібностей школярів	4 години * 1. Сутність і значення спритності та координаційних здібностей у фізичному вихованні. 2. Квестові та інтерактивні технології як засіб розвитку координації. 3. Використання цифрових інструментів (QR-кодів) у фізичному вихованні. 4. Контроль і оцінювання рівня розвитку координаційних здібностей.	Базова: 62, 63 Допоміжна: 64, 65, 66	Презентація; усне опитування
	Всього годин 2 години/ 16 годин*		
ВСЬОГО ГОДИН	22/53*		

9. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час викладання освітнього компонента «Теорія і методика фізичного виховання» використовуються методи навчання, що забезпечують поєднання теоретичної підготовки з формуванням практичних і методичних умінь майбутнього вчителя фізичної культури.

Основними методами навчання є:

розповідь – для послідовного викладу теоретичних положень ТМФВ, історичних аспектів розвитку фізичного виховання, нормативно-правових засад галузі;

пояснення – для розкриття сутності педагогічних, анатоμο-фізіологічних і методичних закономірностей фізичного виховання, принципів добору засобів і методів;

бесіда – для формування усвідомленого розуміння понять, категорій і методичних підходів ТМФВ, розвитку критичного мислення та професійної рефлексії;

ілюстрація та демонстрація – для наочного представлення структури рухових дій, схем уроку, алгоритмів планування, графіків навантаження, відеофрагментів техніки фізичних вправ;

практичні методи – для застосування набутих знань у процесі розв’язання професійно орієнтованих завдань (аналіз і моделювання уроків фізичної культури, розроблення комплексів ЗРВ, планування фізкультурно-оздоровчих заходів, розв’язання педагогічних ситуацій і кейсів);

проблемний виклад матеріалу – для створення й розв’язання проблемних ситуацій, пов’язаних з організацією уроків, дозуванням навантажень, оцінюванням результатів навчання та забезпеченням безпеки учнів.

З метою активізації навчально-пізнавальної діяльності здобувачів вищої освіти в освітньому процесі також застосовуються **дискусії, робота в малих групах і парах, проблемно-пошукові методи, метод проєктів, самопрезентація та взаємопрезентація, публічні виступи**, використання **цифрових та мультимедійних засобів**. Зазначені методи сприяють формуванню фахових компетентностей учителя фізичної культури відповідно до вимог Нової української школи та Професійного стандарту вчителя.

10. ФОРМИ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється за 100-бальною шкалою, яка переводиться відповідно у національну шкалу («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно») та шкалу європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС – А, В, С, D, E, FX, F). Згідно з п. 2.1. Положення про порядок оцінювання знань здобувачів освіти в умовах кредитно-трансферної системи організації освітнього процесу оцінювання академічних досягнень здобувачів освіти здійснюється під час міжсесійного (поточного та модульного) та підсумкового (семестрового) контролю знань.

Поточний контроль здійснюється з метою оцінювання якості роботи здобувача освіти впродовж семестру під час проведення практичних та індивідуальних занять, а також для перевірки якості самостійної роботи здобувачів освіти. Поточний контроль може проводитися у формі усного чи письмового опитування або експрес-контролю на практичних заняттях та лекціях, виступів здобувачів освіти при обговоренні питань на семінарських заняттях, а також у формі комп’ютерного тестування.

Модульний контроль знань здійснюється через проведення аудиторних контрольних робіт або комп’ютерного тестування. Модульний контроль здійснюється на останньому в поточному змістовому модулі практичному занятті.

Підсумковий контроль знань проводиться у формі екзамену(усно).

Екзамен передбачає відповіді на теоретичні та практико-орієнтовані питання, у межах яких здобувачі освіти мають продемонструвати знання й розуміння змісту дисципліни, а також сформованість фахових умінь учителя фізичної культури щодо планування та проведення уроків і спортивно-масових заходів, виконання практичних завдань з урахуванням вікових, анатомо-фізіологічних та психофізичних особливостей учнів.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти здійснюється за 100-бальною шкалою з таким розподілом балів: 70 балів – поточний контроль, 30 балів – проміжний (модульний) контроль, який анулюється, коли здобувач освіти іде на підсумковий (семестровий) контроль (30 балів).

Якщо підсумкова оцінка (бали) з освітнього компонента за результатами поточного та модульного контролю становить не менше 60 балів, то, за згодою здобувача освіти, вона може бути зарахована як підсумкова оцінка з освітнього компонента.

Остаточною оцінкою з освітнього компонента за семестр, яка вноситься до екзаменаційної відомості, є підсумкова оцінка, що складається з балів міжсесійного та підсумкового контролю.

Схема нарахування балів з освітнього компонента²

Форми контролю	Види навчальної роботи	Оцінювання
----------------	------------------------	------------

² Курс включає 4 змістові модулі (14 тем). Кожна тема оцінюється в 5 балів, що охоплює також самостійну роботу студента. Оцінювання за модулі: модуль 1 – 20 б. + 8 б. модульний контроль; модуль 2 – 15 б. + 7 б.; модуль 3 – 15 б. + 7 б.; модуль 4 – 20 б. + 8 б.

Поточний контроль	Робота на практичних заняттях: - презентація виконаних завдань; - робота в малих групах та командах; - доповідь з презентацією за тематикою самостійного вивчення; - усне опитування, тестування, - вирішення практичних завдань; - участь у навчальній дискусії; - моделювання фахових ситуацій та обговорення.	70 балів	
Модульний контроль	Модульний контроль 1	8 балів	30 балів
	Модульний контроль 2	7 балів	
	Модульний контроль 3	7 балів	
	Модульний контроль 4	8 балів	
Підсумковий контроль (екзамен / залік)	Екзамен включає 2 теоретичні та 1 практичне завдання.	30 балів	
Додаткові бали	Участь у предметних олімпіадах. Участь у конкурсах студентських робіт. Участь у наукових студентських конференціях.	Максимальна кількість балів – 7	
	Згідно з п.4.9. Положення про порядок оцінювання знань здобувачів освіти в умовах кредитно-трансферної системи організації освітнього процесу у КЗВО «ЛПК» ВОР)		
<p>Якщо підсумкова оцінка (бали) з освітнього компонента за результатами поточного та модульного контролю становить не менше 60 балів, то, за згодою здобувача освіти, вона може бути зарахована як підсумкова оцінка з освітнього компонента.</p> <p>Якщо здобувач освіти вирішив підвищити свою успішність на екзамені, то бали, набрані здобувачем освіти за результатами проміжного (модульного) контролю, анулюються.</p> <p>В шкалі оцінювання здійснено розподіл 100 балів: 70 – поточний контроль, 30 – проміжний (модульний) контроль, який анулюється, коли здобувач освіти іде на екзамен (30 балів).</p>			

Робота на практичних заняттях **за кожною темою** оцінюється таким чином:

Критерії оцінювання знань здобувачів освіти на практичних заняттях				
Кількість балів	Активність та участь у роботі	Практичне застосування знань і вчасність	Інтегральна компетентність та взаємодія у групі	Самостійність виконання та креативність
Мінімальна кількість 1– 2 бали	Пасивна участь, часті пропуски.	Завдання з методики фізичного виховання не виконано або виконано з порушенням вимог і термінів.	Не виявляє практичних умінь організації занять, не працює в команді.	Робота несамостійна, без творчого підходу.
Задовільна – 3 бали	Пасивна участь, виконує лише за вказівкою.	Застосовує знання на практиці частково або без логіки. Завдання виконує не всі та невчасно	Обмежено висловлює власні думки, виявляє пасивність у груповій роботі.	Виконує частково самостійно. Завдання шаблонні, без креативності та оригінальності.
Достатня – 4 бали	Переважно активний, епізодичні	Завдання виконує вчасно, але є дрібні недоліки.	Рівень комунікації добрий, іноді трапляються	Завдання виконує майже завжди самостійно. Є

	прояви ініціативи		незначні недоліки чи неточності. Взаємодіє у команді, але не завжди активно.	елементи креативності
Максимальна – 5 балів	Активно працює, проявляє ініціативу на практичних заняттях, дискусіях і командній роботі;	Завдання виконує якісно і без помилок; завжди вчасно і вчасно.	Володіє високим рівнем професійної комунікації, чітко й логічно пояснює навчальний матеріал та інструкції, активно й результативно взаємодіє з учнями й учасниками команди в освітніх і спортивно-масових ситуаціях.	Впевнено й самостійно виконує усі завдання, без сторонньої допомоги. Проявляє творчий підхід та оригінальні ідеї.

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ МОДУЛЬНОГО/СЕМЕСТРОВОГО КОНТРОЛЮ

Змістовий модуль³

I рівень складності (репродуктивний)

Оцінюється знання понять, фактів, нормативних положень (орієнтовно до 3 балів)

Дайте визначення теорії і методики фізичного виховання як наукової галузі.

Назвіть об'єкт і предмет теорії та методики фізичного виховання.

Охарактеризуйте основні завдання ТМФВ.

Які науки є базовими для формування теоретичних основ фізичного виховання?

Назвіть основні історичні етапи розвитку фізичного виховання.

Яке місце фізичної культури визначено у Державному стандарті початкової освіти?

Що таке фізкультурна освітня галузь у системі НУШ?

Перелічіть основні форми масової фізкультурно-оздоровчої роботи у школі.

Назвіть системи проведення спортивних змагань у закладах освіти.

Які нові (інноваційні) види спорту впроваджуються у шкільній практиці?

II рівень складності (аналітико-пояснювальний)

Оцінюється розуміння, пояснення, вміння встановлювати зв'язки (орієнтовно до 5 балів)

Поясніть значення ТМФВ для формування професійної ідентичності вчителя фізичної культури.

Проаналізуйте міжпредметні зв'язки фізичної культури з природничими науками.

Охарактеризуйте компетентнісний потенціал фізичної культури в НУШ.

Розкрийте роль учителя фізичної культури у формуванні здоров'язбережувальної культури учнів.

Поясніть структуру нормативного забезпечення фізкультурної освітньої галузі.

У чому полягає виховний і ціннісний потенціал фізичної культури?

Порівняйте різні системи проведення спортивних змагань за педагогічною доцільністю.

Поясніть значення фізкультурно-оздоровчих заходів у мотивації учнів до рухової активності.

Охарактеризуйте роль нових видів спорту у розвитку soft skills школярів.

³ Питання змістового модуля № 1 диференційовано за рівнями складності та спрямовано на перевірку теоретичної підготовки, аналітичних умінь і здатності здобувачів освіти застосовувати знання ТМФВ у професійній діяльності вчителя фізичної культури.

Поясніть значення професійної комунікації вчителя фізичної культури в освітньому процесі.

III рівень складності (проблемно-практичний)

Оцінюється здатність застосовувати знання в професійних ситуаціях (орієнтовно до 8 балів)

Обґрунтуйте вибір форм фізкультурно-оздоровчої роботи для учнів різних вікових груп.

Запропонуйте приклад інтеграції фізичної культури з іншою освітньою галуззю в умовах НУШ.

Проаналізуйте роль учителя фізичної культури у створенні безпечного освітнього середовища.

Запропонуйте структуру спортивного заходу з урахуванням принципів інклюзії.

Обґрунтуйте доцільність використання нових видів спорту у варіативних модулях.

Розкрийте можливості використання цифрових інструментів у професійній комунікації вчителя фізичної культури.

Проаналізуйте приклади порушення академічної доброчесності під час оцінювання змагань і запропонуйте шляхи їх запобігання.

Запропонуйте варіанти адаптації фізкультурно-оздоровчого заходу для учнів з особливими освітніми потребами.

Оцініть роль українських національних спортивних традицій у вихованні цінностей школярів.

Сформулюйте професійні завдання вчителя фізичної культури в умовах реалізації концепції НУШ.

Механізм оцінювання Змістового модуля № 1 (макс. 8 балів)⁴

Рівень	Зміст завдань	Що перевіряється	Максимум балів
I рівень (репродуктивний)	Питання 1–10	Знання понять, фактів, термінів, нормативних положень	2 бали
II рівень (аналітико-пояснювальний)	Питання 11–20	Розуміння, пояснення, встановлення зв'язків	3 бали
III рівень (проблемно-практичний)	Питання 21–30	Застосування знань у професійних ситуаціях	3 бали
Разом			8 балів

Змістовий модуль 2

I рівень складності (репродуктивний)

(перевірка знань — обов'язковий допуск до наступних рівнів)

Дайте визначення поняття «засоби фізичного виховання».

Назвіть основні групи фізичних вправ, що застосовуються у школі.

Що належить до природних чинників фізичного виховання?

Назвіть гігієнічні чинники фізичного виховання.

Перелічіть функціональні спрямованості засобів фізичного виховання.

Які показники використовують для оцінювання ефективності фізичних вправ?

Назвіть основні фази виконання фізичної вправи.

Що таке загальноорозвивальні вправи (ЗРВ)?

Назвіть основні методи навчання у фізичному вихованні.

Які форми організації навчальної діяльності використовуються на уроках фізичної культури?

I рівень складності (аналітико-пояснювальний)

Поясніть відмінність між оздоровчою та тренувальною спрямованістю фізичних вправ.

Проаналізуйте вплив інтенсивності та тривалості навантаження на організм учнів.

Охарактеризуйте ознаки втоми під час фізичних навантажень у школярів.

Поясніть роль вікових та анатомо-фізіологічних особливостей у доборі засобів фізичного виховання.

⁴ Оцінювання здійснюється за накопичувально-рівневою моделлю, відповідно до якої кожен наступний рівень складності може бути зарахований лише за умови засвоєння попереднього.

Проаналізуйте типові помилки у виконанні фізичних вправ.
 Поясніть значення демонстрації та словесного пояснення у навчанні рухів.
 Охарактеризуйте принципи дозування фізичних навантажень.
 Поясніть відмінності між фронтальною та груповою формами організації діяльності.
 Розкрийте значення педагогічного контролю у фізичному вихованні.
 Поясніть роль само- та взаємооцінювання в освітньому процесі.

III рівень складності (проблемно-практичний)

Обґрунтуйте добір засобів фізичного виховання для учнів різних вікових груп.
 Запропонуйте приклад поєднання фізичних вправ і рухливих ігор для розвитку витривалості.
 Складіть фрагмент комплексу ЗРВ з урахуванням мети уроку.
 Обґрунтуйте вибір методів корекції типових помилок у виконанні вправ.
 Запропонуйте варіант дозування навантаження для учнів з різним рівнем підготовленості.
 Проаналізуйте доцільність використання ігрових методів на уроці фізичної культури.
 Запропонуйте форми організації діяльності для розвитку командної взаємодії.
 Обґрунтуйте вибір методів контролю техніки виконання вправ.
 Проаналізуйте ефективність поєднання практичних і наочних методів навчання.
 Запропонуйте педагогічні рішення для підвищення щільності та ефективності уроку.

Механізм оцінювання Змістового модуля № 2 (макс.7 балів)

Рівень	Зміст завдань	Що перевіряється	Макс. бали
I рівень (репродуктивний)	Питання 1–10	Знання понять, класифікацій, термінів	2 бали
II рівень (аналітичний)	Питання 11–20	Уміння пояснювати, аналізувати, добирати	2 бали
III рівень (практико-орієнтований)	Питання 21–30	Застосування знань у професійних ситуаціях	3 бали
Разом			7 балів

Змістовий модуль 3

I рівень складності (репродуктивний)⁵

(базові знання, термінологічна точність)

Назвіть вікові особливості розвитку опорно-рухового апарату школярів.
 Які функціональні особливості серцево-судинної системи дітей необхідно враховувати на уроці?
 Назвіть основні дидактичні принципи організації уроку фізичної культури.
 Що таке рухові уміння та рухові навички?
 Назвіть типові помилки у формуванні рухових навичок.
 Що розуміють під безпечним дозуванням фізичного навантаження?
 Назвіть типи уроків фізичної культури.
 Які частини має структура уроку фізичної культури?
 Дайте визначення поняття «щільність уроку фізичної культури».
 Назвіть основні види щільності уроку.

II рівень складності (аналітико-пояснювальний)

(пояснення причинно-наслідкових зв'язків)

Поясніть вплив вікових особливостей нервової системи на навчання рухів.

⁵ I рівень є обов'язковим для переходу до II та III рівнів.

Проаналізуйте значення дидактичних принципів для ефективності уроку фізичної культури.
 Поясніть механізми формування рухових умінь і навичок.
 Охарактеризуйте психофізіологічні передумови розвитку рухових дій.
 Поясніть причини виникнення типових помилок у виконанні фізичних вправ.
 Проаналізуйте роль поурочного планування у забезпеченні якості уроку.
 Поясніть значення індивідуалізації навчання на уроці фізичної культури.
 Охарактеризуйте методи оцінювання ефективності уроку фізичної культури.
 Поясніть взаємозв'язок моторної щільності уроку з розвитком витривалості.
 Проаналізуйте вплив організації уроку на формування здоров'язбережувальної компетентності учнів.

III рівень складності (практико-орієнтований)

(професійні педагогічні рішення вчителя фізичної культури)

Обґрунтуйте добір фізичних вправ з урахуванням вікових особливостей учнів.
 Запропонуйте педагогічні прийоми попередження типових помилок у навчанні рухів.
 Складіть фрагмент структури уроку відповідно до його типу.
 Обґрунтуйте вибір методів оцінювання результативності уроку фізичної культури.
 Запропонуйте приклад індивідуалізації навантаження в основній частині уроку.
 Проаналізуйте педагогічні рішення щодо безпечного дозування навантаження.
 Запропонуйте шляхи підвищення моторної щільності уроку без перевантаження учнів.
 Обґрунтуйте використання хронометражу як інструменту оптимізації уроку.
 Проаналізуйте вплив структури уроку на ефективність формування фізичних якостей.
 Запропонуйте комплекс педагогічних рішень для підвищення якості уроку фізичної культури в умовах НУШ.

Механізм оцінювання Змістового модуля №3 (макс.7 балів)

Рівень	Зміст завдань	Що перевіряється	Макс. бали
I рівень (репродуктивний)	Питання 1–10	Знання термінів, понять, базових положень	2 бали
II рівень (аналітичний)	Питання 11–20	Уміння пояснювати, аналізувати, обґрунтовувати	2 бали
III рівень (практико-орієнтований)	Питання 21–30	Здатність проектувати, оцінювати, приймати педагогічні рішення	3 бали
Разом			7 балів

Змістовий модуль 4

I рівень складності (репродуктивний)

(перевірка базових знань)

Назвіть основні рівні планування освітнього процесу з фізичного виховання.
 Що таке поурочне планування?
 Назвіть види контролю навчальних досягнень учнів з фізичної культури.
 Дайте визначення поняття «формувальне оцінювання».
 Назвіть основні фізичні якості людини.
 Що таке сила і швидкість як фізичні якості?
 Назвіть види витривалості.
 Що таке гнучкість і які чинники впливають на її розвиток?
 Дайте визначення поняття «спритність».

Назвіть приклади тестів для оцінювання фізичних якостей школяр

II рівень складності (аналітико-пояснювальний)

(розуміння причинно-наслідкових зв'язків)

Поясніть взаємозв'язок річного, семестрового та поурочного планування.
Проаналізуйте роль критеріїв і рубрик у забезпеченні об'єктивності оцінювання.
Поясніть значення само- та взаємооцінювання в освітньому процесі.
Охарактеризуйте вікові особливості розвитку сили у школярів.
Проаналізуйте чинники формування швидкісних якостей у шкільному віці.
Поясніть відмінності між аеробними та анаеробними навантаженнями.
Охарактеризуйте методи розвитку загальної витривалості.
Проаналізуйте значення гнучкості для збереження здоров'я учнів.
Поясніть роль координаційних здібностей у руховій діяльності школярів.
Проаналізуйте типові помилки у розвитку фізичних якостей і шляхи їх корекції.

III рівень складності (практико-орієнтований)

(професійна готовність учителя фізичної культури)

Обґрунтуйте добір вправ для розвитку сили з урахуванням віку учнів.
Запропонуйте приклад ігрової або естафетної вправи для розвитку швидкості.
Складіть фрагмент поурочного плану з акцентом на розвиток витривалості.
Запропонуйте комплекс вправ для розвитку гнучкості з урахуванням інклюзивних підходів.
Обґрунтуйте вибір методів оцінювання фізичних якостей учнів.
Запропонуйте приклад використання цифрових інструментів у плануванні уроків фізичної культури.
Проаналізуйте педагогічні рішення щодо безпечного дозування навантаження.
Запропонуйте приклад квестового або сюжетного завдання для розвитку спритності.
Обґрунтуйте використання само- та взаємооцінювання у фізичному вихованні.
Запропонуйте систему моніторингу розвитку фізичних якостей учнів упродовж семестру.

Механізм оцінювання Змістового модуля №4 (макс.8 балів)

Рівень	Питання	Характер діяльності	Макс. бали
I рівень (репродуктивний)	1–10	Знання понять, класифікацій, термінів	2 бали
II рівень (аналітичний)	11–20	Пояснення, аналіз, педагогічне обґрунтування	3 бали
III рівень (практико-орієнтований)	21–30	Планування, добір засобів, оцінювання, прийняття рішень	3 бали
Разом			8 балів

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ (БІЛЕТІВ) ДЛЯ СЕМЕСТРОВОГО КОНТРОЛЮ

Білет 1

Об'єкт, предмет і завдання ТМФВ.
Види гнучкості та їх характеристика.
Розробіть естафету з флорболу для 6 класу.

Білет 2

Фізична культура у Державному стандарті початкової та базової середньої освіти.
Словесні методи навчання.
Складіть положення (2–3 пункти) для шкільних «Днів здоров'я».

Білет 3

Інноваційні напрями фізичного виховання в школі.
Тести для оцінювання спритності (методика проведення).
Запропонуйте критерії оцінювання виконання вправи «біг 30 м».

Білет 4

Класифікація засобів фізичного виховання.
Типи уроків фізичної культури.
Розробіть короткий комплекс вправ з предметами (5 вправ).

Білет 5

Роль ТМФВ у реалізації принципів НУШ.
Структура уроку фізкультури.
Складіть план підготовчої частини уроку у 5 класі (тема за вибором).

Білет 6

Системи проведення спортивних змагань.
Підготвча частина уроку.
Розрахуйте умовну щільність уроку (активність – 30 хв., загальний час – 45 хв.).

Білет 7

Біологічні реакції організму на фізичне навантаження.
Використання сюжетних завдань на уроках фізкультури.
Запропонуйте 3 приклади наскрізних змістових ліній у фрагменті уроку.

Білет 8

Основи техніки фізичних вправ (фази).
Компетентнісний потенціал фізичної культури.
Складіть комплекс ЗРВ для розвитку гнучкості.

Білет 9

Форми організації діяльності на уроці фізичної культури.
Вправи для розвитку стартової реакції.
Розробіть приклад анкети для самооцінки учня.

Білет 10

Дидактичні принципи організації уроку фізкультури.
Фактори розвитку координаційних здібностей.
Складіть фрагмент поурочного плану з використанням QR-коду.

Білет 11

Вікові особливості розвитку сили у школярів.
Особливості розвитку гнучкості у дітей різного віку.
Розробіть міні-квест на розвиток витривалості.

Білет 12

Історичні етапи розвитку фізичного виховання.
Використання мультимедійних матеріалів у плануванні уроків.
Складіть план організації турніру з волейболу.

Білет 13

Використання ідеомоторного тренування.
Принципи прозорості та інклюзивності оцінювання.
Розробіть естафету для розвитку сили у 7 класі.

Білет 14

Структура та нормативне забезпечення фізкультурної галузі в НУШ.
Типові помилки у техніці вправ.
Розробіть комплекс вправ на гнучкість (4–5 вправ).

Білет 15

Значення спритності у фізичному вихованні.
Методи оцінювання ефективності уроку.
Опишіть ситуацію: учень відчув втому на уроці – дії вчителя.

Білет 16

Рівні планування у фізичному вихованні.

Сучасні підходи до організації уроку фізичної культури.
Складіть короткий план-конспект руханки для початкової школи.

Білет 17

Професійна комунікація вчителя фізичної культури.
Контрольні тести на спритність.
Запропонуйте вправу з м'ячем для розвитку координації.

Білет 18

Ознаки фізичної втоми та способи їх діагностики.
Особливості формування швидкісних якостей.
Складіть міні-презентацію про роль фізкультури у шкільному середовищі.

Білет 19

Принципи добору вправ при плануванні уроку.
Тести для оцінювання гнучкості.
Запропонуйте приклад повідомлення для батьків у месенджері.

Білет 20

Вікові особливості розвитку опорно-рухового апарату школярів.
Роль квестових технологій у розвитку координації.
Складіть рекомендації для оптимізації уроку після хронометражу.

Білет 21

Використання інтерактивних підказок (QR-кодів).
Значення формуального оцінювання у фізичному вихованні.
Розробіть завдання для фронтальної роботи з класом.

Білет 22

Зв'язок ТМФВ з іншими науками.
Типові помилки у тренуванні швидкості.
Складіть ЗРВ для розвитку сили й витривалості.

Білет 23

Принципи академічної доброчесності під час змагань.
Методи розвитку спеціальної витривалості.
Запропонуйте вправу на точність реакції.

Білет 24

Структура уроку фізичної культури.
Використання мультимедійного зворотного зв'язку.
Складіть фрагмент модуля з варіативної програми.

Білет 25

Використання результатів хронометражу уроку.
Методи навчання у фізичному вихованні.
Проаналізуйте урок за критеріями: щільність, інтенсивність, мотивація.

Білет 26

Значення нових видів спорту у варіативних модулях.
Методи вимірювання моторної активності учнів.
Складіть комплекс вправ для розвитку стартової реакції.

Білет 27

Форми масової фізкультурно-оздоровчої роботи у школі.
Особливості розвитку координаційних здібностей у підлітків.
Запропонуйте вправу для інтеграції рухової активності в інший предмет.

Білет 28

Типи оцінювання у фізичному вихованні.
Використання цифрових інструментів для популяризації фізкультури.
Складіть приклад завдання з QR-кодом для уроку.

Білет 29

Значення рухливих ігор у фізичному вихованні.
Методи корекції помилок у координаційних вправах.
Розробіть вправу на розвиток командної взаємодії.

Білет 30

Очікувані результати навчання учнів з фізичної культури.

Роль педагогічного спостереження на уроці.

Складіть план організації спортивного свята для 5–6 класів.

Критерії оцінювання результатів навчання і компетентностей за підсумками екзамену

Компонент екзамену	Макс. бали	Основні критерії оцінювання	Компетентності	ПРН
Теоретичне питання 1	8	Системність і логічність викладу; коректна фахова термінологія; методологічне обґрунтування ТМФВ у контексті НУШ і здоров'язбереження	ІК; ЗК3, ЗК5, ЗК9; СК4, СК5, СК11	ПРН3, ПРН4, ПРН16, ПРН18
Теоретичне питання 2	8	Аналітичність; урахування вікових і психофізіологічних особливостей; методичне обґрунтування організації ФВ	ЗК3, ЗК4, ЗК7, ЗК9; СК6, СК14, СК15, СК17	ПРН10, ПРН11, ПРН19, ПРН4
Практичне завдання	14	Практичне завдання спрямоване на перевірку здатності здобувачів освіти проектувати та методично обґрунтовувати уроки фізичної культури і позаурочну рухову діяльність, планувати безпечні й ефективні режими фізичного навантаження, добирати засоби й методи з урахуванням вікових, індивідуальних і психофізіологічних особливостей учнів, реалізовувати інклюзивний і здоров'язбережувальний підходи, використовувати цифрові освітні ресурси, а також інтегрувати національні форми рухової активності для формування мотивації, відповідальності та командної взаємодії.	ЗК3, ЗК4, ЗК5, ЗК7, ЗК9; СК4, СК5, СК6, СК11, СК14, СК15, СК16, СК17	ПРН7, ПРН10, ПРН19, ПРН20
Разом	30		ІК, усі ЗК і СК	усі ПРН

Розподіл балів, які отримують здобувачі освіти ⁶

ЗМ1				МК1	ЗМ2			МК 2	усього
Т1 П/СР	Т2 П/СР	Т3 П/СР	Т4 П/СР		Т5 П/СР	Т6 П/СР	Т7 П/СР		
5	5	5	5	8	5	5	5	7	50

ЗМ3			МК3	ЗМ4				МК4	Екзамен Підс.кон.
Т8 П/СР	Т9 П/СР	Т10 П/СР		Т11 П/СР	Т12 П/СР	Т13 П/СР	Т14 П/СР		
5	5	5	7	5	5	5	5	8	30/100

Умовні позначення: П – практичне заняття, СР – самостійна робота, МК – модульний контроль, З – залік.

⁶ Самостійна робота студентів не оцінюється окремо, але є обов'язковою частиною навчального процесу та враховується у загальній кількості балів за тематичний контроль. Під час оцінювання теми береться до уваги рівень виконання самостійних завдань, їх своєчасність, змістовність, а також вміння застосовувати опрацьований матеріал на практиці.

Шкала оцінювання

100-бальна шкала	шкала ЄКТС	оцінка за національною системою
90–100	A	відмінно
82–89	B	добре
74–81	C	
64–73	D	
60–63	E	задовільно
35–59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням освітнього компонента

11. ПОЛІТИКА КУРСУ

11.1. Політика щодо відвідування

Здобувач освіти повинен відвідувати всі види занять, передбачені навчальним планом, згідно з розкладом. Графік консультацій із освітнього компоненту оприлюднений на інформаційному стенді кафедри теорії та методики фізичного виховання. У разі відсутності здобувача на занятті він зобов'язаний відпрацювати тему під час консультацій. Графік консультацій розміщено на стенді кафедри. В умовах дистанційного навчання всі правила, які стосувалися очного навчання, зберігаються. Заняття може бути проведене в режимі онлайн згідно з розкладом навчальних занять та на платформі, яку обирає викладач. Усі методичні матеріали розміщено на платформі Google Classroom.

11.2. Політика щодо академічної доброчесності

Здобувач освіти повинен самостійно виконати всі завдання семінарських / практичних занять робіт, а, у випадку запозичень інформації, зобов'язаний коректно її відображати з посилання на першоджерело. Використання будь-яких джерел інформації під час проведення різних форм оцінювання знань (семестровий, підсумковий контроль) заборонено. Використання інструментів штучного інтелекту в освітній діяльності здійснюється у межах вимог академічної доброчесності та відповідно до Політик впровадження та використання ШІ в Коледжі. Здобувач освіти зобов'язаний використовувати технології штучного інтелекту відповідально, прозоро та етично, з обов'язковим дотриманням принципів академічної доброчесності. Під час виконання письмових і тестових робіт, модульного чи семестрового контролю використання ШІ – заборонено. Якщо студент виконує творчі роботи (есе, проекти тощо) за допомогою ШІ – викладач має право не зараховувати таку роботу або знизити оцінку. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача освіти є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У випадку таких подій – реагування відповідно до Положення про академічну доброчесність учасників освітнього процесу Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

11.3. Політика щодо дотримання термінів виконання завдань

Здобувач освіти повинен вчасно виконати всі завдання практичних занять у терміни, які встановлює викладач. Індивідуальну роботу здобувач освіти виконує самостійно, відповідно до методичних вказівок та визначених викладачем завдань і термінів. У випадку відсутності здобувача освіти на занятті з об'єктивних причин (хвороба, заява по поважній причині) термін здачі робіт може бути змінений. До підсумкової форми контролю (заліку) здобувач освіти має відпрацювати пропущені заняття та здати усі теми. Ліквідація заборгованості відбувається під час проведення консультацій з освітнього компонента за графіком, визначеним викладачем.

11.4. Політика щодо визнання результатів неформальної освіти (за бажанням викладача)

Якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній (курси, семінари, тренінги, стажування) чи інформальній освіті і їх тематика, обсяг вивчення та зміст відповідають освітньому

компоненту в цілому або його окремому розділу, змістовому модулю, темі (темам), що передбачені робочою програмою освітнього компонента, і проходження яких підтверджено документально (сертифікат, свідоцтво тощо), то зарахування результатів такого навчання здійснюється згідно з «Положенням про порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої та фахової передвищої освіти, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, у Комунальному закладі вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради».

11. Рекомендована література

ОСНОВНА

Тема 1. Теоретичні засади теорії і методики фізичного виховання

Семененко В., Теліус В. Фізичне виховання в концепції Нової української школи: проблематика і перспективи // *Фізичне виховання: науковий журнал*. 2024. № 1. С. 22–29.

URL: https://vspu.net/journal/nush_fv_2024_1

Танасійчук Ю. М. Проблеми та перспективи фізичного виховання в українських школах // *Педагогічний вісник Уманського університету*. 2024. № 2. С. 58–65.

URL: https://pedvisnyk.udpu.edu.ua/article/view/2024_2_fv

Соколова Н. О. Формування фахової ідентичності майбутнього вчителя фізичної культури // *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2022. № 3. С. 97–102.

URL: https://pppo.vspu.net/article/view/2022_3_teacher_id

Боднарчук О., Семенова Н., Стефанишин М. Теорія і методика фізичного виховання : курс лекцій. Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2023. 186 с.

Тема 2. Фізкультурна освітня галузь у системі НУШ

Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребрина А. А., Боляк Н. Л. Методика навчання фізичної культури у 1–4 класах Нової української школи : навч. посіб. Київ : Освіта, 2021. 256 с. (розд. 1–3).

Міністерство освіти і науки України. Методичні рекомендації щодо викладання фізичної культури у 2024–2025 навчальному році. Київ : ІМЗО, 2024. 18 с.

URL: <https://osvita.ua/school/87654>

Костюкович О. О. Організація фізичного виховання молодших школярів у Новій українській школі : навч.-метод. посіб. Зарічне : КОІППО, 2022. 104 с. (с. 12–48).

Савченко О. Я. (ред.). Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. 1–2 класи. Київ : МОН України, 2021. 148 с.

Шиян Р. Б. (ред.). Типова освітня програма для базової середньої освіти. 5–9 класи. Київ : МОН України, 2022. 224 с.

Тема 3. Організація фізкультурно-оздоровчих заходів і змагань

Семененко В., Теліус В. Сучасні методи організації навчального процесу з фізичної культури у школі // *Фізичне виховання: теорія і практика*. 2024. № 2. С. 45–51.

URL: https://vspu.net/journal/fv_practice_2024_2

Гур'єв В. А. Методика спостереження та тестування у фізичному вихованні школярів // *Науковий вісник СумДУ. Серія: Педагогіка*. 2023. № 4. С. 76–82.

URL: https://pedvisnyk.sumdu.edu.ua/article/view/2023_4_fv

Денисенко Н. Г. Методика проведення спортивних змагань у школі: акценти Нової української школи // *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2021. № 4(56). С. 112–117.

Тема 4. Нові види спорту та професійна комунікація вчителя фізичної культури

Денисенко Н., Кліш І., Василевська Л. Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання: «Cool Games – гід сучасних активностей школярів»: метод. практикум. Луцьк : ПП Мажула Ю. М., 2025. 90 с.

Денисенко Н., Слабенко І., Лешук В. Флорбол у підготовці майбутнього вчителя фізичної культури: методика та практика. Луцьк : ПП Мажула Ю. М., 2025. 85 с.

Денисенко Н. Cool Games та інтерактивні види спорту як інструмент мотивації школярів // *Фізичне виховання і спорт у сучасній школі*. 2024. № 1(2). С. 18–24.

Тема 5. Засоби фізичного виховання: класифікація, функціональна спрямованість, чинники ефективності

Костюкович О. О. Організація фізичного виховання молодших школярів у Новій українській школі : навч.-метод. посіб. Зарічне : КОППО, 2022. 104 с. (с. 34–58).

Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребриня А. А., Боляк Н. Л. Методика навчання фізичної культури у 1–4 класах НУШ : навч. посіб. Київ : Освіта, 2021. 256 с. (с. 61–92).

Товт В. А., Маріонда І. І. Теорія і методика фізичного виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю «Середня освіта (Фізична культура)» : навч. посіб.

Ужгород : БЕСТ ПРІНТ, 2022. 225 с.

Гур'єв В. А. Функціональні реакції організму школярів на фізичне навантаження // *Педагогічний альманах*. 2023. № 52(2). С. 76–82.

Семененко В., Теліус В. Фізичне виховання в концепції Нової української школи // *Фізичне виховання: науковий журнал*. 2024. № 1. С. 22–29.

Тема 6. Техніка фізичних вправ і побудова комплексів загальнорозвивальних вправ

Денисенко Н. Методика корекції технічних помилок у фізичних вправах учнів // *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту*. 2024. № 2(21). С. 51–57.

Хуртенко О., Дмитренко С. Інноваційні педагогічні технології у фізичному вихованні школярів // *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2025. Т. 19(38). С. 132–140.

Поліщук В. Інноваційні методи навчання на уроках фізичної культури : метод. розробка. Київ, 2021. 48 с. (с. 20–35).

Денисенко Н., Северіна Л. Гімнастика особистості: рух у ритмі розвитку : метод. практикум. Луцьк : ПП Мажула Ю. М., 2025. 198 с. (с. 65–98).

Семененко В., Теліус В. Сучасні підходи до формування рухових умінь у школярів // *Фізичне виховання: теорія і практика*. 2024. № 2. С. 45–51.

Тема 7. Методи навчання та форми організації діяльності. Контроль та оцінювання

Міністерство освіти і науки України. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5–9 класи». Київ : МОН України, 2024. 291 с.

Денисенко Н. Формувальне оцінювання на уроках фізичної культури // *Освітні інновації*. 2024. № 3(17). С. 102–108.

Денисенко Н. Цифрові інструменти у професійній діяльності вчителя фізичної культури // *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 55(3). С. 122–127.

Костюкович О. О. Моніторинг результатів навчання з фізичної культури в НУШ // *Педагогічні науки*. 2022. № 31. С. 73–79.

Семененко В., Теліус В. Педагогічний контроль і самооцінювання у фізичному вихованні школярів // *Фізичне виховання і спорт у сучасній школі*. 2023. № 2. С. 34–40.

Тема 8. Анатомо-фізіологічні та дидактичні передумови уроку

Денисенко Н. Діагностика фізичних станів учнів у процесі уроків фізичної культури // *Педагогічний альманах*. 2023. № 52(2). С. 76–82.

Панюхно О. А. Фізіологічні основи розвитку рухових якостей у школярів. Полтава, 2023. 68 с. (с. 15–35).

Костюкович О. О. Безпечне дозування фізичних навантажень у НУШ // *Освітній простір України*. 2022. № 29. С. 35–41.

Денисенко Н. Психофізіологічні передумови формування рухових навичок // *Проблеми освіти*. 2024. № 101(1). С. 98–104.

Семененко В., Теліус В. Вікові особливості рухового розвитку учнів // *Фізичне виховання: науковий журнал*. 2023. № 3. С. 41–47.

Тема 9. Проектування та структура уроку фізичної культури

Денисенко Н. Практична підготовка вчителя фізичної культури в контексті НУШ : посібник. Луцьк : ФОП Мажула Ю. М., 2023. 176 с. (с. 54–82).

Боляк А. А. та ін. Фізична культура. 6–9 класи : навчальна програма. Київ : МОН України, 2022. 425 с.

Денисенко Н. Формування здоров'язбережувальної компетентності на уроці фізичної культури // *Освітні інновації*. 2024. № 2. С. 61–67.

Костюкович О. О. Індивідуалізація навчання на уроках фізичної культури // *Педагогічні науки*. 2022. № 30. С. 48–55.

Семененко В., Теліус В. Сучасний урок фізичної культури: структура і методика // *Фізичне виховання і спорт*. 2023. № 4. С. 27–33.

Тема 10. Хронометраж уроку фізичної культури

Денисенко Н. Аналіз моторної щільності уроку фізичної культури // *Педагогічний альманах*. 2023. № 52. С. 83–89.

Гур'єв В. А. Хронометраж як інструмент оцінювання ефективності уроку // *Науковий вісник СумДУ*. 2023. № 4. С. 76–82.

Костюкович О. О. Оптимізація уроку фізичної культури в умовах НУШ // *Освітній простір України*. 2022. № 29. С. 42–49.

Денисенко Н. Моторна активність учнів і розвиток витривалості // *Фізичне виховання і спорт*. 2024. № 1. С. 18–24.

Семененко В., Теліус В. Енергетичні процеси та ефективність рухової діяльності // *Фізичне виховання: науковий журнал*. 2023. № 2. С. 55–61.

Тема 11. Планування та оцінювання освітнього процесу

МОН України. Методичні рекомендації щодо оцінювання результатів навчання з фізичної культури. Київ, 2024. 18 с.

Денисенко Н. Формувальне та підсумкове оцінювання у фізичному вихованні // *Освітні інновації*. 2024. № 3. С. 102–108.

Костюкович О. О. Планування освітнього процесу з фізичної культури в НУШ // *Педагогічні науки*. 2022. № 31. С. 73–79.

Денисенко Н. Цифрові платформи у плануванні уроків фізичної культури // *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 55(3). С. 122–127.

Семененко В., Теліус В. Інклюзивне оцінювання у фізичній культурі // *Фізичне виховання і спорт*. 2023. № 2. С. 34–40.

Тема 12. Розвиток сили та швидкості

Панюхно О. А. Методика розвитку швидко-силових якостей у школярів. Полтава, 2023. 68 с. (с. 10–35).

Денисенко Н. Фізіологія м'язових зусиль у шкільному віці // *Проблеми освіти*. 2024. № 101(1). С. 98–104.

Семененко В., Теліус В. Ігрові методи розвитку сили та швидкості // *Фізичне виховання і спорт*. 2023. № 4. С. 27–33.

Костюкович О. О. Вікові особливості розвитку швидкісних якостей // *Педагогічні науки*. 2022. № 30. С. 48–55.

Денисенко Н. Інтерактивні естафети у фізичному вихованні // *Фізичне виховання і спорт у сучасній школі*. 2024. № 2. С. 31–37.

Тема 13. Витривалість та гнучкість

Івах Р. Методика розвитку витривалості у дітей середнього шкільного віку. Суми, 2021. 84 с. (с. 45–60).

Денисенко Н. Аеробні та анаеробні навантаження у фізичному вихованні // *Фізичне виховання: науковий журнал*. 2023. № 3. С. 41–47.

Панюхно О. А. Фізіологічні основи розвитку витривалості та гнучкості. Полтава, 2023. 68 с. (с. 30–50).

Денисенко Н. Адаптовані вправи для розвитку гнучкості // *Освітні інновації*. 2024. № 2. С. 61–67.

Семененко В., Теліус В. Вікові особливості розвитку витривалості // *Фізичне виховання і спорт*. 2023. № 2. С. 34–40.

Тема 14. Розвиток спритності та координаційних здібностей

Денисенко Н. Квестові технології у фізичному вихованні школярів // *Фізичне виховання і спорт у сучасній школі*. 2024. № 1. С. 18–24.

Семененко В., Теліус В. Розвиток координаційних здібностей у школярів // *Фізичне виховання: науковий журнал*. 2023. № 2. С. 55–61.

Костюкович О. О. Інтерактивні методи розвитку спритності // *Педагогічні науки*. 2022. № 31. С. 73–79.

Денисенко Н. Використання QR-технологій на уроках фізичної культури // *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 55(3). С. 122–127.

Панюхно О. А. Контроль координаційних здібностей школярів. Полтава, 2023. 68 с. (с. 50–65).

ДОПОМІЖНА ЛІТЕРАТУРА

Кабінет Міністрів України. Державний стандарт базової середньої освіти : постанова КМУ від 30.09.2020 № 898. Київ, 2020.

* Нормативна основа НУШ для тем 5–11.

Міністерство освіти і науки України. Державний стандарт початкової освіти : постанова КМУ від 21.02.2018 № 87. Київ, 2018.

* Базовий документ для добору засобів, методів і структури уроку.

Міністерство освіти і науки України. Професійний стандарт «Вчитель закладу загальної середньої освіти». Київ, 2024.

* Ключовий документ для методики уроку, оцінювання, планування.

Міністерство освіти і науки України. Методичні рекомендації щодо викладання фізичної культури у 2024–2025 навчальному році. Київ : ІМЗО, 2024. 18 с.

* Актуальні орієнтири НУШ (усі теми модулів 2–4).

Круцевич Т. Ю., Галенко Л. А., Деревянко В. В. та ін. Фізична культура. 6–9 класи : навчальна програма для закладів загальної середньої освіти. Київ : МОН України, 2022. 425 с.

* Практична база для планування й структури уроку.

Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребриня А. А. Компетентнісний потенціал фізичної культури в умовах НУШ // *Освітній простір України*. 2021. № 28. С. 41–48.

* Теоретичне підґрунтя тем 5–7, 9, 11.

Денисенко Н. Фізкультурна освітня галузь у стандарті НУШ: інноваційний аспект // *Освітній простір України*. 2023. № 1(29). С. 35–41.

* Інтеграція стандарту з методикою.

Денисенко Н. Практична підготовка вчителя фізичної культури в контексті концепції НУШ : посібник. Луцьк : ФОП Мажула Ю. М., 2023. 176 с.

* Методична підтримка тем 6–11.

Семененко В., Теліус В. Інтеграція міжпредметних зв'язків у фізичній культурі НУШ // *Фізичне виховання і спорт*. 2023. № 2. С. 34–40.

* Допоміжне джерело для методів і форм організації.

Костюкович О. О. Індивідуалізація та диференціація навчання на уроках фізичної культури // *Педагогічні науки*. 2022. № 31. С. 73–79.

* Підсилює теми 7, 9, 11.

Денисенко Н. Формування здоров'язбережувальної компетентності школярів у процесі фізичного виховання // *Педагогічний альманах*. 2022. № 51. С. 88–94.

* Підтримує теми 5, 8, 9, 12–14.

Гур'єв В. А. Педагогічний контроль і оцінювання у фізичному вихованні // *Науковий вісник СумДУ*. 2023. № 4. С. 76–82.

* Допоміжне до тем 7, 10, 11.

UNESCO. Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers. Paris, 2015.

* Міжнародний контекст (допоміжне, не обов'язкове).

World Health Organization. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva, 2020.

* Наукове обґрунтування дозування навантажень (теми 5, 8, 12–14).

OECD. Education 2030: The Future of Education and Skills. Paris, 2021.

* Загальноосвітній контекст компетентнісного навчання.

Інтернет-покликання

[https://sport.med.sumdu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/02/% Dpdf](https://sport.med.sumdu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/02/%D0%9F%D0%9F%D0%9F.pdf)

<https://tmfv.com.ua>

https://www.library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/04/Dubinska_Teor.fiz_.kult_.pdf

https://document.kdu.edu.ua/info_zab/014_312.pdf

<https://physics.uz.ua/en/journals/issue-55-2024/development-of-a-methodology-for-assessing-the-quality-of-professional-training-of-future-specialists-in-physical-education-and-sports>

<https://www.physcult.org.ua/index.php/pc/article/view/9>

<https://fizkultura.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/tmfv.pdf>

<https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055515.pdf>

https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/conhecimento_diversidade/article/download/12388/4715

[https://www.dgma.donetsk.ua/docs/kafedry/fizv/metod/% df](https://www.dgma.donetsk.ua/docs/kafedry/fizv/metod/%df)

11. https://www.researchgate.net/publication/391550730_Methodology_for_physical_education_students_in_pedagogical_university_in_times_of_war_the_systematic_review

12.

<https://dspace.khadi.kharkov.ua/bitstreams/1c5a12ca-de84-4c99-8109-29ae6e63d555/download.pdf>

13. <https://www.physcult.org.ua/index.php/pc/article/view/7>

Викладач ППП



Денисенко Н.Г.
(підпис)