



## Силабус навчальної дисципліни

### «Теорія і методика фізичного виховання»

<b>Спеціальність</b>	А7 «Фізична культура і спорт»
<b>Освітня програма</b>	Фізична культура і спорт
<b>Освітній рівень</b>	перший (бакалаврський)
<b>Статус дисципліни</b>	Обов'язкова
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Курс / семестр</b>	2 курс 3,4 семестр
<b>Кількість кредитів ЄКТС</b>	6
<b>Розподіл за видами занять та годинами навчання</b>	Лекції - 32 год.
	Практичні - 40 год.
	Самостійна робота - 108 год.
<b>Форма підсумкового контролю</b>	Диференційований залік – 3 семестр. Екзамен-4семестр
<b>Кафедра</b>	Фізичної культури та спорту, Каб. 144, корпус Ц, <a href="https://nipp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html">https://nipp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html</a>
<b>Викладач (-і)</b>	Рибалко Ліна Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, Гулько Тетяна Юріївна, старший викладач
<b>Контактна інформація викладача (-ів)</b>	e-mail: <a href="mailto:lina-rybalko@ukr.net">lina-rybalko@ukr.net</a> +380663930091
<b>Дні занять</b>	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
<b>Консультації</b>	аудиторія 201-П відповідно до розкладу
<b>Мета навчальної дисципліни</b> – формування знань про засоби, методи, принципи фізичного виховання, особливості методики розвитку фізичних якостей людей різного віку та вміння і навички застосовувати засоби та методи фізичного виховання з метою фізичної підготовки.	
<b>Програмні результати навчання</b>	
ПРН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.	
ПРН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.	
ПРН 6. Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури спорту, підготовки та оформлення наукової праці.	
ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.	
ПРН 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи	
<b>Передумови для навчання є навчальні дисципліни</b> є знання, отримані під час вивчення ОК «Вступ до спеціальності з основами академічної доброчесності», «Анатомія людини», «Загальна теорія здоров'я», «Теорія і методика викладання гімнастики».	
<b>Індивідуальне завдання</b>	Курсова робота



**Зміст навчальної дисципліни.** Тема 1. Методи дослідження фізичного виховання. Тема 2. Принципи та закономірності процесу фізичного виховання. Тема 3. Засоби фізичного виховання. Тема 4-5. Методи фізичного виховання. Тема 6-7. Форми фізичного виховання. Тема 8-9. Методика фізичного виховання. Тема 10-11. Програми та планова документація з фізичного виховання. Тема 12. Техніка виконання фізичних вправ. Тема 13. Фізичні якості людини та їх розвиток у різні вікові періоди людини. Тема 14. Сила як фізична якість людини. Тема 15. Швидкість і спритність як фізичні якості людини. Тема 16. Витривалість як фізична якість людини. Тема 17. Гнучкість як фізична якість людини. Тема 18. Планування, контроль та облік у фізичному вихованні. Тема 19. Основи фізичного виховання осіб спеціальних медичних груп.

Сторінка курсу на  
платформі Moodle

<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3186>

#### Рекомендовані джерела

1. Ареф'єв В.Г. Фізичне виховання в школі / В.Г. Ареф'єв, В.В. Столітенко. – К. : ІЗМН, 2009. – 280 с.
2. Боднар І. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі: навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання вищ. навч. закл. / Боднар І. Р. – Львів : Українські технології, 2013. – 187 с.
3. Канішевський С. М. Умови, стан і перспективи розвитку фізичного виховання у ЗНЗ України / С. М. Канішевський, Р. Т. Раєвський, В. П. Краснов, А. Г. Рибковський, С. І. Присяжнюк, Н. О. Третяков // Теорія і практика фізичного виховання. – 2018. – №1. – С. 139-145.
4. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Я.М. Яців, Ю.О. Полатайко, Е.Й. Лапковський, З.В. Дума, Л.Б. Маланюк, Г.О. Пятничук, А.В. Синиця, Л.А. Хохлова. – Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012 – 47 с.
5. Методичні вказівки до практичних занять із навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання освітнього ступеня бакалавр/ укладач Рибалко Л.М. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. – 68 с.
6. Рибалко Л.М. Теорія і методика фізичного виховання: конспект лекцій для студентів денної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». – Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2020. – 124 с.
7. Рибалко Л.М., Пермяков О.А. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник для студентів денної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» ступеня вищої освіти бакалавр. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. – 102 с.
8. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. – [3-тє вид., без змін]. – К.: НУФВСУ, видавництво «Олімп. л-ра», 2018. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 384 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. – [3-тє вид., без змін]. – К.: НУФВСУ, видавництво «Олімп. л-ра», 2018. – Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – 448 с.
10. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Шиян Б. М. – Тернопіль: Навчальна книга, 2009. – Ч. 1. – 248 с.
11. Методичні вказівки до виконання курсових робіт для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» галузі 01 Освіта / Педагогіка [Уклад.: Рибалко Л. М., Синиця Т. О., Пермяков О. А.]. Полтава: Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2023. 26 с.

**Система оцінювання результатів навчання**

За результатами поточного навчання протягом семестру студент може отримати максимально 70 балів у разі диференційованого заліку та 50 балів у разі екзамену; 30 та 50 балів – за результатами підсумкового контролю відповідно. Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі дисципліни.

**Накопичування балів з навчальної дисципліни у 3 семестрі**

<b>Види навчальної роботи</b>	<b>Мах кількість балів</b>
Робота на практичних заняттях	<b>20</b>
Виконання поточних контрольних робіт і тестів	<b>20</b>
Виконання самостійної роботи та індивідуальних завдань	<b>30</b>
Диференційований залік	<b>30</b>
<b>Максимальна кількість балів</b>	<b>100</b>

**Накопичування балів з навчальної дисципліни у 4 семестрі**

<b>Види навчальної роботи</b>	<b>Мах кількість балів</b>
Робота на практичних заняттях	<b>20</b>
Виконання поточних контрольних робіт і тестів	<b>10</b>
Виконання самостійної роботи та індивідуальних завдань	<b>20</b>
Екзамен	<b>50</b>
<b>Максимальна кількість балів</b>	<b>100</b>

**Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»**

<b>Сума балів за всі види навчальної діяльності</b>	<b>Оцінка ЄКТС</b>	<b>Оцінка за національною шкалою</b>
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	
60 - 63	E	задовільно
35 - 59	FX	незадовільно
1 - 34	F	

**Розподіл балів за курсову роботу**

<b>Виконання теоретичного розділу досліджуваної</b>	<b>Розробка методик (програми) у прикладній частині курсової роботи</b>	<b>Захист курсової роботи</b>	<b>Сума</b>
<b>20</b>	<b>50</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

**Політики навчальної дисципліни:**

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їх участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.



Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни <https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3186>

Силабус затверджено на засіданні кафедри фізичної культури та спорту  
28 серпня 2025 р. Протокол № 1