

" 31 " 05



Міністерство освіти і науки України  
Національний університет "Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка"  
Факультет фізичної культури та спорту

## НАВЧАЛЬНИЙ ПЛАН

**на 2024 - 2026 навчальні роки  
за освітньо-професійною програмою  
"Фізична культура і спорт"**

**підготовки магістра**

галузь знань 01 Освіта /Педагогіка

**спеціальність 017 Фізична культура і спорт****Форма навчання** дистанційна

**Освітня кваліфікація:** "Магістр фізичної культури і спорту"

**Строк навчання** 1 рік 5 місяців

на основі "Освітній ступінь бакалавра (6 рівень НРК) або вищий рівень"

## І. ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

## II. ЗВЕДЕНІ ДАНІ ПРО БЮДЖЕТ ЧАСУ, ТИЖНІ

[illegible]

**ПОЗНАЧЕННЯ:**  - теоретичне навчання;

**С** - екзаменаційна сесія

**М** - міжсесійний контроль;

**П** - практика

**A** - підсумкова атестація

КР виконання кваліфікаційної роботи

**К** - канікули;

### III. ПРАКТИКА

| Назва практики                                          | Семестр | К-ть тижнів | К-ть годин |
|---------------------------------------------------------|---------|-------------|------------|
| Науково-педагогічна практика                            | 3       | 4           | 180        |
| Дослідницька практика (за темою кваліфікаційної роботи) | 3       | 6           | 270        |

#### IV. ПІДСУМКОВА АТЕСТАЦІЯ

|                                         |         |
|-----------------------------------------|---------|
| Форма підсумкової атестації             | семестр |
| Атестаційний екзамен                    | 3       |
| Публічний захист кваліфікаційної роботи | 3       |

## V. ПЛАН ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

| № з/п                                          | Шифр за ОПП | НАЗВА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ                                                 | Кількість кредитів ECTS | Кількість годин |              |        |             |                        |                                  | Розподіл за семестрами |       |          |    |             | Розподіл кредитів ECTS за курсами і семестрами |    |         | ШИФР КАФЕДРИ |   |   |
|------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------|--------------|--------|-------------|------------------------|----------------------------------|------------------------|-------|----------|----|-------------|------------------------------------------------|----|---------|--------------|---|---|
|                                                |             |                                                                             |                         | Загальний обсяг | аудиторних   |        |             |                        | самостійна, індивідуальна робота | екзамен                | залік | Курсові  |    | РГР, РР, ГР | I курс                                         |    | II курс |              |   |   |
|                                                |             |                                                                             |                         |                 | у тому числі |        |             |                        |                                  |                        |       | Семестри |    |             | Кількість тижнів в семестрі                    |    |         |              |   |   |
|                                                |             |                                                                             |                         |                 | Всього       | лекцій | лабораторні | практичні, семінарські |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    | 1       |              | 2 | 3 |
|                                                |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
|                                                |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
| 1                                              | 2           | 3                                                                           | 4                       | 5               | 6            | 7      | 8           | 9                      | 10                               | 12                     | 13    | 14       | 15 | 16          | 17                                             | 18 | 19      |              |   |   |
| I. ЦИКЛ ЗАГАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ                   |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
| 1.1.Обов'язкові освітні компоненти             |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
| 1                                              | OK1         | Методологія та методика наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті | 4                       | 120             |              |        |             |                        | 120                              |                        | 1     |          |    | 1(2)        | 4                                              |    |         | 44           |   |   |
| 2                                              | OK2         | Педагогіка вищої школи                                                      | 4                       | 120             |              |        |             |                        | 120                              |                        | 2     |          |    | 2(2)        |                                                | 4  |         | 44           |   |   |
| 3                                              | OK3         | Теорія і методика фізичного виховання у закладах освіти                     | 4                       | 120             |              |        |             |                        | 120                              | 1                      |       |          |    | 1(2)        | 4                                              |    |         | 44           |   |   |
| 4                                              | OK4         | Ділова іноземна мова                                                        | 3                       | 90              |              |        |             |                        | 90                               | 1                      |       |          |    | 1(1)        | 3                                              |    |         | 21           |   |   |
|                                                |             | Всього                                                                      | 15                      | 450             | 0            | 0      |             | 0                      | 450                              | 2                      | 2     |          |    | 7           | 11                                             | 4  |         |              |   |   |
| 1.2. Вибіркові навчальні дисципліни            |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
| 5                                              | УВМ1        | Вибіркова дисципліна I                                                      | 4                       | 120             |              |        |             |                        | 120                              |                        | 2     |          |    | 2(2)        |                                                | 4  |         |              |   |   |
|                                                |             | Всього                                                                      | 4                       | 120             | 0            | 0      |             | 0                      | 120                              |                        | 1     |          |    | 2           |                                                | 4  |         |              |   |   |
|                                                |             | РАЗОМ ЗА ЦИКЛОМ ЗАГАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ                                        | 19                      | 570             | 0            | 0      |             | 0                      | 570                              | 2                      | 3     |          |    | 9           | 11                                             | 8  |         |              |   |   |
| II. ЦИКЛ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ                |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
| 2.1.Обов'язкові освітні компоненти та практики |             |                                                                             |                         |                 |              |        |             |                        |                                  |                        |       |          |    |             |                                                |    |         |              |   |   |
| 6                                              | OK5         | Теорія та методика спортивного тренування                                   | 5                       | 150             |              |        |             |                        | 150                              | 2                      |       |          | 2  | 2(2)        |                                                | 5  |         | 44           |   |   |
| 7                                              | OK6         | Теорія та методика адаптивної фізичної культури та спорту                   | 5                       | 150             |              |        |             |                        | 150                              |                        | 1     |          | 1  | 1(2)        | 5                                              |    |         | 44           |   |   |
| 8                                              | OK7         | Моделювання здорового способу життя та фізкультурно-оздоровчої діяльності   | 3                       | 90              |              |        |             |                        | 90                               | 1                      |       |          |    | 1(1)        | 3                                              |    |         | 44           |   |   |
| 9                                              | OK8         | Основи оздоровчого фітнесу                                                  | 4                       | 120             |              |        |             |                        | 120                              |                        | 1     |          |    | 1(2)        | 4                                              |    |         | 44           |   |   |
| 10                                             | OK9         | Управління персоналом у сфері фізичної культури та спорту                   | 4                       | 120             |              |        |             |                        | 120                              | 1                      |       |          |    | 1(2)        | 4                                              |    |         | 44           |   |   |
| 11                                             | OK10        | Науково-педагогічна практика                                                | 6                       | 180             |              |        |             |                        | 180                              |                        | 3     |          |    |             |                                                |    | 6       | 44           |   |   |
| 12                                             | OK11        | Дослідницька практика (за темою кваліфікаційної роботи)                     | 9                       | 270             |              |        |             |                        | 270                              |                        | 3     |          |    |             |                                                |    | 9       | 44           |   |   |
| 13                                             | OK12        | Кваліфікаційна робота                                                       | 15                      | 450             |              |        |             |                        | 450                              |                        |       |          |    |             |                                                |    | 15      | 44           |   |   |
|                                                |             | Всього                                                                      | 51                      | 1530            | 0            | 0      |             | 0                      | 1530                             | 3                      | 4     |          | 2  | 9           | 16                                             | 5  | 30      |              |   |   |



|   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | III |
|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|

## 2.2. Вибіркові освітні компоненти

### Мейджор 1 (Блок вибірових компонентів 1)

|    |     |                                                                 |   |     |  |  |  |     |   |   |  |  |      |  |   |  |    |
|----|-----|-----------------------------------------------------------------|---|-----|--|--|--|-----|---|---|--|--|------|--|---|--|----|
| 14 | 1M1 | Організація спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи | 4 | 120 |  |  |  | 120 |   | 2 |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 15 | 1M2 | Сучасні здоров'язбережувальні технології                        | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 16 | 1M3 | Теорія і методика фізичної рекреації                            | 4 | 120 |  |  |  | 120 |   | 2 |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 17 | 1M4 | Основи персонального тренінгу                                   | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 18 | 1M5 | Оздоровчо-рекреаційні технології у фізичному вихованні          | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |

### Мейджор 2 (Блок вибірових компонентів 2)

|    |     |                                                       |   |     |  |  |  |     |   |   |  |  |      |  |   |  |    |
|----|-----|-------------------------------------------------------|---|-----|--|--|--|-----|---|---|--|--|------|--|---|--|----|
| 19 | 2M1 | Теорія і методика спорту для всіх                     | 4 | 120 |  |  |  | 120 |   | 2 |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 20 | 2M2 | Теорія і методика спорту вищих досягнень              | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 21 | 2M3 | Засоби відновлення фізичної працездатності спортсмена | 4 | 120 |  |  |  | 120 |   | 2 |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 22 | 2M4 | Тренажерні пристрої у фізичному вихованні та спорті   | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |
| 23 | 2M5 | Основи допінг-контролю у спорті                       | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 44 |

### Мейджор 3 (Блок вибірових компонентів 3)

|    |     |                                                                     |   |     |  |  |  |     |   |   |  |  |      |  |   |  |    |
|----|-----|---------------------------------------------------------------------|---|-----|--|--|--|-----|---|---|--|--|------|--|---|--|----|
| 24 | 3M1 | Мануальні методи відновлення                                        | 4 | 120 |  |  |  | 120 |   | 2 |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 24 |
| 25 | 3M2 | Теорія і методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 24 |
| 26 | 3M3 | Спортивна медицина                                                  | 4 | 120 |  |  |  | 120 |   | 2 |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 24 |
| 27 | 3M4 | Кінезіологія                                                        | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 24 |
| 28 | 3M5 | Нутріціологія                                                       | 4 | 120 |  |  |  | 120 | 2 |   |  |  | 2(2) |  | 4 |  | 24 |

|  |  |                                               |           |             |          |          |          |             |          |          |  |          |           |           |           |           |  |
|--|--|-----------------------------------------------|-----------|-------------|----------|----------|----------|-------------|----------|----------|--|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--|
|  |  | <b>Всього</b>                                 | <b>20</b> | <b>600</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>600</b>  | <b>3</b> | <b>2</b> |  |          | <b>10</b> |           | <b>20</b> |           |  |
|  |  | <b>Разом за циклом професійної підготовки</b> | <b>71</b> | <b>2130</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>2130</b> | <b>6</b> | <b>6</b> |  | <b>2</b> | <b>19</b> | <b>16</b> | <b>25</b> | <b>30</b> |  |

|  |  |                                |           |             |          |          |          |             |          |          |  |          |           |           |           |          |  |
|--|--|--------------------------------|-----------|-------------|----------|----------|----------|-------------|----------|----------|--|----------|-----------|-----------|-----------|----------|--|
|  |  | <b>Разом навчальних занять</b> | <b>60</b> | <b>1800</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>1800</b> | <b>8</b> | <b>7</b> |  | <b>2</b> | <b>28</b> | <b>27</b> | <b>33</b> | <b>0</b> |  |
|--|--|--------------------------------|-----------|-------------|----------|----------|----------|-------------|----------|----------|--|----------|-----------|-----------|-----------|----------|--|

|  |  |                 |           |            |  |  |  |            |  |          |  |  |  |  |  |           |  |
|--|--|-----------------|-----------|------------|--|--|--|------------|--|----------|--|--|--|--|--|-----------|--|
|  |  | <b>Практика</b> | <b>15</b> | <b>450</b> |  |  |  | <b>450</b> |  | <b>2</b> |  |  |  |  |  | <b>15</b> |  |
|--|--|-----------------|-----------|------------|--|--|--|------------|--|----------|--|--|--|--|--|-----------|--|

|  |  |                                         |           |            |  |  |  |            |  |  |  |  |  |  |  |           |  |
|--|--|-----------------------------------------|-----------|------------|--|--|--|------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------|--|
|  |  | <b>Виконання кваліфікаційної роботи</b> | <b>15</b> | <b>450</b> |  |  |  | <b>450</b> |  |  |  |  |  |  |  | <b>15</b> |  |
|--|--|-----------------------------------------|-----------|------------|--|--|--|------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------|--|

|  |  |                                    |           |             |          |          |          |             |          |          |  |          |           |           |           |           |  |
|--|--|------------------------------------|-----------|-------------|----------|----------|----------|-------------|----------|----------|--|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--|
|  |  | <b>Разом з підготовки магістра</b> | <b>90</b> | <b>2700</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>2700</b> | <b>8</b> | <b>9</b> |  | <b>2</b> | <b>28</b> | <b>27</b> | <b>33</b> | <b>30</b> |  |
|--|--|------------------------------------|-----------|-------------|----------|----------|----------|-------------|----------|----------|--|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--|

|  |  |                              |  |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------|--|-----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  | <b>ПІДСУМКОВА АТЕСТАЦІЯ:</b> |  | <b>90</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------|--|-----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

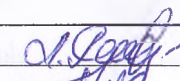
|  |  |                            |  |  |  |  |  |  |          |  |  |  |  |          |          |  |  |
|--|--|----------------------------|--|--|--|--|--|--|----------|--|--|--|--|----------|----------|--|--|
|  |  | <b>Кількість екзаменів</b> |  |  |  |  |  |  | <b>8</b> |  |  |  |  | <b>4</b> | <b>4</b> |  |  |
|--|--|----------------------------|--|--|--|--|--|--|----------|--|--|--|--|----------|----------|--|--|

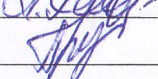
|  |  |                          |  |  |  |  |  |  |  |          |  |  |  |          |          |          |  |
|--|--|--------------------------|--|--|--|--|--|--|--|----------|--|--|--|----------|----------|----------|--|
|  |  | <b>Кількість заліків</b> |  |  |  |  |  |  |  | <b>9</b> |  |  |  | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>2</b> |  |
|--|--|--------------------------|--|--|--|--|--|--|--|----------|--|--|--|----------|----------|----------|--|

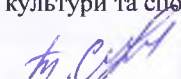
|  |  |                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  | <b>Кількість курсових проєктів</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

|  |  |                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |          |  |          |          |  |  |
|--|--|---------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----------|--|----------|----------|--|--|
|  |  | <b>Кількість курсових робіт</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  | <b>2</b> |  | <b>1</b> | <b>1</b> |  |  |
|--|--|---------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----------|--|----------|----------|--|--|

|  |  |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |           |           |           |  |  |
|--|--|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----------|-----------|-----------|--|--|
|  |  | <b>Кількість РГР, РР, ГР</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | <b>28</b> | <b>12</b> | <b>16</b> |  |  |
|--|--|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----------|-----------|-----------|--|--|

Декан факультету фізичної культури та спорту  Ліна РИБАЛКО

Завідувач кафедри фізичної культури та спорту  Лариса ОНІЩУК

Гарант освітньої програми  Тетяна СИНІЦЯ

Схвалено Вченою радою факультету від 17.04.2024 р. протокол № 11

Ухвалено Вченою радою університету від 31.05.2024 р. протокол № 6

Погоджено:

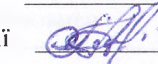
Проректор із науково-педагогічної та навчальної роботи

 Анатолій МАРТИНЕНКО

Директор департаменту організації навчального процесу, акредитації та ліцензування

 Олег МАКСИМЕНКО

Начальник відділу ліцензування та акредитації

 Людмила ГУБА