

ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ЗАТВЕРДЖЕНО
вченою радою факультету
здоров'я та фізичного виховання
Протокол № 2 від 29 січня 2026 р.

ЗАТВЕРДЖЕНО
засіданням кафедри
теорії та методики фізичної культури
Протокол № 6 від 26 січня 2026 р.

**КАФЕДРАЛЬНИЙ КАТАЛОГ
ВИБІРКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН
ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»
ПЕРШОГО (БАКАЛАВРСЬКОГО) РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

**спеціальність: А4.11 Середня освіта (Фізична культура) – II курс
014.11 Середня освіта (Фізична культура) – III, IV курс**

ЗМІСТ

ВСТУП	3
1. Атлетизм, загальна і спеціальна фізична підготовка	4
2. Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності	5
3. Долікарська медична допомога	6
4. Загальна теорія спорту для всіх	6
5. Культура педагогічної взаємодії у фізичному вихованні	7
6. Методика занять атлетичною гімнастикою	8
7. Методика лікувальної фізичної культури	9
8. Методика занять оздоровчим фітнесом	10
9. Методика навчання плаванню	11
10. Методика проведення уроку з аквафітнесу	12
11. Організація масових спортивних заходів в школі	12
12. Основи гри з настільного тенісу	13
13. Основи занять активним і спортивним туризмом	14
14. Основи інклюзивного фізичного виховання	14
15. Основи лікувального та спортивного масажу	15
16. Плавання та рухливі ігри у воді	16
17. Спортивна спеціалізація з методикою навчання	16
18. Теорія і методика навчання спортивним іграм за вибором (гандбол, н/теніс, бадмінтон)	17
19. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку	18
20. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності	19
21. Фізичне виховання дорослого населення	20
22. Фітнес-програми аеробної спрямованості	21
23. Фітнес-програми силової спрямованості	22
24. Фізична культура у школі	23
25. Фізіологія людини	24

ВСТУП

Відповідно до розділу X статті 62 Закону України «Про вищу освіту» (№ 1556-VII від 01.07.2014 р.), вибіркові дисципліни – дисципліни вільного вибору студентів для певного рівня вищої освіти, спрямовані на забезпечення загальних та спеціальних (фахових) компетентностей за спеціальністю. Обсяг вибіркових навчальних дисциплін становить не менше 25% від загальної кількості кредитів ЄКТС, передбачених для відповідного рівня освіти. Обсяг вибіркових навчальних дисциплін, включених до кафедрального каталогу, становить 48 кредитів ЄКТС.

Мінімальна кількість здобувачів вищої освіти в групі для вивчення вибіркових дисципліни загальноуніверситетського каталогу визначається наказом по університету. Мінімальна кількість здобувачів вищої освіти в групі для вивчення вибіркових дисципліни кафедрального каталогу визначається за рішенням кафедри.

Каталог містить анотований перелік дисциплін кафедри фізичного виховання, які пропонуються для обрання здобувачами вищої освіти згідно з навчальним планом на наступний навчальний рік відповідно до Положення про порядок реалізації здобувачами вищої освіти права на вільний вибір навчальних дисциплін в ДВНЗ «Ужгородський національний університет».

Для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти:

- здобувачі 1 курсу обирають дисципліни для другого року навчання;
- здобувачі 2 курсу обирають дисципліни для третього року навчання;
- здобувачі 3 курсу обирають дисципліни для четвертого року навчання.

Для деяких дисциплін можуть бути введені обмеження в кількості здобувачів, яким вона може бути запропонована або зазначається цільова аудиторія.

Дисципліни вільного вибору
для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за ОП
«Фізична культура», спеціальність: 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

1. Атлетизм, загальна і спеціальна фізична підготовка

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Анатомія людини з основами динамічної морфології»; «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»; «Вступ до спеціальності»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності»;
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками у використанні сучасних технологій основних видів атлетичної загальної і спеціальної фізичної підготовки. Оволодіти методичними навичками у проведенні занять і доступних видів атлетичних тренувань у навчальних установах, оволодіти основами організації показових виступів та спортивних змагань з силових видів спорту, методики спортивного тренування з атлетичних видів спорту. Виконувати професійну діяльність у відповідності до чинних стандартів якості життя. Визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді та дорослого населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб. Здійснювати системне планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять з елементами силової підготовки; організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з атлетичних видів спорту. Організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення. Організовувати позакласну роботу з атлетичних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПП.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Атлетична загальна і спеціальна фізична підготовка як наукова та навчальна дисципліна. Класифікація програм сучасних технологій атлетичної підготовки. Структура і зміст атлетичної, загальної і спеціальної фізичної підготовки, технології впровадження серед населення. Технології рухової активності силової спрямованості з елементами атлетичних видів спорту. Програми атлетичної підготовки з використанням технічних пристроїв. Особливості професійної

діяльності фахівців з атлетичних видів спорту. Організація і проведення спортивних змагань - невід'ємна частина технологій атлетичної підготовки.

2. Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	ОК 8 «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»; ОК 17 «Вступ до спеціальності»; ОК 18 «Теорія і методика фізичного виховання»; ОК 20 «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; ОК 21 «Психологія фізичного виховання і спорту».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і практика національної системи спорту для всіх (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками у використанні сучасних технологій основних видів оздоровче-рекреаційної рухової активності аеробної спрямованості. Оволодіти методичними навичками у проведенні занять і доступних видів аеробних тренувань у навчальних установах, оволодіти основами організації показових виступів та спортивних змагань, методики спортивного та фітнес-тренування. Сформувані здатності: здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; виконувати професійну діяльність у відповідності до чинних стандартів якості життя; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді та дорослого населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб; здійснювати системне планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять; організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з обраних видів спорту; організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль аеробної рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення; організовувати позакласну роботу з оздоровчих і спортивних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПП.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Види ОРРА як наукова та навчальна дисципліна. Технології оздоровче-рекреаційної рухової активності як соціальне явище. Класифікація програм сучасних технологій оздоровче-рекреаційної рухової активності. Структура і зміст фітнес-програм, технології впровадження серед населення. Технології рухової активності аеробної і силової спрямованості. Фітнес-програми аеробної спрямованості з використанням технічних пристроїв. Фітнес-програми,

засновані на оздоровчих видах гімнастики. Фітнес-програми, засновані на вправах спортивного характеру. Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах рухової активності. Особливості професійної діяльності фахівців з оздоровчого фітнесу. Організація і проведення спортивних змагань - невід'ємна частина технологій ОРРА.

3. Долікарська медична допомога

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Анатомія людини з основами динамічної морфології»; «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»; Спортивна медицина і гігієна; «Адаптивне фізичне виховання»;
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Основ медицини
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Спортивна медицина (підручник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями найзагальніших положень долікарської медичної допомоги, засобами та методами профілактики травматизму серед тих, хто займається фізичною культурою і спортом, особливостями травм і післятравматичних захворювань серед спортсменів окремих видів спорту, методи аналізу та попередження умов, що призводять до травм; з поширеністю й важкістю спортивних травм, етіологічними чинниками ризику й механізмами спортивних травм, фізичними причинами травм, детальний аналіз профілактичних чинників у спорті, визначення рівня спортивного травматизму, освоєння навиків основних принципів надання первинної долікарської медичної допомоги при спортивних травмах.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Долікарська медична допомога як наукова та навчальна дисципліна. Види та характер травм. Травмування під час занять фізичною культурою і спортом. Загальна характеристика спортивного травматизму та методів надання долікарської медичної допомоги; Медико-біологічні і психологічні причини травматизму. Спортивно-педагогічні причини травматизму. Типові захворювання і травми в різних видах спорту. Профілактика і лікування спортивних травм і захворювань. Основні напрями профілактики травм у спортсменів та технології надання первинної долікарської медичної допомоги.

4. Загальна теорія спорту для всіх

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»; «Вступ до спеціальності»; ОК 18

	«Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Психологія фізичного виховання і спорту».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і практика національної системи спорту для всіх (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; здатність здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; здатність визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; здатність організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; здатність визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту. Історія формування спортивного руху «спорт для всіх». Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх. Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища; Функції системи спорту для всіх. Принципи державного управління спортом для всіх в Україні. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх». Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх». Кадрове забезпечення системи управління спортом для всіх; Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання; Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор; Спортивно-технічні і прикладні види спорту. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку. Організація і проведення спортивних змагань; Показові виступи у процесі змагань.

5. Культура педагогічної взаємодії у фізичному вихованні

Назва дисципліни	Культура педагогічної взаємодії у фізичному вихованні
Рівень вищої освіти	бакалавр
Курс (рік) навчання	III
Семестр (осінній/весняний)	весняний
Обсяг дисципліни у кредитах	4 кредити ЄКТС
Мова викладання	українська

Передумови для вивчення дисципліни*	Педагогіка фізичного виховання і спорту; Психологія фізичного виховання і спорту Основи теорії і методики фізичного виховання.
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорія та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закл. заг. сер. освіти : навч.-метод. посіб. / А. А. Боляк, Г. А. Коломоець, А. А. Ребрина, Н. Л. Боляк. К. : Видавничий дім «Освіта», 2021. 160 с. Інформаційно-комунікаційні та рухливо-пізнавальні технології у фізичному вихованні дітей і підлітків : навчально-методичний посібник / О.А. Качан, В.М. Пристинський. Слов'янськ : вид-во Б.А. Маторіна, 2018. 260 с.
Форми проведення занять	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю	залік

Ключові результати навчання (знання, уміння та інші компетентності):

Розуміння теоретичних підходів до педагогічної комунікації та ефективної взаємодії вчителя з учасниками освітнього процесу; врахування психолого-педагогічних особливостей здобувачів освіти у процесі спілкування педагога, формування позитивного навчального середовища; уміння використовувати різні форми та методи педагогічного спілкування для підвищення мотивації та активності учнів; удосконалення комунікативних навичок міжособистісної взаємодії в освітньому процесі; здатність аналізувати власну педагогічну взаємодію, коригувати стиль комунікації відповідно до потреб учнів; підвищення педагогічної культури та готовність до професійного самовдосконалення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем):

Вступ до дисципліни. Теоретико-методичні підходи до формування комунікативної компетентності вчителя фізичної культури. Форми і методи педагогічної взаємодії на уроках фізичної культури. Міжкультурна та міжособистісна комунікація у фізичному вихованні. Емоційний інтелект вчителя фізичної культури та взаємодія із учасниками освітнього процесу. Педагогічна етика та професійна культура. Педагогічне лідерство та управління класом на уроках фізичної культури. Самоаналіз та професійне зростання вчителя фізичної культури

6. Методика занять атлетичною гімнастикою

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Анатомія людини з основами динамічної морфології»; «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»; «Вступ до спеціальності»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання

Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками у використанні сучасних технологій атлетичної (силової гімнастики). Оволодіти методичними навичками у використанні гімнастичних вправ для розвитку сили, проведенні занять і доступних видів атлетичних тренувань у навчальних установах, оволодіти основами організації спортивних змагань з силових видів рухової активності, методики спортивного тренування з атлетичних видів спорту. Виконувати професійну діяльність у відповідності до чинних стандартів якості життя. Визначати перспективні шляхи фізичного виховання для учнівської молоді з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб. Здійснювати системне планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять з елементами силової гімнастики. Проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з атлетичних видів спорту. Організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань з використанням елементів атлетичної гімнастики, визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення. Організовувати позакласну роботу з атлетичних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПП.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Методика занять атлетичною гімнастикою як наукова та навчальна дисципліна. Класифікація програм сучасних технологій атлетичної підготовки. Структура і зміст атлетичної, загальної і спеціальної фізичної підготовки, технології впровадження серед населення. Технології рухової активності силової спрямованості з елементами силової гімнастики і атлетичних видів спорту. Програми атлетичної підготовки з використанням гімнастичних приладів. Особливості професійної діяльності вчителя-тренера з атлетичних видів спорту. Застереження щодо занять атлетичною гімнастикою, профілактика травматизму, заходи безпеки. Організація і проведення спортивних змагань - невід'ємна частина технологій атлетичної підготовки.

7. Методика лікувальної фізичної культури

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Основи медицини
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Спортивна медицина (підручник)

Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Екзамен

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями найзагальніших положень спортивної медицини, засобами та методами ЛФК, профілактики травматизму та типових захворювань серед тих, хто займається фізичною культурою, особливостями серед учнівської молоді та спортсменів. Методи аналізу та попередження ризиків, що призводять до втрати працездатності. Поширеність й важкість спортивних травм, етіологічні чинники ризику й механізмами травмування при виконанні фізичних вправ. Методика проведення занять ЛФК з врахуванням характеру та ступеня патології.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Види ЛФК. Характеристика типових відхилень у здоров'ї серед учнів і спортсменів. Медико-біологічні і психологічні причини втрати працездатності. Діагностика та контроль морфо-функціональних показників фізичного розвитку та стану здоров'я. Вплив оздоровчої фізичної культури і занять спортом на організм. Характеристика основних форм ЛФК. Методика проведення занять ЛФК. Особливості захворювань і травм в різних видах спорту. Основи надання першої медичної допомоги.

8. Методика занять оздоровчим фітнесом

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік, екзамен

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками до організаційної роботи, взаємодії в спортивному колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу

життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

«Методика занять оздоровчим фітнесом» - як наукова та навчальна дисципліна. Спеціальна спортивна термінологія. Види та різновиди оздоровчого фітнесу. Система організації заходів безпеки при проведенні занять з оздоровчого фітнесу. Основи техніки виконання вправ в оздоровчому фітнесі. Ознайомлення з характеристиками спортивного інвентарю та обладнання. Вивчення та вдосконалення техніки вправ оздоровчого фітнесу. Місце і значення оздоровчого фітнесу в системі фізичного виховання України. Загальні основи методики навчання і тренування в оздоровчому фітнесі. Вивчення та вдосконалення прийомів страхування та самострахування. Складання контрольних нормативів.

9. Методика навчання плаванню

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Методика навчання техніці плавання (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Засвоєння теоретичних знань і методичних навичок в організації та проведенні різних форм занять з плавання, використання засобів плавання з метою розвитку та загартування організму; оволодіння методикою навчання техніці плавання різними стилями, придбання необхідних знань, умінь та навичок для самостійної роботи з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПП; формування навичок організації спортивних змагань з плавання та проведення відповідних тестів і нормативів оцінки.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Методика ознайомлення учнів і спортсменів початківців, які не вміють плавати, з водним середовищем. Навчання підводним вправам на суші і у воді. Навчання техніки плавання обраним способом. Навчання техніці старту з води і з тумби. Вдосконалення техніки плавання кролем. Вдосконалення техніки плавання брасом. Вдосконалення техніки плавання кролем на спині. Вдосконалення техніки пірнання. Вивчення та вдосконалення прийомів надання допомоги потопуючому. Вивчення та вдосконалення техніки поворотів, фінішів. Вивчення та вдосконалення техніки пірнання. Складання контрольних нормативів з плавання.

10. Методика проведення уроку з аквафітнесу

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Методика навчання техніці плавання (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Засвоєння студентами теоретичних знань і методичних навичок в організації та проведенні різних форм занять з використання засобів плавання з метою розвитку та загартування організму; оволодіння методикою навчання техніці плавання різними стилями; придбання необхідних знань, умінь та навичок для самостійної роботи з дітьми та шкільною молоддю з використанням водного середовища; формування навичок організації занять з аквафітнесу та проведення відповідних тестів і нормативів оцінки.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Аквафітнес як вид спорту та різновид ОРПА. Значення аквафітнесу для розвитку і загартування організму. Методика ознайомлення учнів-початківців з водним середовищем. Заходи безпеки. Вдосконалення техніки плавання обраним способом. Вивчення та вдосконалення техніки виконання вправ з аквафітнесу. Методика проведення занять з аквафітнесу. Вивчення та вдосконалення прийомів надання допомоги потопаючому. Вивчення та вдосконалення техніки пірнання. Складання контрольних тестів.

11. Організація масових спортивних заходів в школі

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Екзамен

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння базовими знаннями і уміннями та практичними навичками до організаційної роботи, взаємодії в спортивному колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Вступ до дисципліни. «Організація масових спортивних заходів в школі» – як наукова та навчальна дисципліна. Принципи проведення та види масових спортивних заходів. Основи організації масових спортивних заходів. Особливості планування масових спортивних заходів. Організація суддівства та обслуговування масових спортивних заходів. Організація показових виступів у процесі масових спортивних заходів. Система заходів безпеки при проведенні масових спортивних заходів в школі. Характеристика спортивного інвентарю та обладнання.

12. Основи гри з настільного тенісу

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Організація та методика проведення рухливих ігор (посібник); Основи теорії і методики фізичного виховання (посібник).
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Засвоєння теоретичних знань з історії розвитку настільного тенісу, сучасного стану футболу в світі і Україні; вивчені офіційних правил гри, організації змагань, оволодінні технічними діями в захисті та нападі, тактикою ведення гри, вивчені засобів та методів навчання та удосконалення техніки і тактики гри; оволодіння практичними навичками вчителя фізичної культури проведення уроку (тренування) з настільного тенісу; ознайомлення з основами суддівства та організації змагань; формування практичних навичок контролю та оцінювання техніки гри в настільний теніс. Заходи безпеки під час тренувань та спортивних змагань.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Історія розвитку спортивних настільного тенісу. Технічна підготовка гравців. Тактична підготовка (тактика гри в захисті та нападі). Основи методики навчання гри в настільному тенісі.

Організація та методика проведення спеціалізованого уроку з настільного тенісу (методика проведення підготовчої, основної та заключної частин заняття). Проведення спортивних змагань, методика суддівства).

13. Основи занять активним і спортивним туризмом

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і методика фізичного виховання (підручник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками до організаційної роботи, взаємодії в учнівському колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань з активного і спортивного туризму; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Предмет і зміст дисципліни «Активний і спортивний туризм». Спеціальна спортивна термінологія; Види і різновиди туризму. Організація і методика тренувань на початкових етапах підготовки. Техніка спортивного орієнтування на місцевості. Спортивне обладнання, туристичний інвентар, вимоги до одягу та взуття. Заходи безпеки.

14. Основи інклюзивного фізичного виховання

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Анатомія людини з основами динамічної морфології»; «Адаптивне фізичне виховання»; «Вступ до спеціальності»; «Спортивна медицина і гігієна»; «Спортивна фізіологія».

Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичної терапії, реабілітації, спеціальної інклюзивної освіти
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Інклюзивна освіта (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями найзагальніших положень з основ інклюзивного фізичного виховання; володіння спеціальною термінологією з дисципліни; формування умінь і навичок роботи з людьми з особливими потребами з урахуванням їх індивідуальних особливостей навчально-пізнавальної діяльності; знання концепції розвитку інклюзивної освіти, введеною в дію наказом МОН від 01.10.2010 № 912; освоєння навиків основних принципів надання допомоги дітям з особливими потребами.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

«Основи інклюзивного фізичного виховання» - як наукова та навчальна дисципліна. Спеціальна термінологія інклюзивного фізичного виховання. Адаптація системи до потреб дитини, а не навпаки. Технологія задоволення індивідуальних освітніх потреб кожної дитини. Організація навчання та створення відповідних для цього умов. Залучення батьків до навчального процесу дітей як рівноправних партнерів та перших вчителів своїх дітей. Методика командного підходу у навчанні та вихованні дітей, що передбачає залучення педагогів, батьків та спеціалістів. Принципи рівного доступу до навчання у загальноосвітніх закладах та отримання якісної освіти кожною дитиною. Способи подолання потенційних бар'єрів в навчанні.

15. Основи лікувального та спортивного масажу

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Анатомія людини з основами динамічної морфології»; «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»; «Спортивна медицина і гігієна».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичної терапії, реабілітації, спеціальної інклюзивної освіти
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Спортивна медицина (підручник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік, екзамен

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками лікувального та спортивного масажу; вміння визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з

врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Види лікувального та спортивного масажу. Спеціальна термінологія з дисципліни «Основи лікувального та спортивного масажу». Історія розвитку лікувального та спортивного масажу. Фізіологічні основи лікувального та спортивного масажу. Основи техніки та спеціальні прийоми лікувального та спортивного масажу. Загальні основи техніки виконання лікувального та спортивного масажу. Показання та протипоказання лікувального та спортивного масажу.

16. Плавання та рухливі ігри у воді

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Методика навчання техніці плавання (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Засвоєння теоретичних знань і методичних навичок в організації та проведенні різних форм занять з використання засобів плавання з метою розвитку та загартування організму; оволодіння методикою навчання техніці плавання різними стилями; придбання необхідних знань, умінь та навичок для самостійної роботи з дітьми та шкільною молоддю з використанням водного середовища; формування навичок організації занять з плавання та рухливих ігор у воді; методика проведення відповідних тестів і нормативів оцінки.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Плавання та рухливі ігри у воді як різновид ОРРА. Значення плавання та рухливі ігри у воді для розвитку і загартування організму. Методика ознайомлення учнів-початківців з водним середовищем. Заходи безпеки. Вдосконалення техніки плавання обраним способом. Вивчення та вдосконалення техніки пірнання. Класифікація ігор у воді. Особливості проведення ігор у водному середовищі. Методика проведення занять з іграми у воді. Вивчення та вдосконалення прийомів надання допомоги потопаючому. Складання контрольних тестів.

17. Спортивна спеціалізація з методикою навчання

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного

	виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння базовими знаннями і уміннями та практичними навичками до організаційної роботи, взаємодії в спортивному колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Поняття і роль спортивної спеціалізації в контексті фізичного виховання учнів. Місце і значення обраного виду спорту в системі шкільної фізичної культури. Спортивна термінологія з обраного виду спорту. Заходи безпеки в спорті. Організація та проведення змагань з обраного виду спорту. Ознайомлення з характеристиками спортивного інвентарю та обладнання. Вивчення та вдосконалення техніки виконання вправ в обраному виді спорту. Загальні основи техніки виконання вправ в обраному виді спорту. Основи методики навчання і тренування в обраному виді спорту. Методика складання контрольних тестів.

18. Теорія і методика навчання спортивним іграм за вибором (гандбол, н/теніс, бадмінтон)

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Організація та методика проведення рухливих ігор (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Засвоєння теоретичних знань з історії розвитку спортивних ігор. Вивчені правил гри, організації змагань з спортивних ігор за вибором. Оволодінні технічними діями в захисті та нападі, тактикою ведення гри, вивчені засобів і методів навчання та вдосконалення техніки і тактики гри. Оволодіння практичними навичками вчителя фізичної культури у проведенні уроків фізичної культури з використанням ігрового методу. Виконання обов'язків судді та організатора змагань зі спортивних ігор за вибором. Організації та проведенні різних форм занять з елементами спортивних ігор. Формування вмінь і навичок організації спортивних змагань та проведення тестів з оцінювання рівня технічної підготовленості.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Види рухливих і спортивних ігор, їх значення у фізичному вихованні школярів. Історія розвитку спортивних ігор (за вибором). Технічна підготовка гравців. Тактична підготовка (тактика гри в захисті та нападі). Основи методики навчання спортивних ігор (за вибором). Організація та методика проведення занять зі спортивних ігор (методика проведення підготовчої, основної та заключної частин заняття). Проведення спортивних змагань, методика суддівства).

19. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Основи теорії і методики фізичного виховання (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння базовими знаннями і уміннями та практичними навичками до організаційної роботи, взаємодії в учнівському колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Предмет та зміст теорії і методики фізичного виховання дітей дошкільного віку; Вікова періодизація дітей дошкільного віку. Вікові особливості фізичного розвитку дітей дошкільного

віку. Соціально-педагогічне значення фізичного виховання дошкільнят; Зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми дошкільного віку. Раціональний режим дня та методика загартування; Масаж, гімнастика і плавання - як основні форми фізичного виховання і оздоровлення дітей. Зміст та особливості методики фізичного виховання дітей дошкільного віку. Засоби й методичні особливості розвитку різних фізичних якостей дітей дошкільного віку. Форми організації занять з фізичного виховання дітей дошкільного віку. Соціально-педагогічне значення, задачі та спрямованість фізичного виховання дітей дошкільного віку. Предмет "Фізична культура" в дошкільному закладі освіти та урок як основна форма його проведення. Позаурочні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку.

20. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	3
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Фізкультурно-спортивні споруди»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Психологія фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Забезпечити оволодіння базовими знаннями і уміннями та практичними навичками у використанні сучасних технологій основних видів оздоровче-рекреаційної рухової активності силової спрямованості. Оволодіти методичними навичками у проведенні занять і доступних видів силових тренувань у навчальних установах, оволодіти основами організації показових виступів та спортивних змагань з силових видів спорту, методики спортивного та фітнес-тренування. Сформувані здатності: здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; виконувати професійну діяльність у відповідності до чинних стандартів якості життя; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді та дорослого населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб; здійснювати системне планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять з елементами силової підготовки; організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з силових видів спорту; організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення;

організувати позакласну роботу з оздоровчих і спортивних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПШ.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Теорія і технології ОРРА - як наукова та навчальна дисципліна. Технології оздоровче-рекреаційної рухової активності як соціальне явище. Класифікація програм сучасних технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Структура і зміст фітнес-програм, технології впровадження серед населення. Технології рухової активності аеробної спрямованості. Фітнес-програми аеробної спрямованості з використанням технічних пристроїв. Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах гімнастики. Фітнес-програми силової спрямованості, засновані на вправах спортивного характеру. Фітнес-програми силової спрямованості, засновані на видах рухової активності. Особливості професійної діяльності фахівців з оздоровчого фітнесу. Організація і проведення спортивних змагань - невід'ємна частина технологій ОРРА.

21. Фізичне виховання дорослого населення

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Психологія фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії та методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Фізичне виховання дорослого населення (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Забезпечити оволодіння базовими знаннями і уміннями та практичними навичками організаційної роботи, взаємодії в колективі; вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури; здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Фізичного виховання дорослого населення як наукова та навчальна дисципліна. Вікові особливості різних періодів життя дорослої людини. Види фізкультурно-оздоровчих занять дорослого населення. Індивідуальні програми фізкультурно-оздоровчих занять дорослого населення; Основи адаптивного фізичного виховання; Організація і методика фізичного

виховання студентів. Сучасний стан національної системи фізичного виховання студентів. Технології підвищення опірності організму до холоду та тепла у дорослих; Лікарсько-педагогічний контроль в процесі фізичного виховання. Мета, загальні та спеціальні завдання фізичної підготовки в ЗСУ. Програмно-нормативні засади фізичної підготовки військовослужбовців.

22. Фітнес-програми аеробної спрямованості

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Теорія і технології оздоровче-рекреаційної рухової активності силової спрямованості»; «Вступ до спеціальності»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і технології оздоровче-рекреаційної рухової активності (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Екзамен

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Забезпечити оволодіння базовими знаннями і уміннями та практичними навичками у використанні сучасних технологій основних видів фітнесу аеробної спрямованості. Оволодіти методичними навичками у проведенні занять і доступних видів аеробних тренувань у навчальних установах, оволодіти основами організації показових виступів та спортивних змагань, методики спортивного та фітнес-тренування. Сформувані здатності: здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; виконувати професійну діяльність у відповідності до чинних стандартів якості життя; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді та дорослого населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб; здійснювати системне планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять; організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з обраних видів спорту; організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль аеробного фітнесу для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення; організовувати позакласну роботу з оздоровчих і спортивних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПП.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Фітнес-програми аеробної спрямованості як наукова та навчальна дисципліна. Класифікація програм сучасних технологій фітнесу. Структура і зміст фітнес-програм, технології впровадження серед населення. Види і різновиди фітнес-програм аеробної спрямованості.

Фітнес-програми аеробної спрямованості з використанням технічних пристроїв. Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах гімнастики. Фітнес-програми, засновані на вправах спортивного характеру. Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах рухової активності. Особливості професійної діяльності фахівців з оздоровчого фітнесу. Організація і проведення спортивних змагань - невід'ємна частина технологій фітнесу.

23. Фітнес-програми силової спрямованості

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	4
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Теорія і технології оздоровче-рекреаційної рухової активності силової спрямованості»; «Вступ до спеціальності»; «Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Педагогіка фізичного виховання і спорту»; «Основи педагогічної майстерності».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Фізичного виховання
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності (навчальний посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності).

Забезпечити оволодіння студентами базовими знаннями і уміннями та практичними навичками у використанні сучасних технологій основних видів фітнесу силової спрямованості. Оволодіти методичними навичками у проведенні занять і доступних видів силових тренувань у навчальних установах, оволодіти основами організації показових виступів та спортивних змагань з силових видів спорту, методики спортивного та фітнес-тренування. Сформувані здатності: здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; виконувати професійну діяльність у відповідності до чинних стандартів якості життя; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді та дорослого населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб; здійснювати системне планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять з елементами силової підготовки; організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з силових видів спорту; організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення; організовувати позакласну роботу з оздоровчих і спортивних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю відповідно до вимог ОПП.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Фітнесу силової спрямованості як наукова та навчальна дисципліна. Класифікація програм сучасних технологій силового фітнесу. Структура і зміст фітнес-програм, технології впровадження серед населення. Технології рухової активності аеробної спрямованості з

елементами силового фітнесу. Фітнес-програми аеробної спрямованості з використанням технічних пристроїв. Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах гімнастики. Фітнес-програми силової спрямованості, засновані на вправах спортивного характеру. Фітнес-програми силової спрямованості, засновані на видах рухової активності. Особливості професійної діяльності фахівців з оздоровчого фітнесу. Організація і проведення спортивних змагань - невід'ємна частина технологій силового фітнесу.

24. Фізична культура у школі

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Вступ до спеціальності»; «Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Методика навчання гімнастики»; «Рухливі ігри», «Фізкультурно-спортивні споруди та обладнання».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Теорії і методики фізичної культури
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Основи теорії і методики фізичного виховання (посібник)
Форма проведення	Лекції, практичні заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Сприяти формуванню знань і умінь та практичних навичок організаційної роботи, взаємодії в учнівському колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учні ЗЗСО з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед учнів, батьків і вчителів.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Предмет та зміст дисципліни «Фізична культура у школі»; Соціально-педагогічне значення занять руховою активністю для школярів. Вікова періодизація дітей шкільного віку та учнівської молоді. Вікові особливості фізичного розвитку учнів. Організація освітнього процесу, зміст уроків з фізичної культури у ЗЗСО. Формування особистості учня засобами фізичної культури. Раціональний режим дня учнів та методи загартування; Особливості методики фізичного виховання учнів різних вікових категорій. Засоби й технології розвитку фізичних якостей учнів. Форми організації занять з фізичного виховання дітей дошкільного віку. Позаурочні форми фізичного виховання учнів.

25. Фізіологія людини

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання / семестр	2
Обсяг дисципліни у кредитах	4
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення дисципліни	«Основи теорії і методики фізичного виховання»; «Методика навчання гімнастики»; «Рухливі ігри».
Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Основ медицини
Інформаційне забезпечення	Сайт електронного навчання кафедри; Товт В.А. Адаптивне фізичне виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю середня освіта (фізична культура): навч. посіб./ укладачі В.А. Товт, В.Я. Сусла. – Ужгород: «ТОВ «РiК-У», 2020. - 154 с.; Дикий Б.В., Товт В.А., Дуло О.А. Оцінка неспецифічних адаптаційних реакцій організму при проведенні реабілітаційних заходів. Методичні рекомендації. – Ужгород: ПП»АУТДОР-ШАРК». 2013 – 42 с.
Форма проведення	Лекції, заняття
Форма семестрового контролю занять	Залік

Ключові результати (знання, уміння та інші компетентності):

Здатність до конструктивної та безпечної взаємодії з учасниками освітнього процесу; здатність забезпечувати функціонування безпечного освітнього середовища; володіння спеціальною термінологією з дисципліни; формування умінь і навичок роботи з учнями з урахуванням їх індивідуальних особливостей навчально-пізнавальної діяльності; здатність формувати у здобувачів освіти знання, уміння, навички та переконання, необхідні для реалізації здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності, будувати комунікацію з усіма учасниками освітнього процесу для створення умов здоров'язбережного і здоров'яформувального середовища.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем).

Вступ до дисципліни. Фізіологія роботи м'язів. Загальна фізіологія центральної нервової системи. Вегетативна (автономна) нервова система. Фізіологія вищої нервової діяльності. Фізіологія сенсорних систем. Наукові основи адаптації організму до зовнішніх подразників. Поняття стресу і дистресу. Фізіологічні механізми процесів адаптації у фізичному вихованні. Допорогові, тренувальні та стресові величини фізичного навантаження. Організація занять руховою активністю з врахування закономірностей адаптації організму до фізичних навантажень.