Міністерство освіти і науки України
Київський національний університет технологій та дизайну
Кафедра фізичного виховання та здоров'я

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор інституту права та сучасних технологій

_____ Тетяна ВЛАСЮК

«__» ____06____ 2024 року

РОБОЧА ПРОГРАМА

навчальної дисципліни
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Рівень вищої освіти **перший (бакалаврський)**
Спеціальність 017 **Фізична культура і спорт**
Освітня програма **Фітнес і рекреація**
Інститут права та сучасних технологій

Київ 2024-2025 н. р.

РОЗРОБЛЕНО: Київський національний університет технологій та дизайну

РОЗРОБНИКИ: Зеленюк О.В., канд. наук з фіз. вих., доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я

Схвалено Вченою Радою Інституту права та сучасних технологій

Протокол від «27» 06 2024 року № 12

Директор інститут _____ Тетяна ВЛАСЮК

Обговорено та рекомендовано на засіданні кафедри фізичного виховання та здоров'я

Протокол від «25» 06 2024 року № 9

Завідувачка кафедри _____ Лілія ТОМІЧ

1. Опис дисципліни

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, рівень вищої освіти</td><td colspan="2">Характеристика дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма здобуття вищої освіти</td><td>заочна форма здобуття вищої освіти</td></tr>
<tr><td>Кількість кредитів – 12</td><td rowspan="20">Галузь знань
01 освіта/педагогіка
(шифр та найменування)

Спеціальність
017 Фізична культура і спорт
(код та найменування)

Освітня програма
Фітнес та рекреація
(назва)

Рівень вищої освіти
перший (бакалаврський)
(назва)</td><td colspan="2">обов’язкова</td></tr>
<tr><td>Змістові модулі* – 2</td><td colspan="2">Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>Розділи** – _____</td><td>1-й</td><td>1-й</td></tr>
<tr><td>Індивідуальне науково-дослідне завдання
_____
(назва)</td><td colspan="2">Семестр</td></tr>
<tr><td></td><td>1-й</td><td>1-й</td></tr>
<tr><td>Загальна кількість годин – 360.</td><td colspan="2">Лекції</td></tr>
<tr><td></td><td>24 год.</td><td>4 год.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Тижневих годин для денної форми здобуття вищої освіти:
аудиторних – 5 год.
самостійної роботи здобувача вищої освіти – 6 год.</td><td colspan="2">Практичні, семінарські</td></tr>
<tr><td>42 год.</td><td>8 год.</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">Лабораторні</td></tr>
<tr><td></td><td>____ год.</td><td>____ год.</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">Самостійна робота</td></tr>
<tr><td></td><td>114 год.</td><td>168 год.</td></tr>
<tr><td></td><td>Рік підготовки:</td><td>Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td></td><td>1-й</td><td>1-й</td></tr>
<tr><td></td><td>Семестр</td><td>Семестр</td></tr>
<tr><td></td><td>2-й</td><td>2-й</td></tr>
<tr><td></td><td>Лекції</td><td>Лекції</td></tr>
<tr><td></td><td>24 год.</td><td>4 год.</td></tr>
<tr><td></td><td>Практичні, семінарські</td><td>Практичні, семінарські</td></tr>
<tr><td></td><td>42 год.</td><td>8 год.</td></tr>
<tr><td></td><td>Лабораторні</td><td>Лабораторні</td></tr>
<tr><td></td><td>____ год.</td><td>____ год.</td></tr>
<tr><td></td><td>Самостійна робота</td><td>Самостійна робота</td></tr>
<tr><td></td><td>114 год.</td><td>168 год.</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">Індивідуальне науково-дослідне завдання: ___год.</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">Вид підсумкового контролю:
екзамен (семестр 1,2).</td></tr>
</table>

** – кількість змістових модулів відповідає кількості семестрів;*

*** – при необхідності змістовий модуль може ділитись на розділи.*

2. АНОТАЦІЯ ДИСЦИПЛІНИ

Робоча програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

ЗМ 1. Основні засади теорії та методики фізичної культури.

ЗМ 2 Основи методики розвитку рухових якостей людини.

Мета курсу полягає у формуванні у здобувача вищої освіти загальних уявлень та знань із теорії та методики фізичної культури, що буде підґрунтям для більш глибокого розуміння та подальшого вивчення матеріалу для опанування майбутньою професією.

Результати навчання дисципліни:

знати: загальні основи теорії та методики фізичної культури; зміст, принципи, засоби, методи, планування та контроль щодо фізичної культури; основи навчання рухових дій; закономірності, засоби й методи розвитку рухових здібностей людини; особливості фізичної культури різних груп населення тощо;

*вміти: з*дійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем; застосовувати набуті знання на практиці; реалізовувати методичні принципи у практичній діяльності; проводити оцінювання рівня розвитку фізичних якостей у представників різних груп населення, адекватності та ефективності засобів фізичної культури; організовувати й проводити практичні заняття фізичними вправами та складати конспекти таких занять; здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами; оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи; здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань; обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту; розробляти програми, організовувати та проводити заняття різними формами та напрямами оздоровчого фітнесу з урахуванням індивідуальних особливостей, цілей та потреб клієнта; організовувати та проводити заходи з фізичної рекреації з метою підвищення рівня залучення різних груп населення до рухової активності.

здатен продемонструвати: набуті теоретичні знання з метою розв'язання практичних завдань фізичної культури і спорту; готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення; застосовування у професійній діяльності анатомічних, фізіологічних аспектів занять фізичною культурою і спортом;

володіти навичками: аналізу спеціальної науково-методичної літератури; творчого використання отриманих знань під час розв'язання ситуаційних завдань; планування та управління часом; формування здорового способу життя різних груп населення засобами фізичної культури; використання отриманих знань у майбутній професійній практичній діяльності; самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

самостійно вирішувати: спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту.

Програмні результати навчання:

Інтегральна компетентність (ІК) Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

ЗК 1 Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 13 Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ФК 3 Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.

ФК 5 Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

ФК 10 Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

ФК 14 Здатність до безперервного професійного розвитку.
ПРН 2 Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.
ПРН 5 Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
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.
ПРН 14 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
Необхідні навчальні компоненти (пререквізити, кореквізити і постреквізити): анатомія та фізіологія людини, історія фізичної культури і спорту, фітнес-технології, спортивні споруди та обладнання, медико-біологічні основи фізичної культури і спорту, теорія і методика спортивного тренування, методика викладання спортивних дисциплін, біомеханіка фізичних вправ з основами спортивної метрології, фізкультурно-спортивна реабілітація та адаптивна фізична культура.
Види навчальних занять: лекція, практичне, семінарське, консультація.
Методи навчання: словесні, наочні, практичні, компетентнісні.
Методи контролю: усний, письмовий, тестовий та ін.
Форми підсумкового контролю: екзамен (семестр 1,2).
Засоби діагностики успішності навчання: питання для поточного контролю, завдання для самостійної роботи, тести, питання для підсумкового контролю.
Мова навчання: українська.

3. ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ

СЕМЕСТР 1

ЗМ 1. Основні засади теорії та методики фізичної культури

Тема 1. Мета та завдання дисципліни «Теорія та методика фізичної культури»

Предмет, зміст курсу. Мета та завдання дисципліни «Теорія та методика фізичної культури». Основні поняття навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичної культури».

Тема 2. Загальні теоретичні засади системи фізичної культури

Історичний дискурс теорії та методики фізичної культури. Фактори, що обумовлюють виникнення та розвиток фізичної культури. Основні характерні особливості розвитку кожного з етапів теорії та методики фізичної культури. Загальні теоретичні засади системи фізичної культури. Напрями функціонування фізичної культури як соціального явища. Специфічні ознаки фізичної культури.

Тема 3. Принципи фізичної культури

Принципи та їхнє значення у сфері фізичної культури. Методичні принципи фізичної культури. Принципи побудови занять у процесі фізичної культури.

Тема 4. Засоби та методи фізичної культури

Характеристика основних засобів фізичної культури. Сили природи та гігієнічні фактори як допоміжні засоби фізичної культури. Поняття: «метод», «методичний прийом», «методика», «методичний підхід», «методичний напрям». Класифікація методів, що застосовуються у фізичної культурі. Загальні вимоги щодо вибору методів.

Тема 5. Фізичні вправи

Фізичні вправи як основний засіб фізичної культури. Класифікація фізичних вправ. Зміст і форма фізичних вправ.

Тема 6. Техніка фізичних вправ

Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика (основа техніки, ведуча ланка техніки, деталі техніки). Просторові, часові та просторово-часові характеристики техніки виконання окремої вправи. Силові, ритмічні та узагальнені (якісні) характеристики техніки виконання окремої вправи.

Тема 7. Класифікація фізичних вправ

Основні види класифікацій фізичних вправ. Характеристика основних видів класифікацій фізичних вправ.

Тема 8. Навантаження, стомлення та закономірності відновлення в процесі занять фізичними вправами

Загальна характеристика фізичного навантаження. Класифікація фізичних навантажень. Компоненти навантаження. Регулювання зовнішньої сторони навантаження шляхом зміни його компонентів. Стомлення, види стомлення. Причини, що спонукають розвитку стомлення в процесі виконання фізичних вправ. Динаміка процесу відновлення. Явище суперкомпенсації. Характеристика різновидів інтервалів відпочинку в залежності від динаміки відновлення після тренувальних навантажень. Характеристика різновидів інтервалів відпочинку в залежності від характеру їхнього проведення.

Тема 9. Особливості та напрямки формування адаптації в процесі занять фізичними вправами

Поняття «гомеостаз», «стрес» та «адаптація». Види та властивості адаптації. Основні закономірності адаптації. Напрямки формування адаптації.

ЗМ 2. Основи методики розвитку рухових якостей людини

Тема 10. Рухові здібності людини

Визначення поняття «фізичні якості людини». Характеристика фізичних вправ як засобів вдосконалення фізичних якостей. Динаміка природного розвитку рухових якостей людини в онтогенезі. Сенситивні періоди розвитку рухових якостей людини. Визначення сили, бистроти, витривалості, гнучкості, координації; види прояву фізичних якостей; фактори від яких залежить рівень прояву фізичних якостей; «перенесення» фізичних якостей. Попередження травм та контроль в процесі розвитку фізичних якостей людини.

Тема 11. Основи методики розвитку швидкості

Визначення поняття швидкості як рухової якості людини. Засоби вдосконалення швидкості. Основні шляхи виховання швидкості. Основи методики розвитку швидкості.

Тема 12. Основи методики розвитку сили

Визначення поняття сили як рухової якості людини. Визначення абсолютної та відносної сили. Засоби вдосконалення сили. Основні шляхи виховання сили. Основи методики розвитку сили.

СЕМЕСТР 2

Тема 13. Основи методики розвитку витривалості

Визначення поняття витривалості як фізичної якості людини. Визначення поняття загальної витривалості. Визначення поняття швидкісної витривалості. Визначення поняття силової витривалості. Засоби розвитку витривалості. Основи методики розвитку витривалості.

Тема 14. Основи методики розвитку координаційних здібностей

Визначення поняття координаційні здібності як фізичної якості людини. Основні засади методики розвитку координаційних здібностей.

Тема 15. Основи методики розвитку гнучкості

Визначення поняття гнучкості. Засоби розвитку гнучкості. Методичні засади розвитку гнучкості.

Тема 16. Формування здорового способу життя різних груп населення засобами фізичної культури

Поняття «здоровий спосіб життя» та його складові. Формування здорового способу життя різних груп населення засобами фізичної культури.

Тема 17. Організація занять фізичними вправами різних груп населення

Біологічна потреба організму в руховій активності. Рухова активність (поняття, види).

Проблеми мотивації щодо рухової активності. Основні засади організації занять фізичними вправами різних груп населення. Норми рухової активності різних груп населення.

Тема 18. Планування та контроль у сфері фізичної культури

Планування у сфері фізичної культури. Види планування у фізичній культурі. Контроль та самоконтроль при виконанні фізичних вправ. Види контролю у фізичній культурі. Тестування фізичного розвитку, функціонального стану організму та рівня соматичного здоров'я людини. Тести для контролю та оцінювання рухових якостей.

4.СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів (розділів) і тем	Кількість годин													
	Денна форма здобуття вищої освіти							**Заочна форма здобуття вищої освіти**						
	усього	у тому числі:						усього	у тому числі:					
		л	пр	лаб	сем	інд	СРС		л	пр	лаб	сем	інд	СРС
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Семестр 1														
ЗМ 1. Основні засади теорії та методики фізичної культури														
Тема 1. Мета та завдання дисципліни «Теорія та методика фізичної культури»	10	2	2				6	12	2					10
Тема 2. Загальні теоретичні засади системи фізичної культури	10	2	2				6	10						10
Тема 3. Принципи фізичної культури	14	2	4				8	12		2				10
Тема 4. Засоби та методи фізичної культури	14	2	4				8	12		2				10
Тема 5. Фізичні вправи	16	2	2				12	22	2					20
Тема 6. Техніка фізичних вправ	16	2	4				10	20						20
Тема 7. Класифікація фізичних вправ	16	2	4				10	12		2				10
Тема 8. Навантаження, стомлення та закономірності відновлення в процесі занять фізичними вправами	16	2	4				10	20						20
Тема 9. Особливості та напрямки формування адаптації в процесі занять фізичними вправами	16	2	4				10	20						20
ЗМ 2. Основи методики розвитку рухових якостей людини														
Тема 10. Рухові здібності людини	20	2	4				14	20		2				18
Тема 11. Основи методики розвитку швидкості	16	2	4				10	10						10
Тема 12. Основи методики розвитку сили	16	2	4				10	10						10
Всього годин за 2 семестр	**180**	**24**	**42**				**114**	**180**	**4**	**8**				**168**

Семестр 2														
Тема 13. Основи методики розвитку витривалості	20	4	6				10	20						20
Тема 14. Основи методики розвитку координаційних здібностей	20	4	6				10	20						20
Тема 15. Основи методики розвитку гнучкості	20	4	6				10	20						20
Тема 16. Формування здорового способу життя різних груп населення засобами фізичної культури	36	4	8				24	40	2	2				36
Тема 17. Організація занять фізичними вправами різних груп населення	42	4	8				30	40		4				36
Тема 18. Планування та контроль у сфері фізичної культури	42	4	8				30	40	2	2				36
Всього годин за 3 семестр	**180**	**24**	**42**				**114**	**180**	**4**	**8**				**168**
Всього годин за дисципліною	**360**	**48**	**84**				**228**	**360**	**8**	**16**				**336**

5. ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

№ з/п	Назва теми практичного заняття	Кількість годин
Семестр 1		
1.	Тема 1. Мета та завдання дисципліни «Теорія та методика фізичної культури»	2
2.	Тема 2. Загальні теоретичні засади системи фізичної культури	2
3.	Тема 3. Принципи фізичної культури	4
4.	Тема 4. Засоби та методи фізичної культури	4
5.	Тема 5. Фізичні вправи	2
6.	Тема 6. Техніка фізичних вправ	4
7.	Тема 7. Класифікація фізичних вправ	4
8.	Тема 8. Навантаження, стомлення та закономірності відновлення в процесі занять фізичними вправами	4
9.	Тема 9. Особливості та напрямки формування адаптації в процесі занять фізичними вправами	4
ЗМ 2. Основи методики розвитку рухових якостей людини		
10.	Тема 10. Рухові здібності людини	4
11.	Тема 11. Основи методики розвитку швидкості	4
12.	Тема 12. Основи методики розвитку сили	4
Разом за семестр		**42**
Семестр 2		
13.	Тема 13. Основи методики розвитку витривалості	6
14.	Тема 14. Основи методики розвитку координаційних здібностей	6
15.	Тема 15. Основи методики розвитку гнучкості	6
16.	Тема 16. Формування здорового способу життя різних груп населення	8

	засобами фізичної культури	
17.	Тема 17. Організація занять фізичними вправами різних груп населення	8
18.	Тема 18. Планування та контроль у сфері фізичної культури	8
Разом за семестр		**42**
	Всього	84

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Види робіт	Кількість годин
	1 семестр	
1	Опрацювання лекційного матеріалу	20
2	Підготовка до практичних робіт	20
3	Опрацювання питань, які не викладаються на лекціях	20
4	Самостійна робота	24
5	Підготовка до всіх видів контролю	30
	Всього	114

№ з/п	Види робіт	Кількість годин
	2 семестр	
1	Опрацювання лекційного матеріалу	20
2	Підготовка до практичних робіт	20
3	Опрацювання питань, які не викладаються на лекціях	20
4	Самостійна робота	24
5	Підготовка до всіх видів контролю	30
	Всього	114

7. ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАУКОВО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ

(курсова робота, курсовий проект)

Не передбачено

8. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

1 семестр

Поточне оцінювання та самостійна робота												МК	Екзамен	Сума
Т1	Т2	Т3	Т4	Т5	Т6	Т7	Т8	Т9	Т10	Т11	Т12			
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	30	10	100

Розподіл балів за видами робіт

1 семестр

Види робіт, що оцінюються в балах	Т1	Т2	Т3	Т4	Т5	Т6	Т7	Т8	Т9	Т10	Т11	Т12	**Усього**
Виступ на семінарі/виконання і/або захист практичної роботи тощо	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
Модульний контроль	30												30

Екзамен	10	10
Всього з дисципліни		100

Критерії оцінювання видів робіт

(1 семестр)**:**

Виступ на семінарі/виконання і/або захист практичної роботи:
5 - відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок
4 - вище середнього рівня з кількома помилками
3 - в загальному вірне виконання з певною кількістю суттєвих помилок
2 - непогано, але зі значною кількістю недоліків
1 - виконання відповідає мінімальним критеріям

Модульний контроль – проводиться у формі тестування - 30 теоретичних питань по 1,0 балу за кожну правильну відповідь (30 балів).

Екзамен проводиться у формі тестування. На екзамен винесено: 100 теоретичних питань по 0,1 балу за кожну правильну відповідь (10 балів).

Розподіл балів, які отримують студенти

2 семестр

Поточне оцінювання та самостійна робота						МК	Екзамен	Сума
Т13	Т14	Т15	Т16	Т17	Т18 Т7 Т8 Т9 Т10 Т11 Т12			
10	10	10	10	10	10	30	10	100

Розподіл балів за видами робіт

2 семестр

Види робіт, що оцінюються в балах	**Т13**	**Т14**	**Т15**	**Т16**	**Т17**	**Т18**	**Усього**
Виступ на семінарі/виконання і/або захист практичної роботи тощо	10	10	10	10	10	10	60
Модульний контроль	30						30
Екзамен	10						10
Всього з дисципліни							100

Критерії оцінювання видів робіт

(2 семестр)**:**

Виступ на семінарі/виконання і/або захист практичної роботи:
9-10 - відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок
7-8 - вище середнього рівня з кількома помилками
5-6 - в загальному вірне виконання з певною кількістю суттєвих помилок
3-4 - непогано, але зі значною кількістю недоліків

1-2 - виконання відповідає мінімальним критеріям
Модульний контроль – проводиться у формі тестування – 30 теоретичних питань по 1,0 балу за кожну правильну відповідь (30 балів);
Екзамен проводиться у формі тестування. На екзамен винесено: 100 теоретичних питань по 0,1 балу за кожну правильну відповідь (10 балів).

Критерії оцінювання екзамену
(1 і 2 семестр)**:**

Шкала оцінювання	**Критерії оцінювання**
9-10	90-100 правильних відповідей
7-8	70-80 правильних відповідей
5-6	50-60 правильних відповідей
3-4	30-40 правильних відповідей
1-2	10-20 правильних відповідей
0	Менше 10 правильних відповідей

Відповідність шкал оцінок якості засвоєння навчального матеріалу

Оцінка за національною шкалою для екзамену, КП, КР /заліку/	Оцінка в балах	Оцінка за шкалою ECTS	Пояснення
Відмінно/ зараховано	90-100	**A**	**Відмінно** (відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок)
Добре/ зараховано	82-89	**B**	**Дуже добре** (вище середнього рівня з кількома помилками)
	74-81	**C**	**Добре** (в загальному вірне виконання з певною кількістю суттєвих помилок)
Задовільно/ зараховано	64-73	**D**	**Задовільно** (непогано, але зі значною кількістю недоліків)
	60-63	**E**	**Достатньо** (виконання відповідає мінімальним критеріям)
Незадовільно/ незараховано	35-59	**FX**	**Незадовільно** (з можливістю повторного складання)
	0-34	**F**	**Незадовільно** (з обов’язковим повторним вивченням дисципліни)

9. ПОЛІТИКА КУРСУ

9.1. Обов’язкове дотримання академічної доброчесності здобувачами вищої освіти. Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає:

- самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливим освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їх індивідуальних потреб і можливостей);
- посилання на джерела інформації у разі використання ідей, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право;
- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності.

9.2. Кожне завдання самостійної роботи необхідно оприлюднити на практичному занятті;

9.3. Бали знімаються за пропуск терміну здачі, плагіат (списану у однокурсників роботу).

9.4. Допускається визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті у разі якщо отриманий сертифікат чи інший документ співпадає з темами робочої програми та годинами

відведеними на її вивчення. Отримання мінімальної оцінки з дисципліни можливе за умови виконання завдань самостійної роботи в обсязі, який дозволяє набрати 60 балів.

9.5. У разі несвоєчасного виконання робіт, оцінка знижується (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів)

9.6. Перенесення терміну здачі робіт/перездача: - з поважних причин (лікарняний, непередбачені обставини) за письмовою заявою завіреною куратором і деканатом. - без поважних причин оцінюється за шкалою у 75% від можливої максимальної кількості балів за певний вид діяльності.

9.7. При виявленні плагіату роботи не беруться до уваги та не оцінюються, робота студента відправляється на доопрацювання.

9.8. Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, непередбачені обставини) навчання може відбуватись в онлайн формі за погодженням із керівником курсу. Пропущенні заняття підлягають обов'язковому відпрацюванню студентом в індивідуальному порядку або групою студентів за поданою заявою.

9.9. Оскарження оцінювання за результатами екзамену можливо при формуванні комісії з трьох викладачів кафедри та обов'язковій присутності завідувача кафедри.

10. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1) робоча програми навчальної дисципліни,
2) силабус;
3) конспект лекцій;
4) методичні рекомендації до практичних занять;
5) методичні рекомендації до СРС;
6) питання для підготовки до підсумкового контролю
7) методичні рекомендації до контрольних робіт здобувачів ЗФН
8) Тести

11. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання [Текст]: [підручник]: у 2 т. / за ред. Т.Ю. Круцевич. - Київ: Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України: Олімпійська література, 2021.
2. Попуша В.Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях: навч. посібник / В.Г. Попуша. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2020. 128 с.
3. Гурєєва А.М. Теорія і методика фізичного виховання: основи спеціальної термінології у фізичному вихованні: навчальний посібник / А.М. Гурєєва, О.Є. Черненко, Е.Ю. Дорошенко. Запоріжжя: ЗДМУ, 2020. 78 с.

Додаткова

1. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Методика розвитку рухових якостей юних спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2020. 29 с.
2. Черненко С. О. Теорія й методика фізичного виховання: навч/ посіб/: у 2 частинах / Черненко С.О. – Краматорськ : ДДМА, 2021. – Ч. 1. – 215 с.
3. Черненко, С.О. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник: у 2 частинах / Черненко С.О. – Краматорськ: ДДМА, 2022. – Частина 2. – 228 с.

12. ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ

1. Модульне середовище навчального процесу КНУТД//[Електронний ресурс] – Режим доступу: http: //msnp.knutd.edu.ua/;
2. Національна бібліотека ім. В.І. Вернадського // [Електронний ресурс] – Режим доступу: www.nbuv.gov.ua;
3. Ліга. Life. // Помірна та висока інтенсивність. Як оцінити рівень своєї фізичної активності. // [Електронний ресурс] – Режим доступу: https: // life.liga.net/poyasnennya/news/umerennaya-i-vysokaya-intensivnost-kakotsenit-uroven-svoey-fizic

heskoy-aktivnosti;
4. Методичний портал «Фізичне виховання» // [Електронний ресурс] – Режим доступу: http://metodportal.com/taxonomy/term/35;
5. Журнал «Теорія та методика фізичного виховання» // [Електронний ресурс] – Режим доступу: http://www.tmfv.com.ua/.