

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ

ІМЕНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО
(повна назва підрозділу)

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ
(повна назва кафедри)



ЗАТВЕРДЖЕНО

Проректор із науково-

педагогічної роботи

Сергій Слободян

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Program of the Discipline

Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)
SPORTS GAMES (FOOTBALL, VOLLEYBALL, BASKETBALL)

рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

тип дисципліни обов'язкова

мова викладання українська

Миколаїв – 2025

Робоча програма навчальної дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» є однією із складових комплексної підготовки фахівців галузі знань А Освіта, спеціальності А4 Середня освіта, предметної спеціальності А4.11 Середня освіта (Фізична культура), освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура).

«12» лютого 2025 р.

Розробник: Лісенчук Геннадій Анатолійович, професор кафедри фізичної культури та спорту.

Проект робочої програми навчальної дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» розглянуто на засіданні кафедри фізичної культури та спорту

Протокол № 8 від «05» березня 2025 р.

Завідувач кафедри



Віталій Лелека

Проект робочої програми навчальної дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» розглянуто Науково-методичною комісією Навчально-наукового педагогічного інституту імені В.О. Сухомлинського

Протокол № 3 від «06» березня 2025 р.

Голова



Людмила Хрящевська

Проект робочої програми навчальної дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» погоджено з навчальним відділом

Начальник відділу



Андрій Лабарткава

Робочу програму навчальної дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» затверджено Навчально-методичною радою НУК

Протокол № 3 від «26» березня 2025 р.

Голова НМР НУК



Сергій Слободян

© НУК, 2025

© Лісенчук Г.А., 2025

ЗМІСТ

Вступ	4
1. Опис навчальної дисципліни	5
2. Мета вивчення навчальної дисципліни	6
3. Передумови для вивчення дисципліни	6
4. Очікувані результати навчання	7
5. Програма навчальної дисципліни.....	8
6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їхнього демонстрування.....	13
7. Форми поточного та підсумкового контролю.....	14
8. Критерії оцінювання результатів навчання	15
9. Засоби навчання, Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна;.....	17
10. Рекомендовані джерела інформації.....	18

Анотація

Спортивні ігри, такі як футбол, волейбол і баскетбол, є популярними видами фізичної активності, що сприяють всебічному розвитку людини. Вони поєднують елементи фізичної підготовки, тактичного мислення, командної роботи та емоційної стійкості. Футбол вимагає високої витривалості, техніки володіння м'ячем і злагоджених дій усієї команди. Волейбол розвиває реакцію, координацію рухів та вміння швидко приймати рішення. Баскетбол формує точність, спритність і стратегічне бачення гри. Участь у спортивних іграх позитивно впливає на фізичне здоров'я, формує лідерські якості та розвиває соціальні навички. Ці види спорту мають велике значення як у професійному, так і в аматорському контексті, популяризуючи активний спосіб життя серед молоді та дорослих.

У даній програмі розглядаються три найпоширеніші командні спортивні ігри — футбол, волейбол та баскетбол. Проаналізовано їхні основні правила, особливості техніки та тактики гри, а також вплив занять цими видами спорту на фізичний і психологічний розвиток особистості. Особлива увага приділяється значенню командної взаємодії, розвитку витривалості, координації рухів та швидкості мислення. Спортивні ігри відіграють важливу роль у формуванні здорового способу життя, популяризації активного дозвілля серед молоді та сприяють вихованню наполегливості, відповідальності й взаємоповаги.

Abstract

Sports games such as football, volleyball, and basketball are popular forms of physical activity that contribute to the all-round development of a person. They combine elements of physical fitness, tactical thinking, teamwork, and emotional resilience. Football requires high endurance, ball-handling skills, and coordinated team actions. Volleyball develops reaction speed, movement coordination, and the ability to make quick decisions. Basketball enhances accuracy, agility, and strategic vision. Participation in sports games has a positive impact on physical health, fosters leadership qualities, and improves social skills. These types of sports are significant both in professional and amateur contexts, promoting an active lifestyle among youth and adults.

This paper examines three of the most popular team sports — football, volleyball, and basketball. It analyzes the basic rules, technical and tactical features of each game, as well as the impact of participating in these sports on a person's physical and psychological development. Special attention is given to team cooperation, endurance, coordination, and quick decision-making. Team sports play an important role in promoting a healthy lifestyle, encouraging active leisure among youth, and fostering perseverance, responsibility, and mutual respect.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність (освітня програма), освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів – 7	А Освіта	Обов'язкова	
Модулів – 2		Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		1-й	
Електронний адрес РПНД на сайті Університету	А4 Середня освіта А4.11 Середня освіта (Фізична культура) освітні програми: «Середня освіта (Фізична культура)»	Семестр	
Індивідуальне науково-дослідне завдання –		1-й	2-й
		Лекцій	
		15	
		Практичні, семінарські	
		30 год	30 год
		Лабораторні	
Загальна кількість годин – 210 год		0 год.	0 год.
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента –	Освітній рівень: перший (бакалаврський)	Самостійна робота	
		75 год	60 год
		Індивідуальні завдання: 0 год.	
		Вид контролю: залік/екзамен	
		Форма контролю: Усно/практично	

Мова навчання – українська.

1. Мета, завдання навчальної дисципліни та результати навчання

Метою викладання навчальної дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» є формування у студентів цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивних ігор (футбол, баскетбол, волейбол). Володіння навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної педагогічної роботи в школі.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол)» є :

- надання майбутнім спеціалістам знань, вмінь і навичок зі спостереження, аналізу і проведення спортивних ігор в учбовій і позакласній роботі з фізичного виховання у школі;
- навчити студентів використовувати гру в реалізації освітньої і виховної мети;
- формування у студентів потреби до зміцнення здоров'я і фізичного вдосконалення;
- фізичне та спортивне вдосконалення студентів;
- набуття необхідних знань, навичок та вмінь з основ теорії, методики організації і проведення спортивних ігор;
- вивчення правил змагань та методики суддівства з футболу, баскетболу та волейболу.

Передумови для вивчення дисципліни: «Спортивні ігри» зазвичай включають низку загальних і спеціальних знань, умінь та фізичних якостей, які забезпечують ефективне засвоєння навчального матеріалу. Нижче наведено типові передумови, які можуть бути актуальними для студентів фізичного виховання, тренерських або педагогічних спеціальностей.

Навчальна дисципліна складається з 7-и кредитів.

Очікувані результати навчання:

ЗК3. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК7. Здатність працювати в команді.

ЗК8. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності).

ЗК10. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ФК19. Здатність організовувати безпечне освітнє середовище, використовувати здоров'язбережувальні технології під час освітнього процесу, здійснювати профілактично-просвітницьку роботу щодо безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя.

ФК21. Здатність здійснювати оцінювання рівня навчальних досягнень учнів, аналізувати результати їхнього навчання, навчати учнів самооцінювання та взаємооцінювання.

РН21. Підтримувати взаємодію між учнями для сприяння їхньому соціальному розвитку, формувати навички взаємодопомоги та співпраці.

РН26. Добирати та застосовувати в освітньому середовищі здоров'язбережувальні засоби та ресурси, володіти методами профілактично-просвітницької роботи та безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя.

РН33. Аналізувати результати навчання учнів з метою подальшого врахування в освітньому процесі; використовувати методи та прийоми розвитку в учнів здатності до самооцінювання та взаємооцінювання результатів навчання.

ПРН1. Розуміти закономірності і принципи формування гармонійно розвиненої особистості учня, зокрема фізичного, психічного, соціального та емоційного компонентів, підвищення функціональних можливостей організму, розвитку фізичних якостей, вдосконалення рухових умінь і навичок у різних видах фізичної активності.

ПРН2. Застосовувати засоби контролю і корекції морфо-функціонального стану, фізичної підготовленості, рівня здоров'я, а також техніко-тактичної підготовленості до виконання ігрових дій фізичних вправ.

ПРН3. Уміти формувати в учнів стійку мотивацію до занять фізичною культурою, здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності через розвиток грамотності у фізичній культурі.

2. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. I семестр (120 год)

Кредит 1 . Спортивні ігри (волейбол)

Теми занять з волейболу для студентів

Тема 1. Стойка та пересування гравця: Вихідне положення. Пересування в сторони, вперед, назад, зміна позицій.

Тема 2. Передача м'яча двома руками зверху: техніка виконання. Вправи на точність та швидкість передач.

Тема 3. Передача м'яча двома руками знизу: різновиди нижньої передачі. Тренування прийому подачі та передачі в ігрових умовах. Норматив

Тема 4. Подача м'яча (нижня, верхня, планер, нападаюча): основи техніки подачі. Подання на точність і силу.

Кредит 2 . Спортивні ігри (баскетбол)

Теми занять з баскетболу

Тема 1. Основи техніки гри: Передачі м'яча: Передача двома руками від грудей. Передача двома руками знизу. Передача однією рукою (плечем, з відскоком). Ведення м'яча: Ведення правою/лівою рукою. Зміна напрямку ведення. Ведення на швидкості. Кидки по кільцю: З місця та після ведення. З середньої дистанції. Бросок однією рукою з плеча.

Тема 2. Рухи та переміщення гравця: Стартові позиції. Рухи з м'ячем і без м'яча. Зупинки, повороти, зміна напрямку. Робота ніг.

Тема 3. Ігрові ситуації та прийняття рішень: розіграш аути, поведінка при штрафному кидку, завершення атаки, вибір кращого рішення в ігровій ситуації.

Тема 4. Суддівство та етика гри: основи суддівства, жести судді, порушення правил (фоли, кроки, пробіжка), фейр-плей та спортивна поведінка.

Кредит 3. Спортивні ігри (футбол).

Тема 1. Фізична підготовка футболіста: Загальна фізична підготовка (ОФП) для футболістів. Спеціальна фізична підготовка (витривалість, швидкість, сила, координація). Розминка та заминка: значення і приклади.

Тема 2. Техніка гри: Ведення м'яча (вправи на контроль). Передача м'яча (коротка, середня, довга). Удари по м'ячу (внутрішньою стороною, підйомом, головою). Прийом м'яча (зупинка подошвою, внутрішньою стороною, стегном).

Тема 3. Тактична підготовка: Індивідуальна тактика: ведення боротьби 1 на 1. Групова тактика: взаємодія між гравцями в обороні/атаці. Командна тактика: побудова гри, схеми (4-4-2, 4-3-3 тощо). Перехід з атаки в оборону і навпаки.

Кредит 4. Спортивні ігри (гандбол)

Тема 1. Фізична підготовка гандболіста: загальна фізична підготовка (ОФП). Спеціальна фізична підготовка: розвиток витривалості, сили, швидкості, координації. Розминка і заминка в гандболі.

Тема 2. Основи техніки гри: ведення м'яча: правою, лівою рукою, з зміною напрямку.

Передачі м'яча: коротка, середня, довга, однією чи двома руками. Кидки по воротах: з місця, у стрибку, після обманного руху. Прийом м'яча: на ходу, в стрибку, з відскоку.

Тема 11. Рух гравців на майданчику: пересування: біг, зміна напрямку, зупинки, стрибки. Індивідуальні дії з м'ячем і без. Вибір позиції в атаці та захисті.

Тема 12. Індивідуальні техніко-тактичні дії: обманні рухи. Обхід захисника. Вибір моменту для кидка або передачі. Гра "1 на 1".

Модуль 2. II семестр

Кредит 1 . Спортивні ігри (волейбол)

Тема 1. Подача м'яча (нижня, верхня, планер, нападаюча):основи техніки подач.Подання на точність і силу.

Тема 2. Нападаючий удар: техніка підскоку, замаху та удару. Вправи на координацію та силу удару.Норматив

Тема 3. Суддівство у волейболі: основні сигнали судді. Порухення правил. Практика суддівства під час навчальних ігор.

Тема 4. Психологічна підготовка до гри: зосередженість, командна взаємодія.Роль лідера та комунікація у команді.

Тема 5. Навчальні ігри (2×2, 3×3, 6×6): засвоєння тактики та техніки в ігрових умовах.

Тема 6. Комбінації в нападі: відволікаючі дії, комбінаційна атака.

Кредит 2 . Спортивні ігри (баскетбол)

Тема 1. Ігрові ситуації та прийняття рішень: розіграш аути, поведінка при штрафному кидку, завершення атаки, вибір кращого рішення в ігровій ситуації.

Тема 2. Суддівство та етика гри: основи суддівства, жести судді, порушення правил (фоли, кроки, пробіжка), фейр-плей та спортивна поведінка.

Тема 3. Фізична підготовка баскетболіста: вправи на розвиток сили, швидкості, витривалості; стрибкові вправи, розвиток координації та реакції.

Тема 4. Тестування і змагання: проведення контрольних нормативів: ведення на час, кількість попадань у кошик, тест на спритність, міні-турніри серед груп.

Модуль 3. Спортивні ігри (футбол).

Тема 1. Правила гри та суддівство: Основні правила гри у футбол. Жести арбітра. Види порушень і санкції. Основи футбольного етикету та fair play.

Тема 2. Міні-футбол та футзал: Відмінності між класичним футболом і футзалом. Правила гри у футзал. Тактика та техніка в умовах обмеженого простору.

Тема 3. Тестування і змагання: набивання м'яча, вкидання м'яча із-за голови на дальність, удари на точність, ведення на швидкість.

Тема 4. Футбол як засіб оздоровлення: користь футболу для серцево-судинної, дихальної, опорно-рухової систем. Профілактика захворювань за допомогою регулярних занять футболом.

Тема 5. Міні-футбол та футзал: відмінності між класичним футболом і футзалом. Правила гри у футзал. Тактика та техніка в умовах обмеженого простору.

Тематичний план навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	Усього	у тому числі:		
		Лекції	практ.	сам. Роб
	2	3	4	5
ЗМ 1 . Спортивні ігри (волейбол)				
Тема1. Вступ до волейболу: історія, правила гри, ознайомлення з майданчиком.Основи техніки та тактики.	9	4		5
Тема 2. Стойка та пересування гравця:Вихідне положення.Пересування в сторони, вперед, назад, зміна позицій.подачі та передачі в ігрових умовах.	7		2	5
Тема 3. Передача м'яча двома руками зверху: техніка виконання.Вправи на точність та швидкість передач.	7		2	5
Тема 4. Передача м'яча двома руками знизу: різновиди нижньої передачі. Тренування прийому	7		2	5
Всього	30	4	6	20
ЗМ 2. Спортивні ігри (баскетбол)				
Тема 1.Історія виникнення баскетболу. Основні правила гри. Ознайомлення з інвентарем (м'яч, майданчик, щит, кільце). Роль командних дій.	12	4		8
Тема 2. Основи техніки гри: Передачі м'яча:Передача двома руками від грудей.Передача двома руками знизу. Передача однією рукою (плечем, з відскоком). Ведення м'яча:Ведення правою/лівою рукою. Зміна напрямку ведення. Ведення на швидкості. Кидки по кільцю:З місця та після ведення. З середньої дистанції. Кидок однією рукою з плеча.	9		3	6
Тема 3. Ігрові ситуації та прийняття рішень: розіграш аути, поведінка при штрафному кидку, завершення атаки, вибір кращого рішення в ігровій ситуації.	9		3	6
Всього:	30	4	6	20
ЗМ 3. Спортивні ігри (футбол).				
Тема 1. Вступ до футболу:Історія футболу: виникнення, розвиток, становлення як виду спорту.Основні правила гри.Позиції гравців та їх функції на полі.	6	2		4

Тема 2. Фізична підготовка футболіста: Загальна фізична підготовка (ОФП) для футболістів. Спеціальна фізична підготовка (витривалість, швидкість, сила, координація). Розминка та заминка: значення і приклади.	10	2	4	4
Тема 3. Техніка гри:Ведення м'яча (вправи на контроль). Передача м'яча (коротка, середня, довга). Удари по м'ячу (внутрішньою стороною, підйомом, головою). Прийом м'яча (зупинка підошвою, внутрішньою стороною, стегном).	8		4	4
Тема 4. Тактична підготовка: Індивідуальна тактика: ведення боротьби 1 на 1. Групова тактика: взаємодія між гравцями в обороні/атаці. Командна тактика: побудова гри, схеми (4-4-2, 4-3-3 тощо). Перехід з атаки в оборону і навпаки.	6		2	4
Всього:	30	4	10	16
ЗМ 4. Спортивні ігри (Гандбол).				
Тема 1. Вступ до гандболу: історія виникнення та розвитку гандболу. Основні правила гри. Склад команди, тривалість гри, майданчик, м'яч.	8	2	2	4
Тема 2. Фізична підготовка гандболіста: загальна фізична підготовка (ОФП). Спеціальна фізична підготовка: розвиток витривалості, сили, швидкості, координації. Розминка і заминка в гандболі.	7	1	2	4
Тема 3. Основи техніки гри: ведення м'яча: правою, лівою рукою, з зміною напрямку. Передачі м'яча: коротка, середня, довга, однією чи двома руками. Кидки по воротах: з місця, у стрибку, після обманного руху. Прийом м'яча: на ходу, в стрибку, з відскоку.	10		2	8
Тема 4. Рух гравців на майданчику: пересування: біг, зміна напрямку, зупинки, стрибки. Індивідуальні дії з м'ячем і без. Вибір позиції в атаці та захисті.	5		2	3
Всього:	30	3	8	19
Всього за 1 семестр	120	15	30	75
II семестр				
ЗМ 5 . Спортивні ігри (волейбол)				
Тема 1. Подача м'яча (нижня, верхня, планер, нападаюча):основи техніки подач.Подання на точність і силу.	5		2	3

Тема 2. Нападаючий удар: техніка підскоку, замаху та удару. Вправи на координацію та силу удару. Норматив	5		2	3
Тема 3. Суддівство у волейболі: основні сигнали судді. Порухення правил. Практика суддівства під час навчальних ігор.	5		2	3
Тема 4. Психологічна підготовка до гри: зосередженість, командна взаємодія. Роль лідера та комунікація у команді.	5		2	3
Тема 5. Навчальні ігри (2×2, 3×3, 6×6): засвоєння тактики та техніки в ігрових умовах.	5		2	3
Тема 6. Комбінації в нападі: відволікаючі дії, комбінаційна атака.	5		2	3
Всього:	30		12	18
ЗМ 6. Спортивні ігри (баскетбол)				
Тема 1. Ігрові ситуації та прийняття рішень: розіграш аути, поведінка при штрафному кидку, завершення атаки, вибір кращого рішення в ігровій ситуації.	8		2	6
Тема 2. Суддівство та етика гри: основи суддівства, жести судді, порушення правил (фоли, кроки, пробіжка), фейр-плей та спортивна поведінка.	8		2	6
Тема 3. Фізична підготовка баскетболіста: вправи на розвиток сили, швидкості, витривалості; стрибкові вправи, розвиток координації та реакції.	8		2	6
Тема 4. Тестування і змагання: проведення контрольних нормативів: ведення на час, кількість попадань у кошик, тест на спритність, міні-турніри серед груп.	6		2	4
Всього:	30		8	22
ЗМ 7. Спортивні ігри (футбол).				
Тема 1. Правила гри та суддівство: Основні правила гри у футбол. Жести арбітра. Види порушень і санкції. Основи футбольного етикету та fair play.	6		2	4
Тема 2. Міні-футбол та футзал: Відмінності між класичним футболом і футзалом. Правила гри у футзал. Тактика та техніка в умовах обмеженого простору.	6		2	4
Тема 3. Тестування і змагання: набивання м'яча, вкидання м'яча	6		2	4

із-за голови на дальність, удари на точність, ведення на швидкість.				
Тема 4. Футбол як засіб оздоровлення: користь футболу для серцево-судинної, дихальної, опорно-рухової систем. Профілактика захворювань за допомогою регулярних занять футболом.	6		2	4
Тема 5. Міні-футбол та футзал: відмінності між класичним футболом і футзалом. Правила гри у футзал. Тактика та техніка в умовах обмеженого простору.	6		2	4
Всього:	30		10	20
Всього за семестр:	90		30	60

Індивідуальне навчально-дослідне завдання – не передбачено.

6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їхнього демонстрування

Методи навчання: на лекційних заняттях:

лекція;
пояснення;
дискусія;
диспут;
ілюстрування;
демонстрація;
відеометод;
майстер-клас

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- усні відповіді;
- письмові відповіді;
- проєктні (самостійні) роботи;
- контрольна робота;
- реферати.

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- усні відповіді;
- письмові відповіді;
- проєктні (самостійні) роботи;
- контрольна робота;
- реферати.

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів:

- а) контроль засвоєння теоретичних знань;
- б) контроль рівня та динаміки загальної фізичної підготовленості студентів (виконання контрольних тестів загально-фізичної підготовки на результат);

- в) контроль рівня та динаміки спеціальної фізичної підготовленості студентів (виконання контрольних вправ спеціально-фізичної підготовки на результат);
- г) контроль рівня засвоєння техніки цілісної вправи у фут залі та її складових частин;
- д) контроль рівня інтегральної підготовленості студента;
- е) контроль засвоєння професійних навичок (проведення на оцінку окремих загально розвиваючих вправ, підготовчої частини, окремих задач та цілісного навчально-тренувального заняття з фут залу для різних вікових груп);
- ж) контроль засвоєння суддівських навичок (організація та проведення змагань, методика суддівства).

7. Форми поточного та підсумкового контролю

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння й засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних, лабораторних робіт, уміння самостійно опрацьовувати тексти, складання конспекту рекомендованої літератури, написання і захист реферату, здатності публічно чи письмово представляти певний матеріал.

Завданням підсумкового контролю (КР, іспит) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу модуля

Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 200 до 400 (за 4 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 4 кредити.

T2	T3	T6	T7	T9	T15	Всього	T3	T4	T5	T6	Всього	T7	T14	Всього	T7	T-17	Всього	Нак опи чува льні бали
15	15	15	15	20	20	100	25	25	25	25	100	50	50	100	50	50	100	400

8. Критерії оцінювання результатів навчання

Усні відповіді на заняттях	Критерії оцінювання
20-16	Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, містить аргументовані висновки з доречним ілюстративним матеріалом, може підкріплюватися коректними цитуваннями думок / поглядів учених.
15-11	Відповідь в цілому правильна, доволі повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу.
10-5	Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована з використанням неправильної / некоректної термінології.
4-3	Відповідь частково правильна, містить неточності, проте не містить жодних аргументів та ілюстративного матеріалу.
2-1	Студент не дає відповіді чи його відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована.
	<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 300 балів (15</i>

	<i>відповідей по 20 балів ДФН, 4 відповіді по 10 бали ЗФН).</i>
--	---

Самостійна (проектна) робота	Критерії оцінювання
10-9	Студент правильно виконує завдання в установленний термін, презентує аналітику різних наукових джерел, підбирає доречний ілюстративний матеріал, здійснює коректні та доцільні цитування, а також грамотно проводить експеримент і на високому рівні здійснює обробку його результатів.
8-7	Студент правильно виконує завдання в установленний термін, презентує аналітику різних наукових джерел, допускається незначних помилок у добірці ілюстративного матеріалу, здійснює коректні та доцільні цитування, в експериментальних роботах містяться незначні недоліки в обробці їхніх результатів.
6-5	Студент виконує роботу з порушенням встановленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але поверхнево чи з певними неточностями, подає недоцільні цитування та недоречні ілюстрації, а також виконує експериментальні роботи не на різноманітних мовленнєвих матеріалах та з недостатньою кількістю респондентів.
4-3	Студент виконує роботу з порушенням встановленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але не презентує аналітику різних наукових джерел, не підбирає доречний ілюстративний матеріал, не наводить коректні та доцільні цитування, проводить експерименти, проте не презентує обробку його результатів та не демонструє вміння робити висновки.
2-1	Студент виконує роботу з методичної допомоги викладача на кожному етапі проведення експериментів.
0	Студент не виконує роботи.
	<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 50 балів (5 робіт по 10 балів ДФН, ЗФН).</i>

Реферат	Критерії оцінювання
10	Реферат має обсяг 15 або більше друкованих (рукописних) сторінок; проблема, яка в ньому розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури нараховує 5-6 джерел, відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії.
7	Реферат має обсяг 10 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.
5	Обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.
0	Тема реферату нерозкрита, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами.
	<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 15 балів (1 реферат по 15 балів ДФН, ЗФН).</i>

Контрольна робота	Критерії оцінювання
ДФН 30 ЗФН 30	Робота виконана без змістових помилок (завдання I, II та III рівнів складності), містить точні відповіді на питання теоретичного характеру, правильно ідентифікує технологію і правильно виявляє брехню в тексті. Бал знижується в разі наявності орфографічних та пунктуаційних помилок.
ДФН 20-15 ЗФН 20-15	Робота представлена з повними та правильними відповідями всіх рівнів складності, студент правильно ідентифікує технологію профайлінгу і правильно структурує хід виявлення брехні в тексті, проте допускається помилок шляхом упущення кількох відповідних маркерів. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
ДФН 14-10 ЗФН 14-10	Робота виконана з огріхами в описі технології профайлінгу, проте безпомилково виконано завдання I та II рівнів складності. В такій роботі завдання щодо детекції брехні в тексті виконано неправильно. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
ДФН 9-3 ЗФН 9-3	Робота виконана з неточностями у формулюванні дефініцій термінів (II рівень складності) та значними огріхами в описі технології профайлінгу (III рівень складності). Завдання щодо детекції брехні в тексті виконано неправильно або не виконано взагалі. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
ДФН 3-1 ЗФН 3-1	Робота містить значну кількість помилок у завданнях усіх рівнів складності або незначну кількість помилок у завданнях I та II рівнів складності та відсутності виконання завдань III рівня. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
0	Робота не виконувалася.
	<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 30 балів (для ДФН, 30 балів для ЗФН)</i>

Форма контролю	Максимальна кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Практичні заняття	10x10 балів = 100 балів	10x10 балів = 100 балів
Лабораторні заняття	5 x 20 балів=100 балів	5 x 20 балів=100 балів
Поточне тестування	1 x10 балів = 10 балів	1 x10 бали = 10 балів
Самостійна (проектна) робота	5x10 балів = 50 балів	5x10 бали = 50 балів
Контрольна (письмова) робота	1x40 балів= 40 балів	1x40 бали = 40 балів
Всього	300 (3 кредитів)	300 (3 кредитів)

Переведення балів за кредити в 100-бальну систему	
500 б	100 б
475 б	95 б
450 б	90 б
425 б	85 б
400 б	80 б
375 б	75 б
350 б	70 б
325 б	65 б
300 б	60 б
275 б	55 б
250 б	50 б

9. Засоби навчання

Класифікація засобів навчання з фізичного виховання

Категорія засобів	Приклади
1. Фізичні вправи	Біг, стрибки, метання, гімнастика, плавання, танці, ігрові вправи
2. Матеріально-технічні засоби	М'ячі, скакалки, гантелі, гімнастичні лави, турніки, тренажери, спортзал
3. Вербальні (словесні)	Пояснення, інструкції, команди, зауваження, бесіди
4. Візуальні засоби	Показ вправ, демонстраційні відео, плакати, схеми, таблиці
5. Ігрові та змагальні методи	Естафети, рухливі ігри, змагання, командні завдання
6. Інформаційно-комунікаційні засоби (ІКТ)	Презентації, відео, мобільні додатки, інтерактивні дошки, освітні платформи
7. Природні фактори	Сонце, повітря, вода (у фізкультурно-оздоровчих заходах на відкритому повітрі)

10. Рекомендовані джерела інформації

Основна навчальна література

1. Андрощук, Н. Основи здоров'я і фізична культура (теоретичні відомості) / Н. Андрощук, М. Андрощук, — Т. : Підруч. і посіб., 2006. — 160 с. *Пропонований посібник містить матеріал про основи фізичної культури, рухові дії, основні фізичні вправи згідно чинної програми з фізичної культури, розкриває значення та зміст, методи і правила занять фізкультурою.*

2. Балбенко, С. Основи здоров'я та фізичної культури : метод. посіб. для вчителів / С. Балбенко. — Х. : Скорпіон, 2004. — 96 с. — (Предметний тиждень). *Мова йде про методiku організації проведення предметного тижня з основ здоров'я та фізичної культури в школі, пропонуються плани проведення різноманітних форм виховної роботи при підготовці позакласних заходів, даються цікаві матеріали до уроків, рухливі ігри та розваги.*

3. Всесвітній день здоров'я — 7 квітня // Здоров'я та фізич. культура. — 2007. — № 9. — С. 19-20.

Історія розвитку знань про здоров'я, проблеми охорони здоров'я населення України.

4. Горащук, В. Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів / В. Горащук // Безпека життєдіяльності. — 2005. — № 5. — С. 58-61.

Розглядаються питання формування культури здоров'я школярів в сучасній системі освіти.

5. Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк; худож. Л. Галаманжук. — Кам'янець-Поділ., 2000. — 305 с. : ілюстр.

Матеріал посібника носить практичний характер і викладений у довідковій формі. Його основу складають напрями педагогічної діяльності вчителя фізичної культури у загальноосвітніх школах I-III ступеней. Зміст кожного напрямку включає практичні рекомендації щодо організації педагогічного процесу, його змісту і методик їх реалізації.

Додаткова

6. Богданова, Г. Підготовка вчителів до формування в учнів життєвих навичок / Г. Богданова // Здоров'я та фізич. культура. — 2007. — № 9. — С. 6-7 *Роль школи і вчителя у створенні умов для вироблення у школярів навичок безпечної поведінки та знань, потрібних для захисту власного здоров'я.*

7. Василенко, Л. Проект паспорту кабінета «Основи здоров'я та безпеки» : зб. нормат. док. з питань формування основ здоров'я та безпеки: метод. посіб. для вчителів / Л. Василенко. — Х. : Скорпіон, 2006. — 204 с. — (Кабінет здоров'я в школі).

8. Васьков, Ю. Концепція розвитку фізичного виховання в загальноосвітніх школах / Ю. Васьков // Здоров'я та фізич. культура. — 2005. — № 6. — С. 1, 3-5. *У запропонованій Концепції розглядається завдання фізичної культури в системі шкільної освіти. Зміст, форми та методи фізичного виховання у школі.*

Інтернет ресурси

1. <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=587832> Підручник «Фізичне виховання» в форматі MS Word. (укр.)

2. <http://www.pedahohikam.net/nerv-275.html> Фізичне виховання. Теорія, засоби, методи, задачі, соціальні функції. (укр.)

3. <http://teacher.in.ua/navchalnipredmeti/fizichna-kultura> Український освітній портал. Фізична культура. На допомогу учителю фізичної культури, розробки уроків, презентації. (укр.)

4. http://osvita.ua/school/lessons_summary/education/38777/ Розробка уроків із фізичного виховання. Формат файлів .zip. (укр.)