ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
Кафедра теорії та методики фізичної культури

"ЗАТВЕРДЖУЮ"
декан факультету здоров'я
та фізичного виховання
Едуард СИВОХОП
"____" _____ 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ»

Рівень вищої освіти:	**перший (бакалаврський) рівень**
Галузь знань:	**01 Освіта/Педагогіка**
Спеціальність:	**014 Середня освіта (за предметними спеціальностями)**
Предметна спеціальність:	**014.11 Середня освіта (Фізична культура)**
Освітня програма:	**Фізична культура**
Статус дисципліни:	**вибіркова**
Мова навчання:	**українська**

Ужгород 2026

Робоча програма з курсу **«Загальна теорія спорту для всіх»** для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/педагогіка, спеціальності 014 Середня освіта; предметної спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура).

Розробник: **Товт В. А,** доцент, кандидат педагогічних наук.

Робочу програму розглянуто та затверджено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури,

протокол № 12 від 26 червня 2026 року

Завідувач кафедри ТМФК _____ (Іван МАРІОНДА)

Схвалено науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання

протокол № 13 від 30 червня 2026 року

Голова науково-методичної комісії _____ (Фелікс ФІЛАК)

Розробник: Товт Валерій Адальбертович, 2026 р.

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», вересень 2026 р.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників
денна/заочна</td><td colspan="2">Розподіл годин за навчальним планом</td></tr>
<tr><td>Денна форма навчання</td><td>Заочна форма навчання</td></tr>
<tr><td>Кількість кредитів: 4</td><td colspan="2">Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>Загальна кількість годин: 120</td><td>3-й</td><td>3+4</td></tr>
<tr><td>Кількість модулів – 2</td><td colspan="2">Семестр:</td></tr>
<tr><td rowspan="6">Тижневих годин для денної форми навчання: 4
аудиторних – 60/20
самостійної роботи студента – 60/100</td><td>2-й</td><td>2-й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лекції:</td></tr>
<tr><td>32</td><td>10</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні (семінарські):</td></tr>
<tr><td>28</td><td>8</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td rowspan="2">Вид підсумкового контролю: залік</td><td colspan="2">Лабораторні:</td></tr>
<tr><td>-</td><td>-</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Форма підсумкового контролю: змішана: очна, дистанційна (усний залік, письмове тестування)</td><td colspan="2">Самостійна робота:</td></tr>
<tr><td>60</td><td>102</td></tr>
</table>

1. МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення дисципліни «Загальна теорія спорту для всіх» є: *вивчення загальної теорії і практики національної системи спорту для всіх; удосконалення теоретичних знань та практичних навичок у проведенні масових спортивних заходів; оволодіння основами організації спортивних змагань, методики спортивного тренування.*

Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:

Загальних:

- *здатність до розуміння значення та змісту обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку, основ гігієни праці (ЗК 2);*
- *здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення, використовувати сучасні технології в практичній діяльності, розумно користуватися природними ресурсами (ЗК 7);*
- *здатність забезпечувати в освітньому середовищ і сприятливі умови для кожного здобувача освіти з урахуванням вікових та інших індивідуальних особливостей (ЗК 9).*

Фахових:

- *здатність визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді, здобувачів фахової передвищої освіти з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації та соціальних потреб (ФК 4);*
- *здатність організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з обраних видів спорту (ФК 6);*
- *здатність організовувати фізичного виховання з урахуванням особливостей Західного регіону України, організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи (ФК 7);*
- *здатність організовувати позакласну роботу з оздоровчих і спортивних видів рухової активності з дітьми та шкільною молоддю (ФК 9).*

3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання дорослого населення» є опанування таких навчальних дисциплін (НД) освітньої програми (ОП):

ОК 5 «Анатомія людини з основами динамічної морфології»;

ОК 8 «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»;

ОК 16 «Вступ до спеціальності»;

ОК 17 «Основи теорії і методики фізичного виховання»;

ОК 18 «Фізкультурно-спортивні споруди та обладнання»;

ОК 19 «Педагогіка фізичного виховання і спорту»;

ОК 24 «Методика навчання гімнастики»

ОК 26 «Методика навчання футболу»;

ОК 32 «Основи фіз. вих. з урахуванням особливостей західного регіону».

4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Відповідно до ОП, вивчення навчальної дисципліни «Загальна теорія спорту для всіх» повинно забезпечити досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних результатів навчання (ПРН):

Програмні результати навчання	Шифр ПРН
здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом	*ПРН 2*
здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення	*ПРН 5*
здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної	*ПРН 7*
здатність здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення	*ПРН 9*
здатність визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять	*ПРН 11*
здатність організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань	*ПРН 14*
здатність визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення	*ПРН 15*

Очікувані результати навчання, які повинні бути досягнуті здобувачами освіти після опанування навчальної дисципліни «Загальна теорія спорту для всіх»:

Очікувані результати навчання	Шифр ПРН
бути здатним до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом	*РН 2*
вміти визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення	*РН 5*
здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної	*РН 7*
здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення	*РН 9*
визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять	*РН 11*
вміти організовувати оздоровче-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань	*РН 14*
визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення	*РН 15*

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання з навчальної дисципліни є:

- виконання письмових завдань;
- виступи на семінарських заняттях;
- виконання тестових завдань;
- підсумковий заліковий контроль.

Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю: **виконання письмових завдань, виступи на практичних (семінарських) заняттях.**

Форма модульного контролю: **письмове тестування**

Форма підсумкового семестрового контролю: **залік.**

Перевірка та оцінювання знань, умінь і практичних навичок студентів здійснюються за 100-бальною, ECTS та національною шкалами (табл.5.1).

Таблиця 5.1. **Загальна шкала оцінювання: рейтингова, національна та ECTS**

СУМА БАЛІВ за 100-бальною шкалою	ОЦІНКА ECTS	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	**залік**
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	не задовільно (не зараховано) з можливістю повторного складання	
1-34	F	не задовільно (не зараховано) з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

Загальна оцінка за один змістовий модуль складається з оцінок за результатами поточного модульного контролю та письмового тестування (табл. 5.2, 5.3).

Таблиця 5.2. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти денної форми навчання (модуль 1)

Поточне оцінювання та самостійна робота								**Модульна контрольна робота**	**Сума**
Т1	**Т2**	**Т3**	**Т4**	**Т5**	**Т6**	**Т7**	**Т8**	**60**	**100**
5	5	5	5	5	5	5	5		

Таблиця 5.3. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти денної форми навчання (модуль 2)

Поточне оцінювання та самостійна робота								**Модульна контрольна робота**	**Сума**
Т9	**Т10**	**Т11**	**Т12**	**Т13**	**Т14**	**Т15**	**Т16**	**60**	**100**
5	5	5	5	5	5	5	5		

Критерії модульного поточного оцінювання для денної форми навчання

Модульне поточне оцінювання проводиться під час практичних (семінарських) занять. Оцінка складається з оцінок за виступи на семінарських заняттях (1-5 балів за кожен виступ), оцінок за участь в обговоренні виступів та презентаційних матеріалів (1-5 балів за обговорення виступу). Максимальна оцінка за виступи та обговорення не може перевищувати 40 балів. Максимальна оцінка за модульне поточне оцінювання – 40 балів (табл.5.4).

Таблиця 5.4. Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни для денної форми навчання

Вид діяльності здобувача вищої освіти	**Модуль 1, 2**	
	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Виступи на семінарських (практичних) заняттях	1-5	40
Тестування	6	60
Разом		**100**

Критерії оцінювання модульного контрольного тестування для денної форми навчання

Оцінювання модульного контрольного тестування проводиться за 60 бальної шкалою з використанням тестових завдань. Пропонується 20 варіантів тестів по 10 питань в кожному варіанті. Всього 200 тестових завдань На кожне питання дається 4 варіанти відповідей, всього 800 варіантів відповідей. Правильними можуть бути від одного до 4 відповідей. Вибрані всі правильні відповіді на одне питання оцінюються в 6 балів. Таким чином максимальна оцінка студента за модульне контрольне тестування - 60 балів. До цієї оцінки додається оцінка за модульне поточне оцінювання від 0 до 40 балів

Критерії поточного оцінювання для заочної форми навчання

Поточне оцінювання проводиться під час практичних (семінарських) занять. Оцінка складається з оцінок за виступи з визначених викладачем тем навчального курсу (1-10 балів за кожен виступ), а також оцінок за участь в обговоренні виступів та презентаційних матеріалів (1-10 балів за обговорення виступу). Максимальна оцінка за виступи та обговорення не може перевищувати 40 балів. До цієї оцінки додається оцінка за виконання письмового завдання (1-60 балів). Максимальна оцінка за поточне оцінювання – 100 балів. (табл.5.5).

Таблиця 5.5. Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни для заочної форми навчання

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Оцінка в балах	
	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Виступи на семінарських (практичних) заняттях	1-10	40
Виконання письмового завдання	1-60	60
Разом		**100**

Критерії оцінювання підсумкового контролю для денної та заочної форми навчання

Залік є підсумковим контролем. Залік проводитися у формі усних відповідей на 3 питання та відповідей на допоміжні питання. При цьому необхідно керуватися критеріями оцінювання.

Критерії оцінювання усних відповідей:

Оцінку **«зараховано» (90-100 балів, А)** заслуговує студент, який:

- всебічно, систематично і глибоко володіє навчально-програмовим матеріалом;
- вміє самостійно виконувати завдання, передбачені програмою, використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях;
- засвоїв основну і ознайомлений з додатковою літературою, яка рекомендована програмою;
- засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни та усвідомлює їх значення для професії, яку він набуває;
- вільно висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особистісну позицію;
- самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, виявив творчі здібності і використовує їх при вивченні навчально-програмового матеріалу, проявив нахил до наукової роботи.

Оцінку **«зараховано» (82-89 балів, В)** – заслуговує студент, який:

- повністю опанував і вільно (самостійно) володіє навчально-програмовим матеріалом, в тому числі застосовує його на практиці, має системні знання в достатньому обсязі

відповідно до навчально-програмового матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях;

- має здатність до самостійного пошуку інформації, а також до аналізу, постановки і розв'язування проблем професійного спрямування;

- під час відповіді допустив деякі неточності, які самостійно виправляє, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу;

Оцінку **«зараховано» (74-81 бал, C)** заслуговує студент, який:

- в загальному роботу виконав, але відповідає на екзамені з певною кількістю помилок;
- вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати на практиці, контролювати власну діяльність;
- опанував навчально-програмовий матеріал, успішно виконав завдання, передбачені програмою, засвоїв основну літературу, яка рекомендована програмою;

Оцінку **«зараховано» (64-73 бали, D)** – заслуговує студент, який:

- знає основний навчально-програмовий матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії;
- виконує завдання непогано, але зі значною кількістю помилок;
- ознайомлений з основною літературою, яка рекомендована програмою;
- допускає на заняттях, чи екзамені помилки при виконанні завдань, але під керівництвом викладача знаходить шляхи їх усунення.

Оцінку **«зараховано» (60-63 бали, E)** – заслуговує студент, який:

- володіє основним навчально-програмовим матеріалом в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, а виконання завдань задовольняє мінімальні критерії. Знання мають репродуктивний характер.

Оцінка **«не зараховано» (35-59 балів, FX) –** виставляється студенту, який:

виявив суттєві прогалини в знаннях основного програмового матеріалу, допустив принципові помилки у виконанні передбачених програмою завдань.

Оцінку **«не зараховано» (35 балів, F)** – виставляється студенту, який:

- володіє навчальним матеріалом тільки на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів або не володіє зовсім;
- допускає грубі помилки при виконанні завдань, передбачених програмою;
- не може продовжувати навчання і не готовий до професійної діяльності після закінчення університету без повторного вивчення даної дисципліни.

При виставленні оцінки враховуються результати навчальної роботи студента протягом семестру.

6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

6.1. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Лекційний курс

Тема 1. Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту
Тема 2. Історія формування спортивного руху «спорт для всіх»
Тема 3. Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні
Тема 4. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх
Тема 5. Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища
Тема 6. Функції системи спорту для всіх
Тема 7. Принципи державного управління спортом для всіх в Україні
Тема 8. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх»

Практичний курс

Тема 1. Історія, теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту
Тема 2. Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту
Тема 3. Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні
Тема 4. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх; Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища
Тема 5. Функції системи спорту для всіх; Принципи державного управління спортом для всіх в Україні
Тема 6. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх»
Тема 7. Модульний контроль 1

Змістовий модуль 2.

Лекційний курс

Тема 9. Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх»
Тема 10. Кадрове забезпечення системи управління спортом для всіх

Тема 11. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання
Тема 12. Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор
Тема 13. Спортивно-технічні і прикладні види спорту
Тема 14. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку
Тема 15. Організація і проведення спортивних змагань
Тема 16. Показові виступи у процесі змагань

Практичний курс

Тема 8. Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх». Кадрове забезпечення системи управління
Тема 9. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання
Тема 10. Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор
Тема 11. Спортивно-технічні і прикладні види спорту
Тема 12. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку
Тема 13. Організація і проведення спортивних змагань. Показові виступи у процесі змагань
Тема 14. Модульний контроль 2

6.2. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Лекційний курс												
Тема 1. Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту	4	2				2	2					2
Тема 2. Історія формування спортивного руху «спорт для всіх»	4	2				2	2					2
Тема 3. Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні	4	2				2	2					2
Тема 4. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх	4	2				2	4	2				2
Тема 5. Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища	4	2				2	2					2
Тема 6. Функції системи спорту для всіх	4	2				2	2					2
Тема 7. Принципи державного управління спортом для всіх в Україні	4	2				2	2					2
Тема 8. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх»	4	2				2	4	2				2
Практичний курс												
Тема 1. Історія, теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту	4		2			2	6					6
Тема 2. Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту	4		2			2	6					6
Тема 3. Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні	4		2			2	6					6
Тема 4. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх; Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища	4		2			2	8		2			6
Тема 5. Функції системи спорту для	4		2			2	6					6

всіх; Принципи державного управління спортом для всіх в Україні												
Тема 6. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх»	4		2			2	8		2			6
Тема 7. Модульний контроль 1	4		2			2						
Змістовий модуль 2. Лекційний курс												
Тема 9. Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх»	4	2				2	4	2				2
Тема 10. Кадрове забезпечення системи управління спортом для всіх	4	2				2	2					2
Тема 11. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання	4	2				2	2					2
Тема 12. Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор	4	2				2	2					2
Тема 13. Спортивно-технічні і прикладні види спорту	4	2				2	4	2				2
Тема 14. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку	4	2				2	4	2				2
Тема 15. Організація і проведення спортивних змагань та показових виступів	4	2				2	2					2
Тема 16. Залік	4	2				2	2					2
Практичний курс												
Тема 8. Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх». Кадрове забезпечення системи управління	4		2			2	8		2			6
Тема 9. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання	4		2			2	8		2			6
Тема 10. Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор	4		2			2	6					6
Тема 11. Спортивно-технічні і прикладні види спорту	4		2			2	6					6
Тема 12. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку	4		2			2	4					4
Тема 13. Організація і проведення спортивних змагань. Показові виступи у процесі змагань	4		2			2	4					4
Тема 14. Модульний контроль 2	4		2			2						2
Усього годин	**120**	**32**	**28**			**60**	**120**	**10**	**8**			**102**

6.3. Теми практичних (семінарських) занять

Назва теми	Форма навчання	
	денна	заочна
Змістовий модуль 1		
Тема 1. Історія, теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту	2	
Тема 2. Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту	2	
Тема 3. Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і	2	

спорту в Україні		
Тема 4. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх; Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища	2	
Тема 5. Функції системи спорту для всіх; Принципи державного управління спортом для всіх в Україні	2	
Тема 6. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх»	2	
Тема 7. Модульний контроль 1	2	
Всього за М-1	**14**	
Змістовий модуль 2		
Тема 8. Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх». Кадрове забезпечення системи управління	2	
Тема 9. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання	2	2
Тема 10. Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор	2	
Тема 11. Спортивно-технічні і прикладні види спорту	2	
Тема 12. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку	2	
Тема 13. Організація і проведення спортивних змагань. Показові виступи у процесі змагань	2	
Тема 14: Модульний контроль 2	2	
Всього за М-2	**14**	2
Разом	**28**	**2**

6.4. Самостійна робота

Назва теми	Форма навчання	
	денна	заочна
Змістовий модуль 1.		
Тема 1. Теорія і практика спорту для всіх в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту	2	4
Тема 2. Історія формування спортивного руху «спорт для всіх»	4	4
Тема 3. Спорт для всіх в національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні	4	4
Тема 4. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх	4	4
Тема 5. Зміст та форми організації спорту для всіх як соціального явища	4	6
Тема 6. Функції системи спорту для всіх	4	8
Тема 7. Принципи державного управління спортом для всіх в Україні	4	8
Тема 8. Завдання, структура і форми роботи центрів фізичного здоров'я населення «спорт для всіх»	4	8
Усього годин за 1 модуль	**30**	
Змістовий модуль 2.		
Тема 9. Діяльність центрів здоров'я «спорт для всіх»	2	3
Тема 10. Кадрове забезпечення системи управління спортом для всіх	4	3
Тема 11. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання	4	8
Тема 12. Види спорту, що не входять до програми олімпійських ігор	4	8
Тема 13. Спортивно-технічні і прикладні види спорту	4	8
Тема 14. Види спорту для осіб з вадами слуху, зору, опорно-рухового апарату, розумового розвитку	4	8
Тема 15. Організація і проведення спортивних змагань	4	8
Тема 16. Показові виступи у процесі змагань	4	8
Усього годин за 2 модуль	**30**	
Разом	**60**	100

7. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Пояснювально-ілюстративний метод. Це основний словесно-наочний метод навчання, який поєднує пояснення викладача з демонстрацією наочних матеріалів або прикладів фізичних вправ, спрямований на формування знань, умінь та навичок студентів. Студенти здобувають знання, слухаючи лекцію за визначеною темою у вигляді розповіді та демонстрації наочних об'єктів і інтерактивних технологій навчання. Сприймаючи й осмислюючи факти, оцінки, висновки, вони залишаються в межах репродуктивного (відтворювального) мислення час від часу відповідаючи на запитання викладача.

Репродуктивний метод. Застосування вивченого матеріалу на основі зразка, моделі діяльності або загально прийнятих підходів під час семінарських (практичних занять). Діяльність тих, кого навчають, є алгоритмічною, тобто відповідає інструкціям, розпорядженням, правилам - в аналогічних до представленого зразка ситуаціях. Репродуктивний метод навчання – це метод, який забезпечує засвоєння основ і формування практичних умінь, на базі яких можливий подальший розвиток творчості та професійного мислення студентів.

Метод фізичної вправи. Використовується з метою розвитку фізичних якостей та формування рухових умінь і навичок. Передбачає використання методів суворо-регламентованої вправи, стандартно-повторної та перемінної вправи, ігрові та змагальні методи. Сутність методу полягає у свідомому, багаторазовому повторенні фізичних дій з метою досягнення певного педагогічного ефекту – розвитку сили, витривалості, швидкості, гнучкості, координації, вдосконалення техніки рухів тощо. Цей метод є основним засобом реалізації змісту професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, оскільки через нього забезпечується практичне засвоєння рухового досвіду, формування педагогічних і методичних умінь.

Метод проблемного викладення. Використовуючи доцільні джерела й засоби під час лекційних і практичних занять, педагог, перш ніж викладати матеріал, ставить проблему, формулює пізнавальне завдання, а потім, наводить систему доведень, порівнюючи погляди, різні підходи, показує спосіб розв'язання поставленого завдання. Студенти стають ніби співучасниками наукового пошуку. Це сучасний дидактичний метод, який полягає у створенні викладачем проблемної ситуації та показі шляхів її вирішення у процесі навчання, що стимулює активне, творче мислення студентів і формує вміння застосовувати знання у практичній діяльності.

Пошуковий, або евристичний метод. Використовується в тій чи іншій мірі у всіх формах навчальних занять та під час індивідуальної чи самостійної роботи студента. Його сутність – в організації активного пошуку розв'язання висунутих педагогом (чи самостійно сформульованих) пізнавальних завдань, в визначених випадках під керівництвом педагога, або на основі наведених прикладів і вказівок. Процес мислення набуває продуктивного характеру, але його поетапно скеровує й контролює педагог або самі студенти на основі роботи над навчально-методичною літературою. Пошуковий (евристичний) метод у освітньому процесі студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» – це метод навчання, який передбачає пізнавальну діяльність студентів, спрямовану на самостійне відкриття нових знань, способів дій або закономірностей під керівництвом викладача. Він є проміжною ланкою між проблемним викладенням і дослідницьким методом.

8. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА (у разі потреби)

Обладнання: **мультимедійне обладнання;**
Програмне забезпечення: **робоча програма; електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до практичних (семінарських) занять та самостійної роботи.**

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія і практика / М. В. Дутчак. К.: Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
2. Товт В. А. Теорія і практика національної системи спорту для всіх / Навчальний посібник / Укладачі: В. А. Товт, В. Я. Сусла. – Ужгород: ПП «Данило С.І.».2017. – 128 с.
3. Основи теорії спорту для всіх. Метод. посібник / Товт В.А., Ляховець Л. О., Ляховець-Булеца К. М., Степчук Н. В.. – Ужгород: "Говерла", 2014. 108 с.
4. Товт В.А. Загальна теорія спорту для всіх. Метод. розробка для самостійної робити студенів/ В.А.Товт, Е.М. Сивохоп. – Ужгород: "Говерла", 2014. 48 с.

Допоміжна

1. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту // Указ Президента України від 28 вересня 2004 року №1148/2004. – 81 с.
2. Розпорядження Кабінету Міністрів України Про схвалення Концепції державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2030 року : Розпорядження від 30.05.2025 № 525-р. – Київ, 2025. Режим доступу: офіційний сайт КМУ (дата звернення: 13.11.2025).
3. Наказ Міністерства молоді та спорту України Про затвердження Положення про Центр фізичного виховання та спорту учнів і студентів : Наказ ММС від 13.03.2025 № 1504. – (Електронний ресурс). Режим доступу: сайт Міністерства (дата звернення: 13.11.2025).
4. Про затвердження Положення про центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» : Наказ Мінмолодьспорту (попередні редакції – 2014/2003; Режим доступу: офіційна база «Законодавство України» (дата звернення: 13.11.2025).
5. Дубів А., Чеховська Л. Діяльність Львівського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» у сучасних умовах // *Молода спортивна наука України* (збірник). – Львів, 2023. – С. 139–144. https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/msnu/article/view/1560
6. Жданова О., Дубів А., Чеховська Л. «Спорт для всіх» у міжнародному контексті // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали XIV Міжнар. наук.-практ. конф. (10–11 трав. 2024 р., м. Львів) / за заг. ред. Л. Чеховської. – Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2024. — С. 213–216. – Режим доступу: https://www.ldufk.edu.ua/viddily/biblioteka/usi-praczi-praczivnykiv-ldufk/avtory-ch/
7. Кравченко О. В. Роль зовнішніх комунікацій в діяльності центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» : кваліфікаційна робота / О. В. Кравченко. https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/diss_kravchenko_o.v.pdf

8. Мицкан Т. С. Біосоціальні цінності і функції фізичної культури (аспекти «спорт для всіх») // Rehabilitation and Recreation Research Journal. – 2023. С. 90-103. https://www.rehabrec.org/index.php/rehabilitation/article/view/388
9. Приступа Є, Чеховська Л, Турка Р. Система підготовки спортивно-масових заходів у спорті для всіх. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2017. 2(28). С. 69-77.
10. Суботенко О. С. Стратегії зовнішніх комунікацій обласних центрів «Спорт для всіх» // Матеріали наукових збірників НУФВСУ / репозитарій. – 2023. С. 22–34. https://reposit.uni-sport.edu.ua/bitstreams/e17ff6d6-f7e8-44ec-853f-1c33a0d1cccf/download. reposit.uni-sport.edu.ua

Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

1. Електронні варіанти навчальних посібників: https://dspace.uzhnu.edu.ua/ ;
2. Наукові і методичні видання кафедри фізичного виховання: https://dspace.uzhnu.edu.ua/communities/5be7c74c-cfe4-4c6a-8833-2c52b3b708b1/subcoms-cols