

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**Державний торговельно-економічний університет**

**Факультет технологій та бізнесу**

## **ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПАКЕТ**

**Європейська кредитно-трансферна система (ЄКТС)**

<b>Галузь знань</b>	<b>A Освіта</b>
<b>Спеціальність</b>	<b>A7 Фізична культура і спорт</b>
<b>Освітня програма</b>	<b>Фізична культура і спорт</b>
<b>Освітній ступінь</b>	<b>Бакалавр</b>

<b>Декан факультету</b>	<b>Ведмідь Н.І.</b>
<b>Завідувач випускової кафедри</b>	<b>Гамов В.Г.</b>
<b>Керівник групи забезпечення</b>	<b>Колумбет О.М.</b>
<b>Гарант освітньої програми</b>	<b>Колумбет О.М.</b>

**Київ 2025**

### 3. Освітня програма

Керівник проєктної групи (гарант освітньої програми) – Колумбет Олександр Миколайович, професор, доктор педагогічних наук.

#### 3.1. Профіль освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» зі спеціальності А7 «Фізична культура і спорт»

<b>1- ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ</b>	
<b>Повна назва ЗВО та структурного підрозділу</b>	Державний торговельно-економічний університет Факультет технологій та бізнесу Кафедра фізичної культури, спорту та реабілітації
<b>Рівень вищої освіти та назва кваліфікації мовою оригіналу</b>	Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти Кваліфікація – Бакалавр фізичної культури і спорту
<b>Галузь знань</b>	А Освіта
<b>Спеціальність</b>	А7 Фізична культура і спорт
<b>Назва освітньої програми</b>	Фізична культура і спорт
<b>Обмеження щодо форм навчання</b>	Обмеження відсутні
<b>Відповідність стандарту вищої освіти МОН України</b>	Відповідає стандарту вищої освіти МОН України (наказ № 567 від 24.04.2019 р.)
<b>Тип диплома та обсяг освітньої програми</b>	Диплом бакалавра, одиничний. Обсяг освітньо-професійної програми – 240 кредитів ЄКТС. Нормативний строк підготовки 3 роки 10 місяців
<b>Наявність акредитації</b>	-
<b>Цикл, рівень вищої освіти</b>	НРК України – 6 рівень, FQ-EHEA – перший цикл, EQF-LLL-6 рівень
<b>Передумови вступу на освітню програму</b>	Наявність повної загальної середньої освіти
<b>Мова(и) викладання</b>	Українська
<b>Термін дії освітньої програми</b>	До затвердження нової редакції освітньо-професійної програми
<b>Інтернет-адреса постійного розміщення опису освітньої програми</b>	<a href="https://knute.edu.ua/">https://knute.edu.ua/</a>
<b>2-МЕТА ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ</b>	
Підготовка фахівців у галузі фізичної культури і спорту, які володіють теоретичними знаннями та практичними навичками здійснення фізкультурно-оздоровчої й навчально-тренувальної діяльності та є здатними до професійної діяльності й подальшого навчання.	
<b>3-ХАРАКТЕРИСТИКА ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ</b>	
<b>Предметна область</b>	
<b>Об'єкти вивчення та діяльності:</b> сфера фізичної культури і спорту	
<b>Цілі навчання:</b> підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані	

завдання та практичні проблеми, що характеризується комплексністю та невизначеністю умов, під час професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання.

**Теоретичний зміст предметної області:** парадигми, концепції, теорії фізичної культури і спорту; соціально-гуманітарні науки; педагогіка і психологія; основи анатомії, фізіології, біохімії, гігієни, спортивної медицини; загальна теорія здоров'я, здорового способу життя.

**Методи, методики та технології:** загальнонаукові методи пізнання та дослідницької діяльності; спостереження, опитування, тестування та вимірювання у фізичній культурі і спорті; словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів; надання долікарської допомоги; інформаційно-комунікаційні технології.

**Інструменти та обладнання:** сучасне інформаційно-комунікативне обладнання; спеціалізоване програмне забезпечення; фізкультурно-спортивне спорядження та обладнання.

### *Орієнтація освітньої програми*

Освітньо-професійна, прикладна.

### *Основний фокус освітньої програми*

Підготовка фахівців до організації фізкультурно-оздоровчої та навчально-тренувальної діяльності з практичною орієнтацією та урахуванням особливостей функціонування сфери фізичної культури і спорту.

**Ключові слова:** фізична культура, спорт, фізкультурно-оздоровча діяльність, навчально-тренувальний процес, фітнес-тренування, олімпійський спорт, адаптивний спорт.

### *Особливості програми*

Освітньо-професійна програма поєднує сучасні освітні підходи з теоретичною та практичною підготовкою у сфері фізичної культури і спорту з урахуванням профілю університету. Програма орієнтована на ґрунтовну практичну підготовку здобувачів вищої освіти, що забезпечується через систему практик, тісну взаємодію зі стейкхолдерами та залучення фахівців-практиків до освітнього процесу.

Особливістю програми є інтеграція фізкультурно-оздоровчої та навчально-тренувальної підготовки з базовими знаннями щодо організації діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Програма передбачає можливість формування індивідуальної освітньої траєкторії, поглиблене вивчення іноземних мов за професійним спрямуванням, навчання за дуальною формою освіти та участь здобувачів у програмах міжнародної академічної мобільності.

## **4-ПРИДАТНІСТЬ ВИПУСКНИКІВ ДО ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ ТА ПОДАЛЬШОГО НАВЧАННЯ**

### *Придатність до працевлаштування*

Випускники спроможні обіймати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність ступеня бакалавра, у суб'єктах господарювання, які здійснюють такі види економічної діяльності (за КВЕД ДК 009:2010) та Довіднику кваліфікаційних характеристик професій працівників сфери фізичної культури і спорт (Випуск 85. Спортивна діяльність») професійну роботу і може

займати відповідну первинну посаду:

- 3475 – інструктор-методист тренажерного комплексу (залу);
- 3475 – тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи і т. ін.);
- 3475 – інструктор-методист спортивної школи;
- 3475 – інструктор-методист з фізичної культури і спорту;
- 3475 – інструктор-методист спортивної школи;
- 3475 – спортсмен-інструктор;
- 3475 – тренер-викладач з виду спорту (секції, спортивної школи тощо);
- 3475 – тренер-методист;
- 3475 – фітнес-тренер;

### *Подальше навчання*

Мають право продовжити навчання на другому (магістерському) рівні вищої освіти. Набуття додаткових кваліфікацій у системі післядипломної освіти.

## **5-ВИКЛАДАННЯ ТА ОЦІНЮВАННЯ**

### *Викладання та навчання*

Освітній процес здійснюється на засадах академічної доброчесності та ґрунтується на студентоцентризмі, проблемно-орієнтованому та компетентісному навчання, комунікативних та міждисциплінарних підходах. Викладання здійснюється на основі партнерства науково-педагогічних працівників і студентів, самоосвіти, інтеграції навчальної та наукової діяльності, професійної спрямованості. Проведення лекційних, практичних занять, тренінгів; організація майстер-класів, круглих столів, наукових конференцій та семінарів; залучення студентів до участі у конкурсах, олімпіадах та науково-дослідних заходах; залучення кваліфікованих фахівців-практиків до проведення навчальних занять.

### *Оцінювання*

Оцінювання результатів навчання студентів здійснюється відповідно до «Положення про оцінювання результатів навчання студентів та аспірантів у ДТЕУ» та передбачає проведення таких контрольних заходів: поточний та підсумковий контроль, атестація.

Поточний контроль проводиться на практичному/лабораторному занятті та за результатами виконання завдань самостійної роботи. Передбачає оцінювання теоретичної підготовки студентів під час роботи на семінарських заняттях та набутих практичних навичок під час виконання завдань лабораторних/практичних робіт.

Підсумковий контроль – контрольні заходи, що передбачають встановлення відповідності (вимірювання, оцінювання) здобутих особою результатів навчання вимогам освітньої програми у частині відповідного освітнього компонента, що здійснюється в університеті у формі заліку та екзамену.

Результати навчання студентів у ДТЕУ оцінюються за 100-баловою шкалою, де: 60-100 балів – результати навчання, що дають студенту право здобути кредити ЄКТС; 0-59 балів – незадовільні результати навчання, що не дають студенту право здобути кредити ЄКТС.

## **6-ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ**

### *Інтегральна компетентність*

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

### ***Загальні компетентності***

1	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
2	Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
3	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати 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.
4	Здатність працювати в команді.
5	Здатність планувати та управляти часом.
6	Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
7	Здатність спілкуватися іноземною мовою.
8	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
9	Навички міжособистісної взаємодії.
10	Здатність бути критичним і самокритичним.
11	Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
13	Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.

### ***Спеціальні (фахові, предметні) компетентності***

1	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
2	Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.
3	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
4	Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.
5	Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.
6	Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.
7	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
8	Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.
9	Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
10	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у

	сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.
11	Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
12	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
13	Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.
14	Здатність до безперервного професійного розвитку.
15	<i>Здатність аналізувати результати діяльності спортивних організацій.</i>
<b>7-ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ</b>	
1	Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.
2	Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.
3	Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.
4	Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
5	Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
6	Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці.
7	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
8	Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.
9	Демонструвати 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.
10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
11	Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.
12	Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.
13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів

	занять фізичною культурою і спортом.
15	Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
16	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
17	Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
18	Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.
19	Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.
20	Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.
21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
22	Знати основи запобігання корупції, суспільної та академічної доброчесності на рівні, необхідному для формування нетерпимості до корупції та проявів недоброчесної поведінки серед здобувачів освіти та вміти застосовувати їх в професійній діяльності.
23	<i>Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег, виявляти навички пошуку, збирання та аналізу інформації з метою підвищення ефективності фізкультурно-спортивної діяльності.</i>

## **8- РЕСУРСНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ**

### ***Кадрове забезпечення***

Повністю відповідає Ліцензійним вимогам провадження освітньої діяльності. Реалізацію освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» здійснюють науково-педагогічні працівники з науковим ступенем та/або вченим званням, які відповідають вимогам чинного законодавства України, мають достатній рівень наукової і професійної кваліфікації. До освітнього процесу також залучаються фахівці-практики і представник професійних об'єднань та іноземні партнери. Всі науково-педагогічні працівники кожні п'ять років проходять стажування / підвищення кваліфікації.

### ***Матеріально-технічне забезпечення***

Повністю відповідає Ліцензійним вимогам провадження освітньої діяльності. Для зручності здобувачів вищої освіти функціонують корпоративна система дистанційного навчання та автоматизована система управління освітнім процесом «МІА: Освіта». В університеті обладнані сучасні комп'ютерні класи зі спеціалізованим програмним забезпеченням, функціонує Навчально-науковий центр бізнес-симуляції та працює Smart-бібліотека. Створенні всі умови для навчання осіб з інвалідністю. Наявна соціально-побутова інфраструктура ДТЕУ. Спортивна інфраструктура відповідає вимогам, що передбачені Ліцензійними умовами провадження освітньої діяльності. До послуг здобувачів понад 19 спортивних споруд до яких входять: футбольне поле із штучним покриттям,

чотири манежи для ігрових, легкоатлетичних та силових видів спорту, чотири тенісних корти, п'ять спортивних залів площею 162 м<sup>2</sup>, два тренажерні зали, два зали для фітнесу, два зали для аеробіки, басейн, зал боротьби та боксу й інші спортивні та ігрові майданчики.

### ***Інформаційне та навчально-методичне забезпечення***

Для кожної освітньої програми в університеті розробляється Інформаційний пакет ЄКТС.

Кожен здобувач через особистий кабінет АСУ «МІА: Освіта» може переглянути та сформулювати власний індивідуальний план, переглянути навчальний план, здобути бали за дисциплінами, розклад занять та комунікувати з учасниками освітнього процесу.

Програми, робочі програми, силабуси дисциплін та критерії оцінювання за освітніми компонентами розміщені на корпоративній платформі дистанційного навчання.

В електронному репозитарію університету розміщено повнотекстовий доступ до наукової та навчальної літератури ДТЕУ, рукописи кваліфікаційних робіт та дисертацій на здобуття наукових ступенів.

Для зручності здобувачів вищої освіти в університеті розроблений Каталог навчальних дисциплін, відповідно якого здобувачі мають право обирати вибірккові освітні компоненти.

### **9-АКАДЕМІЧНА МОБІЛЬНІСТЬ**

#### ***Національна кредитна мобільність***

Національна кредитна мобільність здійснюється в межах укладених меморандумів про співпрацю між ДТЕУ та іншими закладами вищої освіти (наукових установах) України відповідно до законодавства.

#### ***Міжнародна кредитна мобільність***

Університетом укладені договори про співробітництво між ДТЕУ та іноземними закладами вищої освіти, в рамках яких здійснюється партнерський обмін та навчання студентів за Міжнародними програмами і проектами в рамках програми Еразмус+.

#### ***Навчання іноземних здобувачів вищої освіти***

Здійснюється відповідно до вимог чинного законодавства.

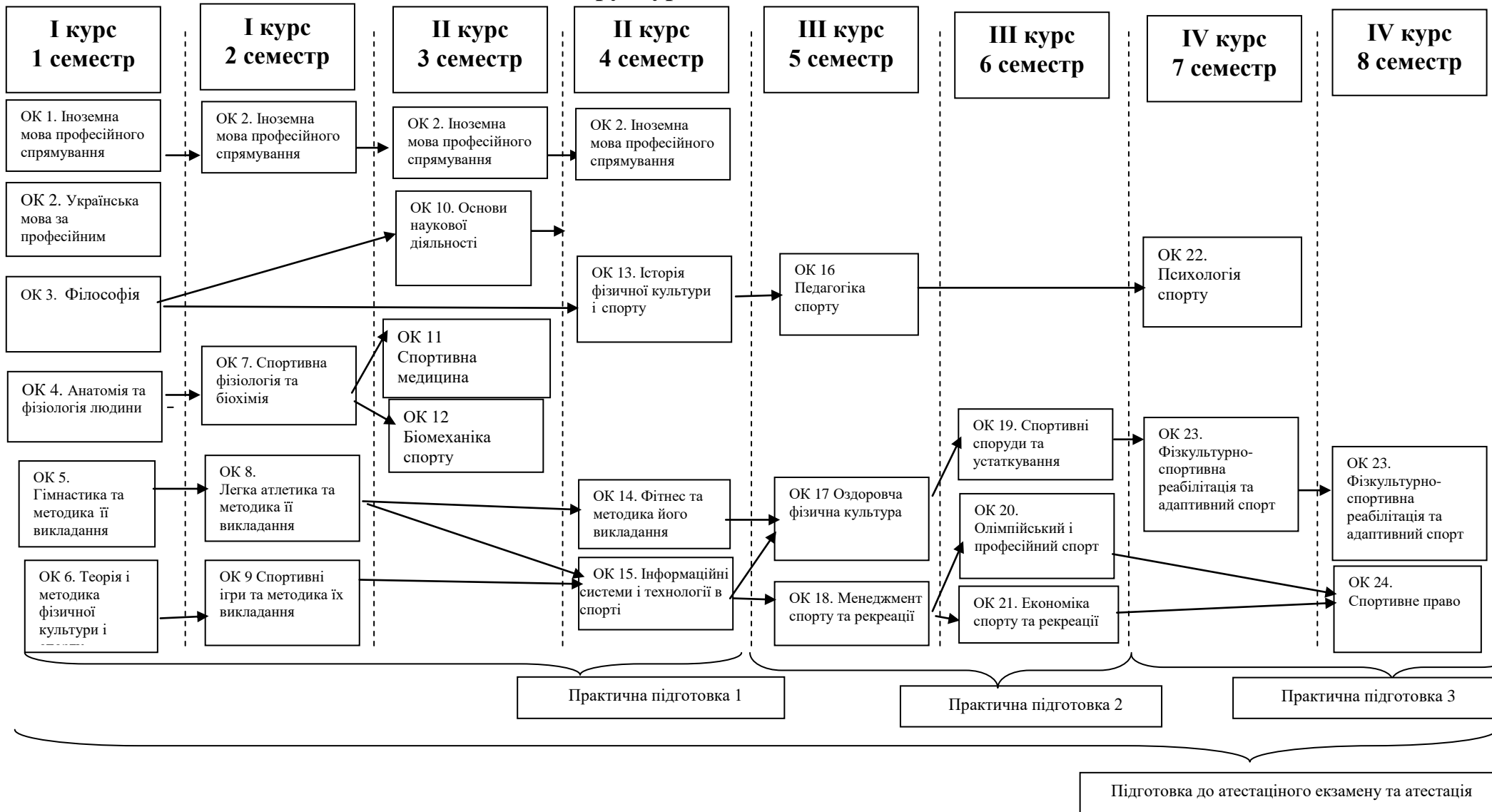
## 3.2. ПЕРЕЛІК КОМПОНЕНТ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ ТА ЇХ ЛОГІЧНА ПОСЛІДОВНІСТЬ

### 3.2.1. Перелік компонент ОП

Код	Освітні компоненти програми	Кредити ЄКТС	Форма контролю
<b>Обов'язкові компоненти</b>			
ОК 1	Іноземна мова за професійним спрямуванням	21	Залік/екзамен
ОК 2	Українська мова за професійним спрямуванням	3	Екзамен
ОК 3	Філософія	6	Екзамен
ОК 4	Анатомія та фізіологія людини	6	Екзамен
ОК 5	Гімнастика та методика її викладання	6	Екзамен
ОК 6	Теорія і методика фізичної культури і спорту	6	Екзамен
ОК 7	Спортивна фізіологія та біохімія	6	Екзамен
ОК 8	Легка атлетика та методика її викладання	6	Екзамен
ОК 9	Спортивні ігри та методика їх викладання	6	Екзамен
ОК 10	Основи наукової діяльності	6	Екзамен
ОК 11	Спортивна медицина	6	Екзамен
ОК 12	Біомеханіка спорту	6	Екзамен
ОК 13	Історія фізичної культури і спорту	6	Екзамен
ОК 14	Фітнес та методика його викладання	6	Екзамен
ОК 15	Інформаційні системи і технології в спорті	6	Екзамен
ОК 16	Педагогіка спорту	6	Екзамен
ОК 17	Оздоровча фізична культура	6	Екзамен
ОК 18	Менеджмент спорту та рекреації	6	Екзамен
ОК 19	Спортивні споруди та устаткування	6	Екзамен
ОК 20	Олімпійський і професійний спорт	6	Екзамен
ОК 21	Економіка спорту та рекреації	6	Екзамен
ОК 22	Психологія спорту	6	Екзамен
ОК 23	Фізкультурно-спортивна реабілітація та адаптивний спорт	9	Екзамен
ОК 24	Спортивне право	6	Екзамен
ПП1	Практична підготовка 1	6	Залік
ПП2	Практична підготовка 2	6	Залік
ПП3	Практична підготовка 3	6	Залік
<b>Загальний обсяг обов'язкових компонент:</b>		<b>177</b>	
<b>Вибіркові компоненти</b>			
<b>Загальний обсяг вибіркового компонент</b>		<b>60</b>	
Підготовка до атестаційного екзамену та атестація		<b>3</b>	Екзамен
<b>ЗАГАЛЬНИЙ ОБСЯГ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ:</b>		<b>240</b>	

Примітка: Здобувачі вищої освіти обирають вибіркові навчальні дисципліни через особистий кабінет порталу «МІА: Освіта». Опис навчальних дисциплін та їх пререквізити представлені в Каталозі навчальних дисциплін ДТЕУ

### 3.2.2. Структурно-логічна схема ОПШ



### **3.3. ФОРМА АТЕСТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Атестація здійснюється у формі атестаційного екзамену. Атестаційний екзамен має оцінити рівень досягнення результатів навчання, визначених стандартом вищої освіти України та освітньо-професійною програмою.

### 3.4. МАТРИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ОBOB'ЯЗКОВИМ КОМПОНЕНТАМ ОПП

Компоненти/Компетентності	OK 1	OK 2	OK 3	OK 4	OK 5	OK 6	OK 7	OK 8	OK 9	OK 10	OK 11	OK 12	OK 13	OK 14	OK 15	OK 16	OK 17	OK 18	OK 19	OK 20	OK 21	OK 22	OK 23	OK 24	ПП1	ПП2	ПП3		
Загальні	1	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	2																				X	X	X	X	X	X	X		
	3	X		X		X					X	X	X	X			X	X		X	X			X					
	4			X		X			X	X					X	X			X			X				X	X	X	
	5		X	X	X	X			X	X	X	X	X			X		X	X		X	X	X			X	X	X	
	6		X	X	X	X	X	X	X	X					X	X				X	X			X	X		X	X	X
	7	X						X							X														
	8		X			X		X	X						X			X				X							
	9			X	X	X	X			X					X	X		X	X		X		X			X	X	X	
	10				X	X			X						X			X	X	X	X	X	X			X	X	X	
	11														X				X			X	X	X		X	X	X	
	12	X	X	X	X	X	X	X	X	X				X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	13		X														X		X	X	X	X			X	X	X	X	
Спеціальні (фахові, предметні)	1			X		X			X	X			X	X	X		X		X	X		X			X	X	X		
	2								X	X				X	X					X						X	X	X	
	3					X			X					X			X		X					X		X			
	4								X					X						X			X	X				X	
	5					X			X					X			X						X	X		X	X	X	
	6			X						X			X						X		X					X	X		
	7				X	X		X	X		X				X										X		X	X	
	8					X			X			X			X												X	X	
	9					X					X																X	X	
	10			X		X			X	X					X	X							X			X	X	X	
	11					X			X						X		X	X					X					X	
	12					X			X	X					X	X				X				X		X	X	X	
	13														X				X	X		X			X	X	X	X	
14	X		X	X	X	X	X		X	X	X	X		X	X	X	X	X		X		X	X		X	X	X		
15																		X			X						X		

### 3.5. МАТРИЦЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ ВІДПОВІДНИМИ ОБОВ'ЯЗКОВИМИ КОМПОНЕНТАМИ ОПП

Компоненти /Програмні результати навчання	ОК 1	ОК 2	ОК 3	ОК 4	ОК 5	ОК 6	ОК 7	ОК 8	ОК 9	ОК 10	ОК 11	ОК 12	ОК 13	ОК 14	ОК 15	ОК 16	ОК 17	ОК 18	ОК 19	ОК 20	ОК 21	ОК 22	ОК 23	ОК 24	ПП1	ПП2	ПП3		
1										X	X		X				X			X	X		X			X	X		
2	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X		X	X			X	X	X	
3		X					X								X		X				X		X				X	X	
4	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	
5	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	
6		X						X		X		X					X												
7					X			X	X					X	X		X								X		X	X	X
8								X	X						X												X	X	
9					X			X						X											X		X	X	X
10					X			X			X	X		X			X							X		X	X	X	
11																								X					
12									X				X					X	X	X							X	X	
13					X			X						X			X								X		X	X	X
14				X	X		X	X				X		X											X		X	X	X
15					X			X						X											X		X	X	X
16					X						X																		
17			X		X			X	X			X		X	X	X	X		X					X		X	X	X	
18					X											X							X						
19																		X	X		X				X		X	X	X
20		X		X	X	X		X	X	X	X			X	X				X	X	X				X	X	X	X	X
21		X			X	X	X	X	X					X	X	X	X		X		X			X		X	X	X	X
22		X			X			X	X	X				X	X		X	X		X	X				X	X	X	X	X
23															X				X			X							

***Розроблено робочою групою у складі:***

1. Мазаракі Анатолій Антонович – ректор ДТЕУ, доктор економічних наук, професор.
2. Ведмідь Надія Іванівна – декан факультету технологій та бізнесу, доктор економічних наук, професор.
3. Гамов В'ячеслав Георгійович - завідувач кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, доцент.
4. Колумбет Олександр Миколайович, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, доктор педагогічних наук, професор, керівник робочої групи, гарант освітньо-професійної програми.
5. Короп Михайло Юрійович – доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, кандидат педагогічних наук.
6. Клименко Ганна Валеріївна – доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, кандидат наук з фізичного виховання і спорту.
7. Паришкура Юлія Володимирівна – доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, кандидат педагогічних наук, доцент.
8. Бобровник Сергій Ілліч – начальник Київського міського відділення (філії) Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України, кандидат педагогічних наук.
9. Василенко Павло – студент групи ФТБ-1-1.

***Рецензії-відгуки зовнішніх стейкхолдерів:***

1. Довбиш Сергій – керівник відокремленого підрозділу Громадської організації «Федерація спорту ветеранів» у Чернігівській обл.
2. Отисько Сергій – заслужений тренер України, заступник директора з навчальної роботи ДЮСШ Миргород.
3. Рибалко Петро доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури СумДПУ ім. А.С.Макаренка

**СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ВИБІРКОВИХ КОМПОНЕНТІВ**

<b>Код</b>	<b>Освітні компоненти</b>	<b>Кредити ЄКТС</b>
ВК1	Активний туризм	6
ВК2	Більярд	6
ВК3	Долікарська медична допомога	6
ВК4	Оздоровчі програми	6
ВК5	Основи персонального тренінгу	6
ВК6	Рухливі ігри	6
ВК7	Спортивна метрологія	6
ВК8	Спортивне харчування	6
ВК9	Фізична культура в закладах освіти	6
ВК10	Фізична реабілітація і масаж	6

## 4. Інформація про освітні компоненти (дисципліни)

### 4.1. ІНОЗЕМНА МОВА ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ

Тип. Обов'язкова

Рік навчання. 2025/2026, 2026/2027.

Семестр. I-IV.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Прима В.В., кандидат філологічних наук, доцент кафедри іноземної філології та перекладу; Магден О.Г., старший викладач кафедри іноземної філології та перекладу; Титаренко А.М., викладач кафедри іноземної філології та перекладу; Галаган В.Я., старший викладач кафедри іноземної філології та перекладу.

**Результати навчання.** У результаті вивчення дисципліни студенти повинні: розуміти інформацію лекцій, бесід, доповідей, презентацій, аудіо та відео матеріалів, дискусій на навчальні та професійні теми; підтримувати розмову чи дискусію іноземною мовою, обґрунтовуючи свою позицію, викладати ідеї та погляди на навчальні та професійні теми; читати і розуміти тексти, пов'язані з навчанням та професійною діяльністю; писати іноземною мовою листи, тексти і документи, пов'язані з навчальною та професійною сферами; знати орфографічні, лексичні, граматичні та стилістичні правила та норми сучасної іноземної мови; розуміти соціокультурні явища та проблеми.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** Рівень володіння іноземною мовою B1.

**Зміст.** Оволодіння термінологією сфери спорту та спортивного менеджменту у межах наступних тем: Роль спорту у житті людини. Види спорту. Спортивні ігри та правила. Історія спорту. Кар'єра у сфері спорту. Видатні спортсмени. Спортивне обладнання та інвентар. Здоровий спосіб життя. Здорове харчування і спортивна дієта. Розробка тренувальних курсів. Спортивні події. Ліги та турніри. Олімпійські ігри. Історія Олімпійських ігор. Паралімпійські ігри. Основи менеджменту. Спортивний менеджмент. Спортивний маркетинг.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Латигіна А.Г. Basic English of Economics: навчальний посібник. К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2020. 456 с.
2. Ляшенко І.В. English for Sports Studies: навчальний посібник. Суми: Сумський державний університет, 2020. 81 с.
3. Строкань Н.О., Коваленко Л.В. Deutsch in Wirtschaft und Außenhandel: навч. посібник. Київ: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2019. 197 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.**

Аудиторна навчальна діяльність (практичні заняття), самостійна навчальна діяльність студентів. Традиційні та інноваційні методи і технології навчання: пояснювально-ілюстративний, проблемно-пошуковий, комунікативний методи; методи інтерактивного навчання (презентація, дискусія, робота в малих групах, проектна методика, кейс-метод, моделювання ситуацій, рольова гра, комп'ютерні технології).

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль (опитування, тестування, контрольні роботи, оцінювання презентацій);
- підсумковий контроль (екзамен).

**Мова навчання.** Англійська, німецька, українська.

### 4.2. УКРАЇНСЬКА МОВА ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ

Тип: Обов'язкова.

Рік навчання: 2025/2026.

Семестр: I

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Тесленко Н.О., доцент, кандидат філологічних наук, доцент кафедри сучасних європейських мов.

**Результати навчання.** Метою викладання дисципліни є сформувати професійну лінгвістичну та комунікативну компетенцію студента – фахівця будь-якої спеціальності, що засвідчує високий рівень його професійних знань, комунікативних умінь, ціннісних орієнтацій, загальної гуманітарної культури, інтегрованих показників культури мовлення, необхідних для майбутньої професійної діяльності, а також розширити та поглибити загальномовну підготовку студентів; сформувати систему знань з української професійної мови, фахової термінології як основи професійної мови та стилістики службових документів; засвоїти науковий стиль як функційний різновид національної літературної мови в межах обраної галузі знань; сформувати вміння та навички з різних видів професійної мовленнєвої діяльності. Завдання навчальної дисципліни: поглибити в студентів знання з усіх розділів мовознавства, набуті в курсі шкільної граматики; виробити в них концептуальне розуміння основних теоретичних засад культури ділового та професійного писемного мовлення; навчити грамотно використовувати лексичні, морфологічні та синтаксичні засоби української мови в діловому (фаховому) мовленні; опанувати фаховою термінологією та вміння її використовувати в різноманітних комунікативних процесах; забезпечити здобуття знань про основи професійного спілкування і його норми та правила, шляхи їх застосування в практичній професійній діяльності; навчити використовувати набуті знання в практиці ділової документації; підвищити рівень орфографічної та пунктуаційної грамотності при створенні наукових фахових текстів, підготовці ділової документації; навчити користуватися словниками в професійному мовленні.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Українська мова».

**Зміст.** Культура усного професійного мовлення. Культура публічного виступу. Науковий стиль української літературної мови. Ділові папери як форма реалізації офіційно-ділового стилю. Класифікація документів. Документи адміністративно-канцелярського підстилю. Службові документи. Лексичні особливості професійного мовлення. Термінологія фаху. Морфологічні особливості професійного мовлення. Синтаксичні параметри професійних текстів.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Культура фахового мовлення. Навчальний посібник / за ред. Н.Д.Бабич. Чернівці: Книги-XXI, 2005. 174 с.
2. Мацько Л.І., Кравець Л.В. Культура фахової мови. Навчальний посібник. Київ: Академія, 2017. 374 с.
3. Мацюк З., Станкевич Н. Українська мова професійного спрямування. Навчальний посібник. Київ: Каравела, 2008. 333 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

### **4.3. ФІЛОСОФІЯ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2025/2026.

**Семестр.** I.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Морозов А.Ю., професор, доктор філософських наук, професор кафедри філософії, соціології та політології.

**Результати навчання.** Формування у майбутніх фахівців філософської культури мислення та пізнання навколишнього світу та самого себе, навичок застосування філософської методології.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Основи психології», «Історія України» рівня повної загальної середньої освіти.

**Зміст.** Філософія як світогляд і наука. Онтологія. Філософське вчення про буття. Діалектика. Філософська теорія розвитку. Філософія людини. Філософія свідомості. Гносеологія. Філософія пізнання. Філософія науки і техніки. Філософія суспільства. Філософія цивілізації. Філософія культури. Філософія історії. Філософія економіки. Філософія політики та права. Філософія моралі. Філософія майбутнього.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Рябініна О.В., Юрченко Л.І. Філософія. Підручник. Харків: Видавництво Іванченка І.С., 2021. 286 с.

2. Морозов А.Ю., Кулагін Ю.І. Філософія. Хрестоматія. Київ: КНТЕУ, 2021. 380 с.

3. Бліхар В.С., Цимбалюк М.М. та інші. Філософія. Підручник. Ужгород: Говерла, 2021. 440 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Поєднання традиційних та інноваційних методів викладання: лекції (оглядові, тематичні, проблемні, дуальні, лекції-дискусії); семінарські заняття (робота в малих групах, семінари-тренінги).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль (опитування, колоквиуми, тестування, захист проєктів); підсумковий контроль (екзамен).

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.4. АНАТОМІЯ ТА ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2025/2026.

**Семестр.** I.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Гайова Л.В., професор, доктор медичних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни є підготовка фахівців, які володіють значним обсягом теоретичних та практичних знань щодо будови і функціональних особливостей організму людини; вивчення особливостей будови тіла спортсмена, а також перебудови, які відбуваються в організмі під час занять спортом; формування теоретичних знань, практичних навичок і вмінь самооцінювання функціонального стану організму людини.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Фізична культура та види спорту».

**Зміст.** Особливості будови клітини. Органоїди: їх будова та функції. Неорганічні речовини клітини та їх характеристика. **Анатомія опорно-рухового апарату людини.**

**Остеологія.** Анатомія та фізіологія опорно-рухового апарату людини. Мієлогія. Морфо-функціональні особливості серцево-судинної системи людини. **Фізіологічні властивості міокарда.** **Основні закони гемодинаміки.** **Анатомія органів дихання людини.** Фізіологія системи дихання. Анатомія системи травлення людини. **Фізіологічні основи травлення.** Фізіологія енергетичного обміну, травлення та терморегуляції. Анатомія сечовидільної системи. Фізіологія системи виділення. Системи регуляції функцій організму: ендокринна та нервова. Анатомія сенсорних систем. Фізіологія сенсорних систем.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Анатомія людини. Підручник: у 3 т./ А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін (та ін.). Вінниця: Нова книга, 2018. 456

2. Волковий В.А., Малоштан Л.М. Анатомія людини. Підручник. Харків: БУРУН і К°, 2010. 336 с.

3. Сидоренко П.І., Бондаренко Г.О., Куц С.О. Анатомія та фізіологія людини. Підручник. К.: Медицина, 2015. 248 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.5. ГІМНАСТИКА ТА МЕТОДИКА ЇЇ ВИКЛАДАННЯ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2025/2026.

**Семестр.** I.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання. Метою викладання навчальної дисципліни є** формування у здобувачів вищої освіти знань, вмінь і навичок, необхідних для використання форм, методів і засобів гімнастики у професійній діяльності. Основними завданнями є: зорієнтувати здобувачів вищої освіти у набутті знань у питаннях з необхідних теоретичних положень загальних основ гімнастичної термінології, класифікації основних термінів і окремих видів гімнастичних вправ, класифікацією видів гімнастики, основами навчання техніки гімнастичних вправ.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Гімнастика як наукова та навчальна дисципліна. Гімнастична термінологія. Класифікація термінів основних засобів гімнастики. Характеристика окремих видів гімнастичних вправ. Основи техніки гімнастичних вправ. Основи навчання гімнастичним вправам. Різновиди пересування. Ходьба, біг і стрибки. Ходьба, біг і стрибки, що швидко чергуються (підскоки). Акробатика. Класифікація видів гімнастики. Хореографія в гімнастиці. Основи спортивного тренування у гімнастиці. Організація і проведення змагань з гімнастики. Урок гімнастики у закладах середньої освіти. Запобігання травматизму у гімнастиці. Фізкультурно-оздоровча та спортивно-масова робота з гімнастики у закладах середньої освіти.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Малинський І.Й., Крупеня С.В., Сергієнко Ю.П., Лаврентьєв О.М. Гімнастика. Навчальний посібник. Ірпінь: Університет ДФС України, 2021. 226 с.
2. Огністий А.В. Засоби гімнастики (стройові та загальнорозвиваючі вправи). Навчальний посібник. Тернопіль: «ТАЙП», 2020. 140 с.
3. Черняков В.В., Желізний М.М. Гімнастика та методика її викладання (курс лекцій з навчальної дисципліни). Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання. Чернігів: ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка, 2017. 264 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.6. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2025/2026.

## Семестр. I.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни є забезпечення глибокої теоретичної і практичної підготовки студентів, формуючи у них систему професійних знань та умінь з основ фізичної культури та спортивного тренування; сприяти розвитку у студентів творчого педагогічного мислення, вміння знаходити нові шляхи та форми роботи з фізичної культури і спортивного тренування, а також розширення і поглиблення фонду їх інтелектуальних, рухових умінь та навичок.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Теорія і методика фізичної культури і спорту (ТМФКС) як наукова і навчальна дисципліна. Джерела і етапи розвитку теорії і методики фізичної культури і спортивного тренування. Структура дисципліни ТМФКС. Характеристика засобів фізичної культури. Природні сили: сонце, повітря, вода. Гігієнічні фактори. Допоміжні фактори. Фізичні вправи - основні засоби фізичного виховання. **Методи фізичної культури та спортивного тренування.** Загальна характеристика фізичного навантаження. Зовнішня та внутрішня сторони навантаження, як чинник оптимізації тренувальних впливів. Методологічні основи теорії навчання руховим діям. Педагогічні основи навчання руховим діям. Фізіологічні основи управління руховими діями. Основи розвитку силових якостей. Основи розвитку швидкості та гнучкості. Основи розвитку витривалості. Основи розвитку координаційних якостей. Адаптація і проблеми раціональної підготовки спортсменів. Основи теорії адаптації і закономірності її формування у спортсменів. Реакція адаптації при м'язовій діяльності. Формування термінової адаптації. Структурні компоненти педагогічного процесу при формуванні фізичної культури людини. Структурні компоненти педагогічного процесу при формуванні фізичної культури людини. Основи побудови процесу спортивної підготовки. Основи побудови процесу спортивної підготовки.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Колумбет О.М. Теорія і методика фізичної культури. Опорні схеми. Навчальний посібник. Вінниця: Твори, 2019. 512 с.
2. Савицька Л.І., Савицький В.І., Савицький О.В. Соціологія і фізична культура. Навчальний посібник. Київ, 2020. 374 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник у 2 т. / гол. ред. Т.Ю.Круцевич. Київ: Олімпійська література, 2021. 682 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

## 4.7. ЛЕГКА АТЛЕТИКА ТА МЕТОДИКА ЇЇ ВИКЛАДАННЯ

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2025/2026.

### Семестр. II.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни є формування у здобувачів освіти системи знань, умінь і навичок з техніки та методики викладання основних видів легкоатлетичних вправ, розвиток професійної компетентності

для ефективної реалізації завдань фізичного виховання в освітньому середовищі та спортивній практиці. Основними завданнями є: зорієнтувати здобувачів вищої освіти у набутті знань у питаннях з необхідних теоретичних положень загальних основ професійної термінології, класифікації основних термінів і окремих видів легкоатлетичних вправ, класифікацією її видів, основами навчання техніки легкоатлетичних вправ.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Легка атлетика як базовий вид спорту у фізичному вихованні. Класифікація та характеристика видів легкої атлетики. Анатомо-фізіологічні основи виконання легкоатлетичних вправ. Загальні принципи навчання і тренування у легкій атлетиці. Методика навчання бігу на короткі, середні і довгі дистанції. Методика навчання естафетного бігу і спортивної ходьби. Методика навчання стрибків у довжину, висоту, потрійного стрибка. Методика навчання метань (ядро, спис, диск, молот). Контроль та оцінювання у навчанні легкоатлетичних вправ. Моніторинг функціонального стану та адаптації спортсмена. Планування тренувального процесу легкоатлета. Засоби відновлення та профілактика перенавантажень. Методика організації занять з легкої атлетики у закладах освіти. Організація і суддівство змагань з легкої атлетики. Матеріально-технічна база для занять легкою атлетикою.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Ігнатенко В.В. Легка атлетика. Навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2020. 320 с.
2. Колумбет О.М. Теорія і методика фізичної культури. Опорні схеми. Навчальний посібник. К.: ДТЕУ, 2025. 512 с.
3. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації. Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2017. 273 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

## 4.8. СПОРТИВНА ФІЗІОЛОГІЯ ТА БІОХІМІЯ

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2025/2026.

**Семестр.** II.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Гайова Л.В., професор, доктор медичних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою є формування у здобувачів знань про фізіологічні основи фізичної культури та спорту, динаміку та характер взаємозв'язків різних систем органів під час виконання фізичних навантажень різного ступеня складності, набуття здобувачами основних вмінь та навичок оцінювання функціонального стану організму людини у зв'язку із впливом оздоровчих та спортивних навантажень. Вивчення біохімічних закономірностей фізичного розвитку і спортивного тренування, що дозволяє на науковій основі вирішувати питання відбору кадрів для занять спортом, вишукувати найбільш ефективні засоби і методи тренувань, вірно оцінювати результати їх використання і прогнозувати спортивні досягнення.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Фізіологія фізичних вправ, як наука і предмет викладання. Адаптація до фізичних навантажень та резервні можливості організму. Поняття про адаптацію. Гомеостаз. Фізіологічна характеристика станів організму, що виникають при спортивній діяльності.

Функціональні уявлення про систему дихання. Система зовнішнього дихання. Загальні уявлення про нервову систему. Фізіологічна класифікація фізичних вправ. Умовно-рефлекторні механізми, які є фізіологічною основою формування рухових навичок. Фізіологічні особливості занять фізичною культурою дітей дошкільного та шкільного віку. Фізіологічні основи занять фізичною культурою людей похилого віку. Фізіологічні основи м'язової сили та швидкісно-силових якостей, швидкості. Фізіологічні основи витривалості. Серцево-судинна система. Загальні основи будови та роботи серцево-судинної системи. Фізіологічні основи формування рухових навичок. Спортивна працездатність в особливих умовах зовнішнього середовища. Фізіологічні показники функціональної підготовленості спортсменів. Біохімія м'язів і м'язового скорочення. Динаміка біохімічних процесів в організмі людини при м'язовій діяльності. Біохімічні зміни в окремих органах і тканинах при різних видах м'язової діяльності. Біохімічні основи нейроендокринної регуляції обміну речовин при заняттях спортом. Біохімічні основи спортивного тренування і характеристика тренуваного організму. Біохімічна характеристика тренуваного організму.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Земцова І.І. Спортивна фізіологія. Підручник. Київ: Олімпійська література, 2010. 219 с.
2. Ровний А.С., Ільїн В.М., Лізогуб В.С., Ровна О.О. Фізіологія спортивної діяльності. Підручник. Харків, ХНАДУ. 2015. 556 с.
3. Осипенко Г.А. Основи біохімії м'язової діяльності. Навчальний посібник. Київ: Олімпійська література, 2007. 199 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

#### **Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

## **4.9. СПОРТИВНІ ІГРИ ТА МЕТОДИКА ЇХ ВИКЛАДАННЯ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** II.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Короп М.Ю., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання. Метою викладання навчальної дисципліни** є формування у здобувачів вищої освіти знань, вмінь і навичок, необхідних для використання форм, методів і засобів спортивних ігор у професійній діяльності. Основними завданнями є: зорієнтувати здобувачів вищої освіти на вивчення теоретичного матеріалу, ознайомлення і засвоєння необхідних навичок технічних дій з м'ячем та без м'яча на рівні навчальної програми, оволодіння методикою початкового навчання основним технічним прийомом гри та тактичним взаємодіям, а також організацією та проведенням змагань.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Баскетбол у системі фізичного виховання. Основи підготовки у баскетболі. Методика навчання баскетболу. Тактика гри. Волейбол у системі фізичного виховання. Основи підготовки у волейболі. Методика навчання волейболу. Техніка та тактика гри. Футбол у системі фізичного виховання. Основи підготовки у футболі. Методика навчання футболу. Техніка та тактика гри. Теоретичні та методичні основи футзалу. Техніка та тактика гри. Теоретичні та методичні основи тенісу. Навчання техніки та тактики гри. Теніс настільний у системі фізичного виховання. Техніка та тактика гри. Бадмінтон у системі фізичного виховання. Основи підготовки у бадмінтоні. Методика навчання у

бадмінтоні. Техніка та тактика гри. Спортивні, індивідуальні та парні, модифіковані та нетрадиційні ігри. Спортивні споруди для занять спортивними іграми та організація змагань.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Гамов В.Г., Дембіцька О.О., Короп М. Ю. та інші. Фізичне виховання. Спортивні ігри. Навчальний посібник. Київ: Держ. торг-економ. ун-т. 2025. 252 с.
2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник у 2 т. Київ: Олімпійська література, 2021. 682 с.
3. Петренко Я. П., Степанюк Ю.М. Спортивні ігри. Теорія і методика навчання (баскетбол, волейбол, футбол). Тернопіль: ТНПУ, 2016. 248 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.10. ОСНОВИ НАУКОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** III.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *Мета викладання дисципліни* - ознайомити студентів з організацією, метою і видами наукових досліджень; навчити їх складати програму і план досліджень; дати уявлення про використання математичного планування експериментів, статистичних методів і сучасних засобів обробки експериментальних даних, викласти основні вимоги до складання і оформлення звіту про завершену науково-дослідну роботу. Завданням дисципліни «Основи наукової діяльності» є навчити майбутнього фахівця орієнтуватись у специфічних особливостях наукової діяльності; вміти користуватись науковою літературою; проводити галузеві дослідження, грамотно писати наукові праці; складати тексти виступів, доповідей тощо.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Наука як форма пізнання світу. Наукове пізнання та наукове дослідження. Історія розвитку науки та наукових досліджень. Основні поняття і категорії наукової методології. Основи методології наукових досліджень. Основні підходи та методи наукових досліджень, їх характеристика. Організація наукової діяльності в Україні. Інформаційне забезпечення наукових досліджень. Технологія і організація наукових досліджень. Оформлення результатів наукових досліджень. Кваліфікаційна робота як наукове дослідження. Методика підготовки наукових публікацій та виступів. Методологія і організація досліджень у фізичній культурі і спорті. Морфо-функціональні та біологічні методи дослідження у спорті. Методи дослідження розвитку рухових якостей людини. Психодіагностика та оцінювання стану здоров'я спортсмена. Науковий стиль української мови. Сучасна наукова українська мова.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Дорошенко В.М., Тітлов О.С., Сагала Т.А., Біленко Н.О. Основи наукових досліджень. Навчальний посібник. Одеса: ФОП Бондаренко М.О., 2019. 156 с.
2. Сардак С.Е. Основи наукових досліджень. Навчальний посібник. Дніпро: ДГУ, 2018. 103 с.
3. Костюкевич В.М., Воронова В.І., Шинкарук О.А., Борисова О.В. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах

(спеціальність 017 Фізична культура і спорт). Навчальний посібник. Вінниця: Нілан, 2016. 554 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.11. СПОРТИВНА МЕДИЦИНА**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** III.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Гайова Л.В., професор, доктор медичних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є підготовка фахівців, які володіють теоретичними знаннями та практичними знаннями аналізу будови, нормального та індивідуального розвитку людського організму; методами визначення фізичного розвитку та функціонального стану, фізичної працездатності та загальної патології; визначення особливостей травм та захворювань, що пов'язані з заняттями фізкультурою і спортом; засобами профілактики травматизму в процесі занять фізичною культурою і спортом.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Фізична культура та види спорту», «Анатомія та фізіологія людини».

**Зміст.** Актуальні питання спортивної медицини. Короткий історичний нарис розвитку спортивної медицини. Поняття про суб'єктивне і об'єктивне дослідження. Особливості збирання аналізу. Розкриття поняття соматоскопія та антропометрія. Методи оцінки фізичного розвитку і фізичної підготовленості. Методи фізикального дослідження: пальпація, перкусія, аускультация. Спеціальні методи дослідження серцево-судинної системи. Дослідження нервової системи. Дослідження м'язової системи у спортсменів. Фізичний розвиток (ФР). Методи в оцінці фізичного розвитку: метод антропометричних стандартів, методи кореляції, індексів та перцентильних шкал. Дослідження функціонального стану системи кровообігу. Методи дослідження дихальної системи. Дослідження функціонального стану нервової і нервово-м'язової системи. Кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я людини. Визначення біологічного віку людини. Лікарський висновок. Допуск до занять фізичною культурою та спортом, вибір індивідуального рухового режиму. Основи загальної і спортивної патології. Захворювання та травми у спортсменів. Лікарський контроль за фізичним станом дітей та підлітків. Лікарський контроль за особами середнього та похилого віку, які займаються фізичною культурою. Відновлювальні засоби в спорті. Раціональне харчування у відновленні спортивної працездатності. Фізичні засоби відновлення осіб, які займаються фізкультурою та спортсменів. Фармакологічні засоби відновлення осіб, які займаються фізкультурою та спортсменів. Основи особистої гігієни, гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту. Лікарський контроль за жінками, що займаються фізичною культурою і спортом. Медичне забезпечення спортивних змагань. Допінги. Секс-контроль.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Спортивна медицина. Підручник. / за ред Л.Г.Шахліної. К.: Олімпійська література, 2019. 424 с
2. Рибалко А.В., Кудій Л.І. Спортивна медицина. Навчально-методичний посібник з дисципліни «Спортивна медицина». Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2017. 181 с.

3. Хорошуха М.Ф. Спортивна медицина з основами медичних знань. Навчальний посібник. К.: Вид-во Київського університету імені Бориса Грінченка, 2019. 468 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.12. БІОМЕХАНІКА СПОРТУ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** III.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни «Біомеханіка спорту» є найбільш ефективно забезпечення спеціальної професійно-педагогічної підготовки студентів, формування теоретичних знань, практичних навичок і вмінь самостійного вивчення фізичних вправ та удосконалення рухових дій, а також обґрунтування індивідуальних раціональних моделей рухових дій та педагогічних засобів і програм навчання руховим діям та їх корекції.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Фізичне виховання», «Спортивна медицина», «Спортивна фізіологія та біохімія»,

**Зміст.** Теорія та методи біомеханіки спорту. Місце біомеханіки спорту в тренувальному процесі. Руховий апарат людини як біомеханічна система, її склад та структура. Загальний центр мас тіла людини, методи його визначення. Закономірності зміни загального центру маси тіла у віковому аспекті. Постава та її значення у спортивній діяльності людини.

**Біомеханічний контроль, як елемент комплексного контролю.** Вимірювання біомеханічних характеристик - основа контролю. Кінематичні, динамічні та енергетичні характеристики тіла людини. Закони Ньютона та їх використання у спорті. Біомеханічний контроль рухової діяльності людини при різних видах спортивної діяльності. Основні поняття про тести. Вимоги до тестів. Використання методів математичної статистики при обробці результатів вимірювання. Основні характеристики варіаційного ряду. Взаємозв'язок результатів вимірювання. Біомеханічна класифікація вправ. Різновиди загальнорозвиваючих вправ. Послідовність біомеханічного аналізу загальнорозвивальних вправ: біомеханічний опис рухів, вплив вправ на руховий апарат, робота м'язів, диференціальні особливості у рухах. Формування та перебудова системи рухів. Рухові якості як різносторонні прояви рухових можливостей людини. Прогнозування спортивної обдарованості. Метрологічні основи відбору у спорті. Комплексний підхід до прогнозування та підбору у спорті. Біомеханічні методи моделювання: наочний спосіб, знаковий спосіб, математичний спосіб, натурне моделювання, фізичне моделювання, аналого-цифрове моделювання. Тренажери і технічні засоби навчання. Сучасні інформаційні і комп'ютерні технології управління спортивним тренуванням. Біомеханічний аналіз техніки спортивних вправ.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Лапутін А.М. Біомеханіка спорту. Підручник. Київ: Олімпійська література, 2015. 319 с.
2. Енока Р.М. Основи кінезіології. Посібник. Київ: Олімпійська література. 2018. 400 с.
3. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти. Підручник. Київ: КНТ, 2020. 776 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.13. ФІТНЕС ТА МЕТОДИКА ЙОГО ВИКЛАДАННЯ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** IV.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни є знайомлення здобувачів вищої освіти з особливостями і закономірностями складання програм різних видів тренувальних занять (кондиційні, оздоровчі, навчально-тренувальні), що можуть бути рекомендовані в майбутньому бакалаврами фізичної культури і спорту як засоби, що пропонуються клієнтам фітнес-центрів та інших оздоровчих і спортивних закладів, а також спортсменам у процесі загальної фізичної підготовки. Основними завданнями є: зорієнтувати здобувачів вищої освіти у набутті знань у питаннях з необхідних теоретичних положень загальних основ фітнес-програм, зі структурою складання навчальних комплексів і програм з різних видів фітнесу, класифікацією вправ, термінологією, методичними рекомендаціями до проведення занять і супутніми заходами, що покращують процес фітнес технологій.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Фізичне виховання», «Спортивна медицина», «Спортивна фізіологія та біохімія»,

**Зміст.** Теоретичні та історичні основи фітнесу. Методичні аспекти фітнесу. Техніка безпеки на заняттях фітнесом. Обладнання та устаткування. Аеробний фітнес та методика його викладання. Фітнес-програми, основою яких є оздоровчі види гімнастики. Силові види фітнесу. Основи персонального тренування. Фітнес технології в освіті. Аквафітнес та методика їх викладання. Ментальний фітнес. Вумбілдинг і фейсбілдинг як частина фітнесу. Нейро фітнес. Фітнес в системі тренування спортсменів. Фітнес дієтологія. Засоби відновлення організму та стимуляції працездатності. Особливості професійної діяльності фахівців фітнесу.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Кібальник О.Я., Томенко О.А. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання. Навчально-методичний посібник. Суми, 2010. 230 с.
2. Рибалко П.Ф., Жуков В.Л., Красілов А.Д. Самостійне оздоровче тренування. Навчально-методичний посібник. Суми: Вид-во Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка, 2017. 106 с.
3. Школа О.М., Осіпцов А.В. Сучасні фітнес-технології оздоровчо-рекреаційної спрямованості. Навчальний посібник. Комунальний заклад «ХГПА» ХОР. Харків, 2017. 217 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.14. ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** IV.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Формування базових, фундаментальних і професійних знань та уявлення про історію спорту в країнах Європи, Світу та України. Прищеплення майбутнім фахівцям навичок наукового аналізу, спрямованих на забезпечення самостійного осмислення закономірностей розвитку історію спорту.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Фізична культура та види спорту».

**Зміст.** Історичні витоки історії спорту; соціально-політичні та організаційно-правові основи історії спорту; проблеми спорту на сучасному етапі розвитку; особливості розвитку історії спорту у Європі; історія розвитку різних видів професійного спорту в країнах Європи; історія спорту у Європі; історія у Світі, історія спорту в Україні.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. Підручник К.: Перша друкарня., 2020. 704 с.
2. Хоменко С.В., Гриб, Т.О. Клименченко Т.Г. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства (частина 2). Навчально-методичний посібник. Суми: 2019. 105 с.
3. Степанюк С.І. Історія фізичної культури. Навчально-методичний посібник. Херсон: вид-во ПП Вишемирський В.С. 2016. 272 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції, практичні заняття з використанням сучасних методик роботи в малих та середніх групах.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль - опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль - письмовий екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.15. ІНФОРМАЦІЙНІ СИСТЕМИ І ТЕХНОЛОГІЇ В СПОРТІ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2026/2027.

**Семестр.** IV.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Тищенко І.А., старший викладач кафедри комп'ютерних наук, доктор філософії.

**Результати навчання.** Оволодіння загальними та фаховими компетентностями і досягнення ними програмних результатів навчання за освітньо-професійною програмою.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Маркетинг спорту та рекреації», «Іноземна мова професійного спрямування».

**Зміст.** Цифрова революція в фізичній культурі. Огляд інтеграції інформаційних технологій. Опис ролі і впливу інформаційних технологій на розвиток та вдосконалення фізичної культури та спорту. Розгляд сучасних трендів у використанні технологій для підвищення ефективності фізичних тренувань та розвитку спортивних навичок. Інтегровані інформаційні системи для тренувань та управління в спорті. Вивчення ролі інтегрованих інформаційних систем у плануванні та управлінні тренуваннями у спорті. Практичні аспекти впровадження та використання програмних засобів для збору, аналізу та оптимізації тренувань спортсменів. Поглиблений огляд електронних систем відстеження фізичної активності та аналізу даних у спорті. Розгляд сучасних пристроїв та технологій, які використовуються для моніторингу фізичної форми, рухів та здоров'я. Персоналізовані тренувальні програми. ІТ-інструменти для індивідуальної фізичної підготовки. Аналіз сучасних підходів до створення персоналізованих тренувальних програм. Представлення інформаційних технологій, які дозволяють адаптувати тренувальні плани до індивідуальних потреб та характеристик спортсменів. Підвищення

розуміння, як інформаційні технології можуть сприяти створенню та досягненню індивідуальних фітнес-цілей. Розгляд мобільних додатків, віджетів та інших інструментів, що підтримують мотивацію та власну ініціативу у фізичній підготовці. Основи застосування нейромереж у спортивних інформаційних системах. Огляд принципів роботи нейромереж та їх потенціал у сфері спорту. Розгляд конкретних випадків використання нейромереж для аналізу та прогнозу результатів спортивних подій.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Плескач В.Л. Інформаційні системи і технології на підприємствах. Підручник. К: Знання, 2011. 718 с.
2. Грицунов О.В. Інформаційні системи та технології: навчальний посібник. Харківська національна академія міського господарства. Х.: ХНАМГ, 2019. 288 с.
3. Перхач О.Л. Технології розробки стартапів. Навчальний посібник. Київ, 2021. 128с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Поєднання традиційних і нетрадиційних методів викладання з використанням інноваційних технологій: лекції (тематичні); лабораторні заняття (з використанням засобів обчислювальної техніки).

#### **Методи оцінювання:**

- поточний контроль(тестування, усне та письмове опитування);
- підсумковий контроль (екзамен).

**Мова навчання та викладання.** Українська.

## **4.16. ПЕДАГОГІКА СПОРТУ**

**Тип.** Обов'язкова

**Рік навчання.** 2027/2028.

**Семестр.** V.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання. Метою викладання навчальної дисципліни є** адаптувати педагогічні знання конкретно до діяльності тренера, керівника спортивних секцій, фахівця з фізичної культури і спорту та сприяти оволодінню студентами спеціальними знаннями та методичними навичками самостійної, творчої діяльності спеціаліста галузі фізичного виховання та спорту.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна медицина», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Біомеханіка спорту».

**Зміст.** Сучасна освіта в Україні. Загальні основи педагогіки. Дидактика. **Зміст освіти.**

**Методи, засоби та форми навчання.** Теорія виховання. Педагогіка як наука. Категорії педагогіки: «освіта», «навчання», «виховання», «освітній процес». Поняття «фізичне виховання», «фізична культура», «спорт». Педагогіка спорту як складова загальної педагогіки. Дидактичні основи ефективності тренувального процесу. Навчання на заняттях спортом (формування умінь та навичок). Керування фізичним розвитком та забезпечення фізичної підготовленості. Виховання на заняттях спортом. Формування колективу, його вплив на становлення особистості. Планування та побудова спортивно-педагогічного процесу. Спортивна форма як прояв вищої готовності до змагань. Особливості спортивної кар'єри.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Воронова В.І. Психологія спорту. Навчальний посібник. Київ: Олімпійська література, 2017. 298 с.
2. Мойсеюк Н.Є. Педагогіка. Навчальний посібник. К., 2017. 656с.
3. Петровська Т.В. Майстерність спортивного педагога. Навчальний посібник. К.: Олімпійська література, 2015. 184 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

**4.17. ОЗДОРОВЧА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2027/2028.

**Семестр.** V.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни «Оздоровча фізична культура» є оволодіння студентами системою теоретичних знань, практичних умінь та навичок, необхідних для ефективної реалізації завдань щодо покращенню здоров'я і якості життя громадян України в умовах викликів ХХІ століття. Завдання: озброїти майбутніх фахівців знаннями з теорії та методики проведення фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми та дорослим населенням; сформуванню уявлення про раціональний зміст та обсяги рухової активності різних соціальних верств дітей та дорослого населення; сформуванню практичних навичок проведення фізкультурно-оздоровчих занять та масових фізкультурно-спортивних заходів з дітьми та дорослим населенням; навчити застосуванню у майбутній професійній діяльності різноманітних засобів рекреаційно-оздоровчих занять (циклічних вправ, різновидів гімнастики, спортивних ігор тощо).

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна медицина», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Біомеханіка спорту».

**Зміст.** Теоретичні основи оздоровчої фізичної культури. Соціально-психологічні аспекти оздоровчої фізичної культури. Зміст різних видів фізкультурно-оздоровчих занять. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять. Методика фізкультурно-оздоровчих занять з вагітними. Особливості фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми до 3-х років. Методика фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми дошкільного віку. Особливості методики фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми та підлітками. Програмування фізкультурно-оздоровчої роботи з дитячим контингентом. Основи фізкультурно-оздоровчої роботи зі школярами з ослабленим здоров'ям. Методика фізкультурно-оздоровчих занять у спеціальних медичних групах із школярами з різними нозологіями. Методика фізкультурно-оздоровчих занять з людьми зрілого, похилого і старшого віку. Методика фізкультурно-оздоровчих занять з людьми, що мають ризик розвитку серцево-судинних захворювань. Методика фізкультурно-оздоровчих занять для людей з факторами ризику захворювань дихальної та нервової систем. Новітня парадигма здоров'я людини.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Вихляев Ю.М. Рекреаційні технології. Навчальний посібник. Вінниця: Твори, 2023. 451 с.
2. Гакман А.В. Теорія та методика фізичної рекреації. Навчальний посібник. Чернівець. нац. ун-т ім. Ю.Федьковича, 2021. 264 с.
3. Олексієнко Я.І., Гунько П.М. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності. Навчально-методичний посібник. Черкаси: ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. 260 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.18. МЕНЕДЖМЕНТ СПОРТУ ТА РЕКРЕАЦІЇ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2027/2028.

**Семестр.** V.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Клімова А.М., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри туризму та менеджменту креативних індустрій.

**Результати навчання.** Формування у майбутніх фахівців сучасної системи поглядів і спеціальних знань щодо здійснення діяльності по управлінню організаціями фізичної культури і спорту та практичних навичок щодо надання послуг і задоволення потреб споживачів та забезпечення при цьому ефективності діяльності спортивних організацій в умовах ринку.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Теорія і методика фізичного виховання і спорту».

**Зміст.** Менеджмент як вид професійної діяльності. Еволюція менеджменту. Суть і значення менеджменту у сфері фізичної культури і спорту. Механізм управління. Нормативно-правова база менеджменту у фізичній культурі та спорті. Фізкультурно-спортивна організація як об'єкт менеджменту. Інформація та комунікація у менеджменті фізичної культури і спорту. Майстерність управління фізкультурно-спортивними організаціями. Планування діяльності спортивних організацій. Формування команд, які перемагають. Контроль у системі менеджменту фізкультурно-спортивних організацій. Економіко-соціальні основи діяльності організацій фізкультурно-спортивного спрямування.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Гакман А.В. Теорія та методика фізичної рекреації. Навчальний посібник. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.

2. Криштанович С. Спортивний менеджмент. Навчальний посібник. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. 208 с.

3. Мальська М.П., Білоус С.В. Менеджмент організацій: теорія та практика. Навчальний посібник. Київ: SBA-Print, 2019. 188 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції, (оглядові, тематичні та проблемні), семінарські, практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методик).

**Методи оцінювання:**

– поточний контроль – тестування, опитування, обговорення есе, кейсів, презентація колективних проектних завдань;

– підсумковий контроль – письмовий екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.19. СПОРТИВНІ СПОРУДИ ТА УСТАТКУВАННЯ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2027/2028.

**Семестр.** VI.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою є озброєння здобувачів вищої освіти теоретичними, методичними знаннями, практичними вміннями та навичками в області експлуатації спортивних споруд та устаткуванні у них, необхідними для успішної професійної діяльності.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Біомеханіка спорту», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Педагогіка спорту», «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Сучасні уявлення про матеріально-технічну базу, що функціонально зорієнтована для роботи спеціаліста з фізичної культури та спорту. Поняття про спортивну споруду, її класифікація, категорійність та паспортизація. Мережа спортивних споруд у містах і селах. Основи організації проектування та будівництва спортивних споруд. Організаційно-методичні основи експлуатації спортивних споруд. Функціональні основи розміщення обладнання спортивних споруд та комплексів. Фізкультурно-спортивні споруди для закладів дошкільного виховання. Фізкультурно-спортивні споруди для навчальних закладів. Фізкультурно-спортивні споруди спеціалізованих установ. Фізкультурно-спортивні споруди для занять туризмом. Фізкультурно-спортивні споруди за місцем проживання та відпочинку населення. Фізкультурно-спортивні споруди для осіб з обмеженими можливостями. Виробничі фізкультурно-оздоровчі та реабілітаційні споруди та центри. Спортивні споруди для занять певними видами спорту. Спортивні споруди для спеціалізованих спортивних шкіл, спортивних центрів та спортивних баз. Спортивні споруди для Олімпійських ігор.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Буговик О.О. Туристичні споруди та особливості їх будівництва. Навчальний посібник. Київ: Наукова думка, 2018. 266 с.
2. Пчелов В. М. Основи проектування спеціалізованих спортивних споруд. Навчальний посібник для студентів очної і заочної форм навчання. Дніпро, ВПП-Принт, 2017. 79 с.
3. Чабаненко І.Л., Борисов Є.В., Омельченко О. Спортивні і фізкультурно-оздоровчі споруди. Навчальний посібник з дисципліни «Спортивні споруди». Дніпро, 2016. 64 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

## **4.20. ОЛІМПІЙСЬКИЙ І ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2027/2028.

**Семестр.** VI.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Короп М.Ю., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання. Метою викладання навчальної дисципліни є** адаптувати педагогічні знання конкретно до діяльності тренера, керівника спортивних секцій, фахівця з фізичної культури і спорту та сприяти оволодінню студентами спеціальними знаннями та методичними навичками самостійної, творчої діяльності спеціаліста галузі фізичного виховання та спорту.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна медицина», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Біомеханіка спорту».

**Зміст.** Сучасна освіта в Україні. Загальні основи педагогіки. Дидактика. **Зміст освіти.**

**Методи, засоби та форми навчання.** Теорія виховання. Педагогіка як наука. Категорії педагогіки: «освіта», «навчання», «виховання», «освітній процес». Поняття «фізичне виховання», «фізична культура», «спорт». Педагогіка спорту як складова загальної педагогіки. Дидактичні основи ефективності тренувального процесу. Навчання на заняттях спортом (формування умінь та навичок). Керування фізичним розвитком та забезпечення фізичної підготовленості. Виховання на заняттях спортом. Формування колективу, його вплив на становлення особистості. Планування та побудова спортивно-педагогічного процесу. Спортивна форма як прояв вищої готовності до змагань. Особливості спортивної кар'єри.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Воронова В.І. Психологія спорту. Навчальний посібник. Київ: Олімпійська література, 2017. 298 с.
2. Мойсеюк Н.Є. Педагогіка. Навчальний посібник. К., 2017. 656с.
3. Петровська Т.В. Майстерність спортивного педагога. Навчальний посібник. К.: Олімпійська література, 2015. 184 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

#### **Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

### **4.21. ЕКОНОМІКА СПОРТУ ТА РЕКРЕАЦІЇ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2027/2028.

**Семестр.** VI.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Роскладка Н.О., професор, доктор економічних наук, професор кафедри туризму та менеджменту креативних індустрій.

**Результати навчання.** Формування логіки економічного мислення і системи спеціальних економічних знань у сфері спорту та рекреації, а також теоретичних знань та практичних умінь, що забезпечують ефективну господарсько-фінансову діяльність підприємств (організацій, установ, закладів) у сфері спорту та рекреації.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Менеджмент фізичної культури і спорту», «Інформаційні системи і технології в спорті».

**Зміст.** Спорт та рекреація як види економічної діяльності. Інформаційне забезпечення діяльності у сфері спорту та рекреації. Попит та пропозиція у сфері спорту та рекреації. Конкуренція та конкурентоспроможність у сфері спорту та рекреації. Основи підприємницької діяльності у сфері спорту та рекреації. Трудові ресурси та оплата праці персоналу у сфері спорту та рекреації. Матеріальні та нематеріальні ресурси у сфері спорту та рекреації. Капітал у сфері спорту та рекреації. Програма відвідуваності у сфері спорту та рекреації. Витрати у сфері спорту та рекреації. Доходи у сфері спорту та рекреації. Прибуток і рентабельність у сфері спорту та рекреації. Оподаткування у сфері спорту та рекреації. Ціноутворення у сфері спорту та рекреації. Інвестиційна діяльність у сфері спорту та рекреації. Бізнес-планування у сфері спорту та рекреації. Ризики підприємницької діяльності у сфері спорту та рекреації.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Сущенко О.А., Стрижак О.О., Дехтяр Н.А. Економіка рекреації та туризму. Навчальний посібник. ХНЕУ ім. С.Кузнеця, 2021. 347 с.
2. Berri D. Sports Economics. 1st ed. Worth Publishers, 2017. 810 p.
3. Blair R. D. Sports Economics. Cambridge University Press, 2011. 556 p.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять (з використанням інформаційних технологій).

#### **Методи оцінювання:**

- поточний контроль (опитування, тестування, контрольні роботи);
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

### **4.22. ПСИХОЛОГІЯ СПОРТУ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2028/2029.

**Семестр.** VII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Пустовалов І.В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології.

**Результати навчання.** У ході вивчення дисципліни студент повинен знати: закономірності соціально-психологічних і психічних феноменів, які виникають у спортивній діяльності, методи їх діагностики та корекції; особливості прояву психічних явищ в обраному виді спорту; методику психологічного забезпечення фізкультурно-спортивних занять з різними групами населення; методику психологічного супроводжування і психологічної підготовки спортсменів; методи і організацію психорегуляції і психогієни у фізичному вихованні і спорті; методи організації і проведення науково-дослідної роботи в галузі психології фізичного виховання і спорту.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Педагогіка спорту».

**Зміст.** Основні поняття, методологія, методи, завдання та принципи психології спорту. Спортивна діяльність: сутність та її особливості. Мотиваційно-потребова сфера особистості та її прояв у спортивній діяльності. Емоційно-вольова сфера особистості та її прояв у спортивній діяльності. Інтелектуально-когнітивна сфера особистості та її прояв у спортивній діяльності. Психомоторна сфера та її прояв у спортивній діяльності. Індивідуально-особистісні особливості спортсменів та їх прояв у спортивній діяльності. Система психологічного відбору спортсменів. Психологічна підготовка спортсменів. Психологічні основи фізичної, технічної та тактичної підготовки спортсменів. Основи психічної регуляції в спорті. Психологія діяльності тренерів, спортивних суддів. Психологічні особливості спортивного колективу.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси / засоби.**

1. Воронова В.І. Психологія спорту. Навчальний посібник. Київ: Олімпійська література, 2019. 272 с.
2. Павленко В.О., Насонкіна Е.Ю., Павленко Є.Є. Сучасні технології підготовки в обраному виді спорту. Підручник. Харків: Харківська державна академія фізичної культури, 2020. 550 с.
3. Gershon Tenenbaum, Robert C. Eklund. Handbook of Sport Psychology. 14 April 2020, P. 1333. DOI:10.1002/9781119568124

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання**

Поєднання традиційних і нетрадиційних методів викладання з використанням інноваційних технологій: лекції (оглядові, тематичні, проблемні, лекції-конференції, лекції-дискусії); практичні заняття (тренінги, презентації, дискусії, робота в малих групах, моделювання ситуацій).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – тестування усне / письмове опитування; перевірка підготовленого есе / огляду / звіту / презентації / ситуаційні завдання (кейс-метод) тощо;

підсумковий контроль – письмовий екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.23. ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА АДАПТИВНИЙ СПОРТ**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** VII, VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Клименко Г.В., доцент, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *знати:* загальні положення і принципи фізкультурно-спортивної реабілітації; засоби фізкультурно-спортивної реабілітації; лікувальну фізичну культуру (ЛФК) як засіб фізкультурно-спортивної реабілітації; теоретичні основи адаптивної

фізичної культури; організаційно-методичні основи фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з обмеженими фізичними можливостями; відмінні риси методики навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей та здібностей осіб, які займаються адаптивним спортом; види класифікації спортсменів в адаптивному спорті, їх цілі та функції; характеристику основних груп та класів спортсменів-інвалідів; соціалізацію людей з обмеженими фізичними можливостями засобами фізичної культури;

*вміти*: визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують; зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; організовувати і проводити заняття з адаптивної фізичної культури;

*здатен продемонструвати*: здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення; здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують; здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту; здатність до безперервного професійного розвитку; здатність організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі та масові спортивні заходи для залучення різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя; готовність майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до використання інноваційних видів рухової активності у професійній діяльності;

*володіти*: засобами для збереження та зміцнення здоров'я; методами розвитку рухових якостей людей різного віку; методикою проведення практичних занять; навичками самоконтролю стану здоров'я під час занять.

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

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна медицина», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Біомеханіка спорту».

**Зміст.** Загальні положення і принципи фізкультурно-спортивної реабілітації. Лікувальна фізична культура як засіб фізкультурно-спортивної реабілітації. Інші засоби фізкультурно-спортивної реабілітації. Реакції адаптації при м'язовій діяльності. Фізична реабілітація при захворюваннях серцево-судинної системи. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи. Особливості методики фізичної реабілітації при гіпертонічній хворобі. Особливості методики фізичної реабілітації при захворюваннях і травмах периферійної нервової системи. Теоретичні основи адаптивної фізичної культури. Організаційно-методичні основи фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з обмеженими фізичними можливостями. Адаптивний спорт як соціальне явище. Відмінні риси методики навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей та здібностей осіб, які займаються адаптивним спортом. Види класифікації спортсменів в адаптивному спорті, їх цілі та функції. Характеристика основних груп та класів спортсменів-інвалідів. Соціалізація людей з обмеженими фізичними можливостями засобами фізичної культури.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Адаптивне фізичне виховання. Навчальний посібник / уклад.: Т.М.Осадченко, А.А.Семенов, В.Т.Ткаченко. Умань: ВПЦ «Візаві», 2021. С. 19-43.
2. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів. Підручник. К.: Олімпійська література, 2020. 263 с.

3. Вакуленко Л. О. Клапчук В. В., Вакуленко Д. В. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії. Підручник. Тернопіль: ТДМУ, 2018. 372 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.24. СПОРТИВНЕ ПРАВО**

**Тип.** Обов'язкова.

**Рік навчання.** 2028/2029.

**Семестр.** VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Мазаракі Н.А., професор, доктор юридичних наук, завідувач кафедри міжнародного, цивільного та комерційного права.

**Результати навчання.** Здобувачі вищої освіти повинні знати: сутність та системну структуру спортивного права, його предмету, методів, джерел, принципів та функцій, особливостей правового регулювання основних інститутів спорту; основні тенденції розвитку права в області спорту; сутність спорів (конфліктів) в спорті та порядку їх вирішення; порядок захисту прав та законних прав держави, міжнародних спортивних організацій, спортсменів, спеціалістів у сфері спорту; Здобувачі повинні вміти: аналізувати стан міжнародного та національного правового регулювання в спорті та вміти використовувати результати аналізу у професійній діяльності; застосовувати навички захисту прав та законних інтересів держави, міжнародних спортивних організацій, спортсменів, спеціалістів у сфері спорту; вірно визначати ефективний метод вирішення спору у спорті; створювати проекти правових, зокрема, процесуальних документів для звернення в національні та міжнародні спортивні організації; грамотно та аргументовано тлумачити норми спортивного права; використовувати теоретичні знання для оцінки та прогнозування поточних професійних ситуацій.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Українська мова за професійним спрямуванням».

**Зміст.** Загальна характеристика спортивного права. Джерела спортивного права. Суб'єкти спортивного права. Регулювання організації та проведення спортивних заходів. Регулювання трудових відносин у сфері спорту. Правовий статус та особливості діяльності МОК. Особливості правового регулювання реклами та маркетингу у сфері спорту. Урегулювання спортивних спорів. Міжнародно-правове регулювання прав інтелектуальної власності в сфері спорту. Правові основи протидії допінгу. Спортивна етика.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Харитонов Є.О. Спортивне право: актуальні проблеми. Харків: Юридична література, 2018. 240 с.
2. Introduction to International and European Sports Law: Capita Selecta (ASSER International Sports Law Series) T.M.C. Asser Press; 2012. 443 p.

**Заплановані навчальні заходи та методи навчання.** Поєднання традиційних і нетрадиційних методів викладання із використанням інноваційних технологій: лекції (оглядові, тематичні, проблемні, лекції-конференції, лекції-дискусії), практичні заняття (тренінги, презентації, дискусії, робота в малих групах, моделювання ситуацій, кейс-стаді).

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль: колоквиуми, розв'язання ситуаційних завдань, імітаційна гра;
- підсумковий контроль: письмовий екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.25. АКТИВНИЙ ТУРИЗМ**

**Тип.** За вибором.

**Рік навчання.** 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** III-VII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Доан П.В., кандидат географічних наук, старший викладач кафедри туризму та менеджменту креативних індустрій.

**Результати навчання.** Засвоєння студентами основних теоретичних знань та набуття практичних навичок й умінь, а саме: збору, обробки, збереження та застосування інформації з активного туризму; розробки туристичних маршрутів різноманітних територій; організації та проведення туристичних походів, прогулянок; організація приготування їжі та облаштування нічлігу у польових умовах; орієнтування та спортивне орієнтування у незнайомій місцевості та виконання складних і оперативних завдань пов'язаних з виживанням людини та спасіння його життя.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Фізична культура та види спорту».

**Зміст.** Поняття активного туризму. Нормативно-правові аспекти активного туризму. Забезпечення безпеки в активному туризмі. Організація та проведення туристичних поїздок з активними видами подорожей. Методи організації туристичних поїздок з активними видами подорожей. Методи здійснення туристичних поїздок з активними видами подорожей. Класифіковані туристичні маршрути з активними видами подорожей по Україні. Методика організації та проведення змагань з активного туризму та спортивного орієнтування. Нормативна документація для проведення змагань з активного туризму. Надання медичної допомоги собі та іншій особі в польових умовах.

Орієнтування на місцевості, засоби та методи виживання в складних польових умовах.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Бейдик О.О. Рекреаційно-туристські ресурси України. Методологія та методика аналізу, термінологія, районування. Монографія. Київ: видавництво КНУ ім. Тараса Шевченка, 2021. 395 с.
2. Устименко Л.М. Основи туризмознавства. Навчальний посібник. Київ: Альтерпрес, 2021. 345 с.
3. Шарий В.П. Теорія і методика туристичної та красзнавчої роботи. Навчальний посібник. Чернігів: Національний університет «Чернігівський колегіум імені Т.Г.Шевченка», 2020. 297 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (оглядові, тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття, виїзні туристичні походи за різними маршрутами (з використанням ситуаційних завдань).

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль (опитування, тестування, індивідуальні, групові, самостійні і практичні роботи);
- підсумковий контроль - письмовий екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.26. БІЛЬЯРД**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Короп М.Ю., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, Клименко Г.В., доцент, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації,

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти знань, вмінь і навичок, необхідних для використання форм, методів і засобів більярду у професійній діяльності. Основними завданнями є: зорієнтувати здобувачів вищої освіти на вивчення теоретичного матеріалу, ознайомлення і засвоєння необхідних навичок технічних дій з кием та м'ячем на рівні навчальної програми, оволодіння методикою початкового навчання основним технічним прийомом гри та тактичним взаємодіям, а також організацією та проведенням змагань.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Історія та культура більярду: походження гри, історичні трансформації, розвиток у різних країнах, вплив культури на правила та стиль, відомі клуби, турніри та гравці, зв'язок з іншими видами спорту та мистецтва. Правила гри та класифікація: основні правила російського більярду, пулу, снукера, відмінності форматів і підрахунку очок, типи ігор, основи суддівства та обліку результатів. Обладнання та інвентар: більярдні столи, кулі, кії, крейда, трикутники та аксесуари, догляд та вибір інвентарю для різних видів гри. Основи техніки ударів: положення тіла, хватка кию, замах і удар, контроль сили та точності, вправи на стабільність і точність. Геометрія ударів і кути: траєкторія куль, відскок від борту, визначення кутів удару, розрахунок позиційної гри, практичні вправи.

Контроль битка: види обертання, вплив на траєкторію, техніки позиційного мислення, вправи на швидкість і точність. Комбінаційні та серійні удари: підготовка серії ударів, використання комбінацій, вправи на серійні удари, аналіз турнірних партій. Тактика гри: планування ходів, безпечні удари, адаптація під суперника, контроль темпу і позиційна гра. Психологія гри: концентрація, управління емоціями, розвиток впевненості і мотивації, вправи на психологічну стійкість. Снукер: особливості гри, техніка ударів по різнокольорових кулях, позиційна стратегія, практичні вправи. Регулярні тренування та вправи: планування індивідуальних і групових занять, комплекси для точності, сили, контролю та концентрації, самооцінка прогресу, відеоаналіз. Командні ігри і турнірні формати: організація турнірів, командна стратегія, формати ігор, підрахунок результатів, моделювання турніру. Аналіз ігор: методи відеоаналізу, виявлення помилок, розбір турнірних партій, планування корекцій, вправи на аналіз власних ігор. Основи етикету та безпеки: правила поведінки за столом, ввічливість, черга ударів, безпечне поводження з кийом, запобігання травмам, соціальні аспекти гри. Оцінювання та самоконтроль прогресу: методи оцінки техніки та тактики, планування індивідуального прогресу, ведення тренувальних щоденників, використання статистики і відеоаналізу, самостійні завдання для підвищення ефективності.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Гамов В.Г., Дембіцька О.О., Короп М. Ю. та інші. Фізичне виховання. Спортивні ігри. Навчальний посібник. Київ: Держ. торг-економ. ун-т. 2025. 252 с.
2. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації. Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2007. 273 с.
3. Петренко Я. П., Степанюк Ю.М. Спортивні ігри. Теорія і методика навчання (баскетбол, волейбол, футбол). Тернопіль: ТНПУ, 2016. 248 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.27. ДОЛІКАРСЬКА МЕДИЧНА ДОПОМОГА**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Гайова Л.В., професор, доктор медичних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** Метою навчальної дисципліни є теоретична і практична підготовка студентів до невідкладних дій та організаційних заходів, спрямованих на врятування та збереження життя людини у невідкладному стані та мінімізацію наслідків впливу такого стану на її здоров'я, що здійснюються на місці події особами, які не мають медичної освіти, але за своїми службовими обов'язками повинні володіти основними практичними навичками з рятування та збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна медицина».

**Зміст.** Сутність і місце дисципліни у системі медичної та безпекової освіти. Мета дисципліни – формування знань та навичок надання допомоги до прибуття медичних працівників. Завдання: оцінка стану постраждалого, стабілізація життєвих функцій, забезпечення безпеки, виклик медичних служб. Етичні та правові аспекти діяльності, межі компетенції.

Анатомо-фізіологічні основи: будова тіла, органів і систем, фізіологічні процеси, значення для оцінки травм. Огляд місця події, забезпечення безпеки, використання засобів захисту, визначення кількості постраждалих, аналіз механізму травми, організація допомоги.

Первинний огляд: оцінка свідомості, дихання, пульсу, виявлення небезпечних станів, переведення у стабільне положення. Вторинний огляд: послідовне обстеження, виявлення деформацій, кровотеч, збір анамнезу, контроль стану до прибуття медиків.

Порушення прохідності дихальних шляхів і асфіксія: методи відновлення прохідності, прийом Геймліха, допомога при утопленні, показання до конікотомії, типові помилки. Кровотрата та кровотечі: класифікація, тимчасова зупинка, контроль стану постраждалого.

Домедична допомога при травмах грудей, живота, таза, скелета і м'язів: ознаки травм, фіксація, транспортування, профілактика травматизму. Медико-біологічне забезпечення: контроль життєвих показників, взаємодія з медиками, самоконтроль постраждалого. Протоколи та алгоритми дій, системний підхід, готовність до ефективних дій у надзвичайних ситуаціях.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Перша екстрена і тактична медична допомога на догоспітальному етапі. Навчальний посібник. / В.С.Тарасюк, М.В.Матвійчук, І.В.Паламар та ін.; за ред. В.С.Тарасюка. 3-є вид., перероб. та доп. К.: Медицина, 2019. 504 с.
2. Кровотеча. Кровотрата. Екстрена медична допомога. Навчальний посібник. / Ю.В.Шкатула, Г.Ф.Ткач, В.Ю.Гарбузова, Ю.О.Бадіон; за загальною редакцією Ю.В.Шкатули. Суми: Сумський державний університет, 2020. 155 с.
3. Екстрена медична допомога (догоспітальні протоколи): Посібник // за редакцією професора О.В.Богомолець, професора Г.Г.Роштіна. Київ. Юстон. 2016. 212 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

## 4.28. ОЗДОРОВЧІ ПРОГРАМИ

Тип. За вибором

Рік навчання. 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

Семестр. II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, Клименко Г.В., доцент, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *Мета* – оволодіння студентами системою теоретичних знань, практичних умінь та навичок, необхідних для ефективної реалізації завдань щодо покращення здоров'я і якості життя громадян України в умовах викликів XXI століття. *Результати навчання дисципліни:* знати: знати і розуміти рекомендації з методики навчання основ здоров'я; вміти: аналізувати спосіб життя особи та його вплив на здоров'я, створювати рекомендації щодо раціоналізації здорового способу життя, розробляти здоров'язбережувальні програми, добирати адекватні методи й засоби оздоровлення, реалізовувати відповідні вміння в освітньому процесі; здатен продемонструвати: методику визначення біологічного віку людини; володіти навичками: анкетування, тестування рівня фізичного розвитку та рівня здоров'я; самостійно вирішувати: здоров'язбережувальні технології у програмах здоров'я.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Спортивна фізіологія та біохімія», «Біомеханіка спорту», «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Індивідуальне здоров'я: суть та феноменологія. Здоров'я та хвороба. Сутність здоров'я. Біополе як основа самоорганізації біологічної системи. Перехідні стани. Методологічні основи учення про здоров'я. Основні завдання учення про здоров'я. Механізми формування факторів ризику ішемічної хвороби серця. Діагностика індивідуального здоров'я. Класифікація діагностичних моделей. Донозологічна діагностика. Діагностика здоров'я за прямими показниками. Визначення біологічного віку. Діагностика здоров'я за резервами біоенергетики. Фізичний розвиток як показник здоров'я. Загальні положення. Енергетичне правило скелетних м'язів. Динаміка функціонального резерву біоенергетики в онтогенезі. Експрес-оцінювання рівня фізичного розвитку за показниками біоенергетики. Прогнозування здоров'я. Основи прогнозування. Проблеми верифікації прогнозу. Критерії прогнозу. Рівень соматичного здоров'я та старість. Зростання та старіння. Старість та здоров'я. Духовні аспекти здоров'я. Методи підвищення рівня здоров'я. Фізичне оздоровче тренування. Механізми оздоровчої дії. Теорія та практика здорового харчування. Теорії харчування. Альтернативне харчування. Усвідомлене харчування. Біологічні активні харчові домішки. Про «чистку» організму. Проблеми корекції надлишкової маси тіла. Найбільш розповсюджені помилки. Метод корекції маси тіла. Структурована вода в корекції маси тіла. Режим харчування та маси тіла. Валеологія, фітнес та здоров'я. Комп'ютерні програми з визначення рівня здоров'я. Індивідуалізація програм з визначення біологічного віку. Таблиці та розрахункові номограми.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Адирхаєва Л.В., Адирхаєв С.Г., Корнійко У.В. Здоровий спосіб життя як чинник, що забезпечує розвиток рухової активності студентської молоді. Навчальний посібник. Київ: КиМУ, 2021. 160 с.
2. Максимович Н.Ю. Основи здорового способу життя та регулювання працездатності студентів. Навчальний посібник. Вінниця: Твори. 2020. 144 с.
3. Присяжнюк С.І. Біологічний вік та здоров'я студентської молоді. Київ: Центр навчальної літератури. 2020. 294 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

**4.29. ОСНОВИ ПЕРСОНАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *Мета* – оволодіння студентами системою теоретичних знань, практичних умінь та навичок, необхідних для ефективного реалізації завдань щодо покращенню індивідуальної статури. *Результати навчання дисципліни:* *знати:* знати і розуміти рекомендації з методики навчання біології, основ здоров'я та природознавства. *вміти:* аналізувати спосіб життя особи та його вплив на здоров'я; створювати рекомендації щодо раціоналізації здорового способу життя; розробляти здоров'язбережувальні програми; добирати адекватні методи й засоби оздоровлення; реалізовувати відповідні вміння в освітньому процесі. *здатен продемонструвати:* методику тренування для гармонійного розвитку фігури людини. *володіти навичками:* анкетування, тестування рівня фізичного розвитку та рівня здоров'я. *самостійно вирішувати:* здоров'язбережувальні технології у програмах здоров'я.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Біомеханіка спорту», «Педагогіка спорту», «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Сутність і місце дисципліни «основи персонального тренінгу» у системі фізичної культури і фітнес-освіти. Мета, завдання та функції персонального тренера. Професійні компетентності та етичні норми діяльності персонального тренера. Індивідуальна підготовка клієнта як основа персонального тренінгу. Особливості роботи з різними категоріями клієнтів. Збирання та аналіз інформації про клієнта. Анкетування, співбесіда, оцінка рівня фізичного розвитку, функціонального стану та фізичної підготовленості. Протипоказання та обмеження до фізичних навантажень. Планування здорового способу життя клієнта. Формування мотивації до рухової активності. Поєднання тренувань, відпочинку та відновлення. Біохімічні та фізіологічні основи тренувальних занять. Енергетичні системи організму. Адаптація до фізичних навантажень. Реакції серцево-судинної, дихальної та м'язової систем на тренування. Вибір і контроль інтенсивності виконання фізичних вправ. Методи визначення навантаження. Пульсові зони. Суб'єктивні та об'єктивні критерії інтенсивності. Характеристика рухових якостей. Сила, витривалість, швидкість, гнучкість, координація. Методи та засоби їх розвитку у персональному тренінгу. Теорія і практика розминки. Фізіологічне значення розминки. Структура та види розминки. Персональна розминка з урахуванням віку, статі, рівня підготовленості та мети занять. Планування персональної програми тренувальних занять. Принципи індивідуалізації та поступовості. Структура тренувального заняття. Добір вправ і тренувальних методів. Етапи підготовки клієнта. Початковий, підготовчий, основний та підтримувальний етапи. Періодизація тренувального процесу у персональному тренінгу. Мікро-, мезо- та макроцикли. Проблеми раціонального харчування спортсменів і клієнтів фітнес-програм. Роль харчування у досягненні тренувальних цілей. Взаємозв'язок тренувань і відновлення. Медико-біологічне забезпечення тренувального процесу. Контроль стану здоров'я. Самоконтроль клієнта. Взаємодія персонального тренера з медичними спеціалістами. Травматизм на тренувальних заняттях. Причини виникнення травм. Заходи профілактики травматизму. Правила безпеки під час індивідуальних тренувань.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Адирхаєва Л.В., Адирхаєв С.Г., Корнійко У.В. Здоровий спосіб життя як чинник, що забезпечує розвиток рухової активності студентської молоді. Навчальний посібник. Київ: КиМУ, 2021. 160 с.
2. Колумбет О.М. Теорія і методика фізичної культури. Опорні схеми. Навчальний посібник. К.: ДТЕУ, 2025. 512 с.
3. Максимович Н.Ю. Основи здорового способу життя та регулювання працездатності студентів. Навчальний посібник. Вінниця: Твори. 2020. 144 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.30. РУХЛИВІ ІГРИ**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Короп М.Ю., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *Мета дисципліни* – підготовка фахівців з високим кваліфікаційно-освітнім рівнем, які можуть самостійно і творчо вирішувати професійні завдання як наукової, так і педагогічної діяльності. Курс передбачає вивчення питань по теорії історії ігрової діяльності, придбання необхідних теоретичних знань, практичних вмінь на навичок для ведення самостійної педагогічної роботи у області фізичної культури та спорту.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Рухливі ігри як засіб фізичного виховання. Поняття «рухлива гра» та її сутність. Місце рухливих ігор у системі фізичного виховання. Оздоровче, освітнє та виховне значення рухливих ігор. Психологічний вплив і соціальна функція рухливих ігор. Ігрова діяльність як форма рухової активності та складова здорового способу життя. Походження та історичний розвиток рухливих ігор. Народні традиції рухливих ігор України та народів світу. Етнопедагогічний зміст і виховні традиції народних ігор. Рухливі ігри у козацькій педагогіці та їх роль у формуванні національної культури. Вікові особливості використання рухливих ігор. Психофізіологічні особливості дітей різного віку. Рухливі ігри для дітей раннього віку, дошкільників, молодших школярів, підлітків, юнаків і дорослих. Вікова дозованість фізичного навантаження та індивідуальний підхід у доборі ігор. Класифікація рухливих ігор. Ігри без поділу на команди та командні ігри. Ігри з предметами і без предметів. Ігри за рівнем рухливості. Сюжетні та несюжетні ігри. Спортивно-ігрові та навчально-тренувальні ігри. Методика проведення рухливих ігор. Підготовка до гри, організація учасників, пояснення правил, демонстрація рухів. Керівництво грою, регулювання навантаження, підтримання дисципліни. Підбиття підсумків, аналіз результатів і корекція помилок. Техніка безпеки під час рухливих ігор. Вимоги до місця проведення, інвентарю, одягу та взуття. Запобігання травматизму, дотримання правил гри, медичні протипоказання та надання першої допомоги. Рухливі ігри для розвитку рухових якостей. Ігри на розвиток швидкості, сили, витривалості, гнучкості, спритності та координації. Комплексний розвиток рухових якостей і оцінювання ефективності ігор. Рухливі ігри для формування рухових навичок. Ігри з

елементами ходьби, бігу, стрибків, метання, лазіння та рівноваги. Розвиток просторової орієнтації та координації рухів. Рухливі ігри з елементами спортивних ігор. Формування командної взаємодії, навчання технічним і тактичним діям, суддівство та виховання спортивної культури. Рухливі ігри на відкритому повітрі та в приміщенні. Використання природного середовища, сезонні ігри, загартувальний ефект і педагогічний контроль. Особливості організації ігор у спортивному залі та класі. Рухливі ігри з музичним супроводом. Роль музики, ритмічні та танцювальні ігри, розвиток почуття ритму й емоційної сфери. Рухливі ігри для розвитку соціальних навичок. Ігри на співпрацю, комунікацію, формування лідерських якостей, відповідальності та командного духу. Організація рухливих ігор в освітньому процесі. Ігри на уроках фізичної культури, перервах, прогулянках, у групах продовженого дня та позакласній роботі. Фізкультурні свята, дні здоров'я, робота з батьками, документація та планування. Планування та оцінювання ефективності рухливих ігор. План-конспект гри, добір ігор за програмою, облік рухової активності, педагогічне спостереження, аналіз результатів і педагогічна рефлексія.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Гамов В.Г., Дембіцька О.О., Короп М. Ю. та інші. Фізичне виховання. Спортивні ігри. Навчальний посібник. Київ: Держ. торг-економ. ун-т. 2025. 252 с.
2. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації. Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2007. 273 с.
3. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник у 2 т. Київ: Олімпійська література, 2021. 682 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

#### **Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

### **5.31. СПОРТИВНА МЕТРОЛОГІЯ**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *Мета дисципліни* – забезпечення здобувачів знаннями і вмінням здійснювати комплексний контроль у фізичній культурі та спорті з використанням його результатів у плануванні підготовки спортсменів і фізкультурників.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Біомеханіка спорту», «Педагогіка спорту», «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Предмет дисципліни «Спортивна метрологія». Основні поняття метрологічного контролю. Основні поняття метрологічного контролю. Особливості вимірювань. Норми-основи порівняння результатів. Точність вимірювань. Вимірювальні прилади. Основні різновиди оптичних приладів. Основні метрологічні вимоги до відеометрії. Головні способи проведення оцінювання. Контроль за фізичною підготовкою спортсменів. Контроль за рівнем розвитку сили та витривалості. Основні поняття та вимоги тестів. Різновиди тестів. Анкетування. Методи експертних оцінок. Вибір та обґрунтування критеріїв. Комплексне оцінювання тестів. Норми в спортивній метрології. Методи експертних оцінок.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Годік М.А. Спортивна метрологія. Підручник для інститутів з фізичної культури. К.: Фізкультура і спорт, 2008. 91 с.
2. Біомеханіка спорту. Підручник. // Під заг. ред.. Лапутіна А.М. К.: Олімпійська література, 2011. 319 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

#### **4.32. СПОРТИВНЕ ХАРЧУВАННЯ**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Паришкура Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, Гайова Л.В., професор, доктор медичних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації,

**Результати навчання.** Метою викладання навчальної дисципліни «Спортивне харчування» є ознайомлення здобувачів освіти із основними складовими харчових продуктів, їх значенням для здоров'я людини; основами раціонального харчування, особливостями спортивного харчування; впливом харчових добавок на здоров'я людини; захворюваннями, які виникають внаслідок незбалансованого харчування; специфіка харчування спортсменів на різних етапах – тренувального процесу та спортивного вдосконалення, та видів спортивної діяльності.

Обов'язкові попередні навчальні дисципліни. «Фізична культура та види спорту», «Анатомія та фізіологія людини», «Спортивна медицина», «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Основні поняття харчування. Предмет і завдання спортивного харчування. Історія розвитку раціонального харчування та еволюція теорій харчування. Теорія збалансованого та теорія оптимального харчування. Поняття про харчування, його функції та культуру. Структура і функції травної системи. Основні поживні речовини та їх роль в організмі. Місце спортивного харчування у тренувальному процесі. Вплив харчування на результати тренувань. Розрахунок, аналіз раціонів і режимів спортивного харчування. Теорія та практика раціонального харчування. Нормативно-законодавча база України у сфері безпечності та якості харчових продуктів. Особливості раціонального харчування спортсменів. Обмін речовин та енергії. Асиміляція, дисиміляція, катаболізм і метаболізм. Макроенергетичні сполуки. Аденозинтрифосфат і креатинфосфат. Окислення органічних речовин. Пластичний та енергетичний обмін. Засвоюваність їжі. Калорійність продуктів харчування. Енергетична потреба організму та харчова цінність продуктів. Добова норма енергії. Підрахунок базового обміну речовин за формулами ВООЗ, Міффіна–Сан Жеора та спрощеними методами. Визначення калорійності раціону та співставлення з енерговитратами під час тренувань. Білки, жири та вуглеводи. Їх функції, біологічна роль і норми споживання для спортсменів. Синтез і розпад білків. Ліпіди та їх види. Вуглеводний обмін, глікогенез, глікогеноліз і глюконеогенез. Глікемічний індекс і глікемічне навантаження. Продукти з низьким, середнім і високим глікемічним індексом. Значення глікемічного індексу для контролю маси тіла та харчування спортсменів. Вітаміни та мінерали в системі спортивного харчування. Норми вітамінів для спортсменів різних видів спорту. Полівітамінні та вітамінно-мінеральні комплекси. Ізотонічні напої та антиоксиданти. Харчові добавки у раціоні спортсмена. Вуглеводні напої та суміші.

Жироспалювачі. Вуглеводна дієта, «вуглеводне вікно», вуглеводне завантаження і розвантаження. Білкові напої та суміші. Тваринні й рослинні протеїни. Амінокислоти та анаболічні комплекси. Правила вибору та приготування білкових коктейлів. Енергетичні добавки та фармакологічні засоби. Гейнери, предтренувальні комплекси, спортивні батончики. Заборонені препарати та допінг. Особливості харчування спортсменів у спекотному кліматі. Вплив кліматичних факторів. Питний режим і напої для спортсменів. Особливості харчування спортсменів під час змагань. Раціон і режим харчування перед стартом і у день змагань. Підвищення глікогенових запасів. Харчування спортсменів на дистанції. Поповнення енергетичних і водних втрат. Пункти харчування на дистанції. Особливості харчування у відновлювальний період. Регідратація, ресинтез глікогену, відновлення вуглеводних і білкових запасів. Залежність спрямованості тренувань від раціону спортивного харчування.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Мазаракі А.А., Кравченко М.Ф. та ін. Технологія харчових продуктів функціонального призначення. Навчальний посібник. Київ: КНТЕУ, 2012 р. 116 с.
2. Оздоровче харчування. Навчальний посібник / за ред. докт. мед. наук, проф. П.О.Карпенка. Київ: Київ. нац. торг.- екон. ун-т, 2019. 627 с.
3. Орлова Н.Я. Фізіологія та біохімія харчування: Підручник. Київ: КНТЕУ, 2001. 248 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Вивчення дисципліни проводиться шляхом лекційних та практичних занять, що забезпечують закріплення теоретичних знань, сприяють засвоєнню практичних навичок.

**Методи оцінювання:**

- поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань;
- підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

### **4.33. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Колумбет О.М., професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації, Паришкара Ю.В., доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації.

**Результати навчання.** *Метою дисципліни є розробка і реалізація уявлення про вищу школу України. Також необхідно розглянути особливості роботи викладача фізичної культури у закладах вищої освіти, дати характеристику її особливостям, ознайомити з Програмою фізичного виховання у закладах вищої освіти, з правами та обов'язками викладачів вищих навчальних закладів, дати уявлення про зміст і організацію професійно-педагогічної освіти у ЗВО.*

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Місце і роль фізичної культури в системі освіти України. Фізичне виховання як складова загальної культури особистості. Мета і завдання фізичного виховання на різних рівнях освіти. Сучасні тенденції розвитку фізичного виховання. Значення фізичної культури у формуванні здорової особистості. Проблеми та перспективи розвитку системи фізичного виховання в закладах освіти; нормативно-правові основи фізичного виховання. Законодавче забезпечення фізичного виховання в Україні. Державні стандарти освіти у сфері фізичної культури. Освітні програми та навчальні плани. Права й обов'язки педагогічних працівників. Відповідальність за безпеку та охорону здоров'я здобувачів освіти; фізичне виховання у закладах дошкільної освіти. Вікові особливості фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Мета і завдання фізичного виховання дошкільників.

Організація рухового режиму. Формування інтересу до рухової активності та зміцнення здоров'я; теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Принципи, методи та засоби навчання рухам. Розвиток фізичних якостей. Ігрова діяльність як провідний метод. Інклюзивний підхід у фізичному вихованні; форми організації занять з фізичного виховання у дошкільній освіті. Ранкова гімнастика. Фізкультурні заняття у режимі дня. Фізкультхвилинки та рухливі ігри. Плавання і загартувальні процедури; планування та облік фізичного виховання у закладах дошкільної освіти. Перспективне і календарне планування. Ведення документації. Облік показників фізичного розвитку. Контроль якості освітнього процесу; фізичне виховання у початковій школі. Мета і завдання фізичного виховання молодших школярів. Вікові особливості розвитку. Формування рухових умінь і навичок. Розвиток фізичних якостей і мотивації до занять; фізичне виховання у середній та старшій школі. Навчальні програми з фізичної культури. Поглиблений розвиток фізичних якостей. Формування потреби у самостійному фізичному вдосконаленні та здоровому способі життя; форми організації занять з фізичної культури в школі. Урок фізичної культури. Позакласна і позаурочна діяльність. Спортивні секції, гуртки, змагання та масові фізкультурно-спортивні заходи; безпека та медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні школярів. Правила безпеки. Дозування фізичних навантажень. Розподіл учнів за медичними групами. Профілактика травматизму і перевтоми; фізичне виховання у закладах вищої освіти. Мета і завдання фізичного виховання студентської молоді. Особливості організації занять у зво. Формування здорового способу життя та професійної готовності; організація занять з фізичної культури у закладах вищої освіти. Навчальні групи. Спортивні секції і клуби. Матеріальне та методичне забезпечення. Роль викладача у мотивації студентів; фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп. Особливості фізичного стану. Принципи організації занять. Індивідуальний підхід і реабілітаційна спрямованість; професійно-прикладна фізична підготовка. Зв'язок фізичного виховання з професійною діяльністю. Завдання і принципи підготовки. Розвиток професійно важливих фізичних якостей; спортивні споруди та матеріально-технічне забезпечення фізичного виховання. Класифікація спортивних споруд. Оснащення спортивних залів і майданчиків. Нормативні вимоги та умови безпечної експлуатації.

#### **Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Колумбет О.М. Теорія і методика фізичної культури. Опорні схеми. Навчальний посібник. Вінниця: Твори, 2019. 512 с.
2. Савицька Л.І., Савицький В.І., Савицький О.В. Соціологія і фізична культура. Навчальний посібник. Київ, 2020. 374 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник у 2 т. / гол. ред. Т.Ю.Круцевич. Київ: Олімпійська література, 2021. 682 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

#### **Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.

### **4.34. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ І МАСАЖ**

**Тип.** За вибором

**Рік навчання.** 2025/2026, 2026/2027, 2027/2028, 2028/2029.

**Семестр.** II-VIII.

**Лектор, вчене звання, науковий ступінь, посада.** Клименко Г.В., доцент, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури, спорту та

реабілітації, Гайова Л.В., професор, доктор медичних наук, професор кафедри фізичної культури, спорту та реабілітації,

**Результати навчання.** Метою викладання є формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатність розуміти сутність розвитку та застосування основних засобів та методів фізичної реабілітації і масажу. Здійснення аналізу та прогнозування процесів відновлення людської життєдіяльності.

**Обов'язкові попередні навчальні дисципліни.** «Біомеханіка спорту», «Спортивна фізіологія та біохімія», «Педагогіка спорту», «Теорія і методика фізичної культури і спорту».

**Зміст.** Поняття реабілітації та місце у ній фізичної терапії. Рухова активність людини та її роль в фізичному розвитку людини. Історія розвитку фізичної реабілітації. Розвиток фізичної реабілітації в Україні. Клінічна та позаклінічна діяльність фізичного терапевта. Реабілітаційне обстеження. Реабілітаційне обстеження. Загальні поняття про роль фізичної терапії у реабілітації спортсменів. Основи масажу. Введення у масаж. Прийоми масажу. Масаж окремих частин тіла. Техніка загального масажу та самомасажу. Спортивний масаж. Лікувальний масаж.

**Рекомендовані джерела та інші навчальні ресурси/засоби.**

1. Вакулєнко Л.О. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії. Навчальний посібник. Київ: Укрмедкнига, 2019. 372 с.
2. Нагорна О.Б., Горчак В.В. Основи фізичної реабілітації. Навчальний посібник. Рівне: НУВГП, 2017. 128 с.
3. Сокрута В.М. Фізична реабілітація та спортивна медицина. Навчальний посібник. Львів, 2021. 480 с.

**Заплановані навчальні заходи та методи викладання.** Лекції (тематичні та проблемні), семінарські та практичні заняття (з використанням кейс-стаді, імітацій, роботи в малих групах, комунікативних методів).

**Методи оцінювання:**

поточний контроль – опитування, тестування, перевірка індивідуальних завдань; підсумковий контроль – екзамен.

**Мова навчання та викладання.** Українська.