

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ:

Декан факультету здоров'я,
психології, фізичної культури та
спорту

Євген ПАВЛЮК

29 серпня 2025р

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ „АКТИВНЕ ДОЗВІЛЛЯ”

галузь знань **А Освіта**

спеціальність **A4 Середня освіта** (за предметними спеціальностями)

предметна спеціальність **A 4.11. Середня освіта (фізична культура)**

Рівень вищої освіти **Другий магістерський**

Освітньо-професійна програма **Середня освіта (фізична культура)**

Обсяг дисципліни **5 кредитів ЄКТС**

Шифр дисципліни **ОФП.04**

Мова навчання **Українська**

Статус дисципліни: **Обов'язкова (фахової підготовки)**

Факультет **здоров'я, психології, фізичної культури та спорту**

Кафедра **теорії і методики фізичного виховання і спорту**

Форма навчання	Курс	Семестр	Загальне навантаження		Кількість годин						Курсовий проект	Залік	Іспит
					Аудиторні заняття				Індивідуальна робота	СРС, у т.ч. ІРС			
			Європейські кредити	Години	Всього	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття					
Денна	1	2	5	150	50	32	-	18		100			+
Заочна	1	2	5	150	12	6	-	6		138			+

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми «Середня освіта (фізична культура)» та навчального плану за спеціальністю А4 «Середня освіта» за другим магістерським рівнем освіти

Робоча програма складена: В. Базильчук к.фіз.вих., доцент Віра БАЗИЛЬЧУК

Схвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту

Протокол № 1 від 29 серпня 2025 р.

Зав. кафедри ТiМФВiС Олександр Солтик д. пед. н., професор Олександр СОЛТИК

Робоча програма розглянута та схвалена вченою радою факультету здоров'я, психології, фізичного виховання та спорту

Протокол № 1а. від 29 серпня 2025

Голова вченої ради факультету

Євген Павлюк д. пед. н., професор Євген ПАВЛЮК

Хмельницький 2025

ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ

Посада	Назва кафедри	Підпис	Ім'я, ПРИЗВИЩЕ
Гарант ОПП	теорії і методики фізичного виховання і спорту		Олександр СОЛТИК

3. Пояснювальна записка

Дисципліна “**Активне дозвілля**” є однією із дисциплін професійної підготовки фахівців освітнього рівня магістр за спеціальністю А4 Середня освіта (фізична культура). Вивчення дисципліни у процесі підготовки фахівців має важливе фахове, соціальне та педагогічне значення.

Пререквізити – ОЗП. 02 психолого-педагогічні основи фізичної культури, теорія і ОФП. 01 методика викладання фізичної культури у закладах загальної середньої освіти

Кореквізити – ОФП.06, педагогічна практика I, ОФП.07 педагогічна практика II, комплексний атестаційний іспит.

Відповідно до освітньої програми дисципліна має забезпечити:

Компетентності: Здатність розв’язувати складні задачі або проблеми в галузі освіти за предметною спеціальністю Середня освіта (фізична культура), що передбачає проведення педагогічних досліджень і характеризується невизначеністю умов. Здатність розробляти та презентувати освітні проєкти, управляти ними та спрямовувати виконавців на досягнення спільної мети. Здатність до формування культури здорового способу життя здобувачів освіти, створення умов для забезпечення їх гармонійного фізичного та психічного розвитку. Здатність добирати і використовувати сучасні методи і технології навчання для формування у здобувачів освіти знань з фізичної культури, розвитку рухових умінь, навичок і фізичних якостей. Здатність формувати у здобувачів освіти знання, уміння, навички та переконання, необхідні для реалізації здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності, особистого фізичного та психоемоційного здоров’я. Здатність організовувати освітній процес з фізичної культури, реалізовувати поза навчальну роботу, спортивно-масову та рекреаційно-оздоровчу діяльність у закладах освіти.

Програмні результати навчання: Знає та дотримується вимог законодавства щодо охорони життя і здоров’я учасників освітнього процесу (зокрема інклюзивного освітнього середовища); використовує в освітньому процесі здоров’язбережувальні технології. Демонструє здатність діяти автономно і в команді. Володіє сучасними методами і технологіями навчання для забезпечення у здобувачів освіти грамотності у фізичній культурі, формування рухових умінь та навичок, розвитку фізичних якостей. Демонструє уміння організовувати освітній процес з фізичної культури у закладах загальної середньої освіти, позанавчальну роботу, спортивно-масову та рекреаційно-оздоровчу діяльність для формування, збереження і зміцнення здоров’я. Демонструє знання і уміння проєктування освітнього процесу з фізичної культури, обирає форми та методи навчання з урахуванням освітніх потреб здобувачів освіти, їх стану здоров’я, віку, статі, культурних і національних традицій відповідно до сучасних освітніх тенденцій. Демонструє уміння формувати у здобувачів освіти знання, уміння, навички та переконання, необхідні для реалізації здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності, володіє вміннями будувати комунікацію з усіма учасниками освітнього процесу для створення здоров’язбережувального і здоров’яформувального середовища. Знає та дотримується вимог безпеки життєдіяльності і профілактики травматизму в межах своїх функціональних обов’язків. Вміє розробляти та реалізовувати навчальні і дослідницькі проєкти з фізичної культури, узагальнювати отримані результати та впроваджувати їх в освітній процес

Мета дисципліни: формування професійних, організаційних, педагогічних, методичних знань, вмінь і навичок, необхідних у фізичній рекреації, які мають забезпечити теоретичну та практичну підготовку магістрів спеціальності А 4 Середня освіта (фізична культура).

Предмет дисципліни: особистість фахівця, мотиваційна сфера, професійно-важливі якості і вміння. Зміст компетентностей дисципліни є здатність майбутніх фахівців використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з фізичної рекреації. Вивчення матеріалу повинно сприяти ідейному формуванню майбутніх фахівців з фізичної культури.

Навчальні заняття проводяться у формі лекцій, практичних занять і самостійної роботи.

Завдання дисципліни: надати знання щодо особливостей використання фізичних вправ, ігор, розваг, а також природних чинників для активного відпочинку, зміни виду діяльності, відволікання від процесів, що спричиняють фізичну, психічну й інтелектуальну втому, проведення дозвілля серед школярів, та фізкультурно-оздоровчі заняття із різним руховим змістом.

Результати навчання. В результаті засвоєння дисципліни студенти повинні:

уміти: здійснювати контроль за оздоровчим ефектом занять, застосовувати сучасні оздоровчі види рухової активності, організувати заняття з активного дозвілля із школярами;

володіти: основами активного дозвілля, реалізацією сучасних методів та форм фізичної рекреації, організацією та проведенням фізкультурно-спортивних заходів, формуванням підтверджуючої документації, уміннями формування мотивації до занять фізичними вправами учнів.

Зміст навчальної дисципліни: історія виникнення та розвиток дозвіллевої діяльності; значення вільного часу, рекреації та культурного дозвілля; сутність дозвілля, рекреації та її класифікація; програми сприяння здоровому способу життя у різних країнах світу; рухова активність і здоров'я школярів; природні фактори; організація та методика проведення спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів зі здобувачами освіти; національно-культурний контекст освіти; фізична рекреація на дозвіллі; дозвілля в оздоровчих таборах; фізичний стан як основа проведення активного дозвілля; закордонний досвід організації дозвілля для людей з особливими фізичними потребами, методи контролю за оздоровчим ефектом занять.

4. Структура залікових кредитів дисципліни

Назва теми	Кількість годин, відведених на					
	лекції	практичні	сам р-та	лекції	практичні	сам р-та
	Денна форма			Заочна форма		
Тема 1. Історія виникнення та розвиток дозвілевої діяльності.	2	2	9	2	2	12
Тема 2. Значення вільного часу, рекреації та культурного дозвілля.	2	2	9			14
Тема 3. Сутність дозвілля, рекреації та її класифікація	2	2	9			14
Тема 4. Програми сприяння здоровому способу життя у різних країнах світу	4	2	9	2	2	14
Тема 5. Рухова активність і здоров'я школярів. Природні фактори.	4	2	9			14
Тема 6. Організація та методика проведення спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами	4	2	9			14
Тема 7. Національно-культурний контекст освіти	2		9	2	2	12
Тема 8. Активне дозвілля в оздоровчих таборах	2	2	9			12
Тема 9. Закордонний досвід організації дозвілля для людей з особливими фізичними потребами	2	2	9			12
Тема 10. Фізичний стан як основа програмування активного дозвілля.	4		9			12
Тема 11. Методи контролю за оздоровчим ефектом занять.	4	2	10			10
Разом за семестр	32	18	100	6	6	138

5. Програма навчальної дисципліни

5.1 Зміст лекційного курсу

Перелік лекцій для студентів денної форми здобуття освіти

Номер теми	Перелік тем, їх анотації	к-сть годин
1	Історія виникнення та розвиток дозвілевої діяльності Етапи історичного розвитку дозвілля. Розвиток оздоровчо-рекреаційної діяльності в Україні. Історичні передумови розвитку форм активного дозвілля людини. Відпочинок, вільний час і дозвілля у стародавньому світі. Зміни в організації вільного часу в країнах Західної Європи у період переходу від Середньовіччя до Нового часу (XVII-XVIII ст.). <i>Література:</i> [1. - С.6-11; 3.- С.9-16; 13;14;15].	2
2	Значення вільного часу, та культурного дозвілля. Характеристика поняття «вільний час» та «дозвілля». Значення відпочинку і рекреації в житті людини. <i>Література:</i> [1.- С.39-46; 3. - С. 16-23,13;14;15].	2
3	Сутність дозвілля, рекреації та її класифікація. Визначення понять «дозвілля» та «рекреація». Класифікація та завдання	2

	рекреації в сучасному суспільстві. Різновиди та функції активного дозвілля. <i>Література:</i> [1. - С.56-64; 2. – С. 10-21;3.- С.19-23;7; 13;14;15].	
4	4.1Програми сприяння здоров'ю та здоровому способу життя у різних країнах світу. Визначення понять здоров'я та здорового способу життя. 4.2. Характеристика оздоровчих програм за кордоном. <i>Література:</i> [1. - С.26-46;3.- С.139-164; 10;12;13;14;15].	4
5	5.1. Рухова активність і здоров'я школярів. Біологічні потреби організму в руховій активності. Норми рухової активності школярів. 5.2. Роль природніх факторів в оздоровчому тренуванні. <i>Література:</i> [1. - С.26-46;3.- С.139-164; 5;13;14;15].	4
6	6.1. Організація та методика проведення спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами. Спортивно-масові і фізкультурно-оздоровчі заходи як видовища. 6.2. Особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів з молоддю. (дні здоров'я, фізкультурні свята, фізкультурні розваги та ін). <i>Література:</i> [1. - С.26; 3.- С.139-164; 10;13;14;15].	4
7	Національно-культурний контекст освіти. Ігри та забави в обрядах та звичаях українського народу. Роль традиційних народних ігор на дозвіллі <i>Література:</i> [13;14;15].	2
8	Активне дозвілля в оздоровчих таборах. Організація дозвілля у місцях масового відпочинку. Класифікація різних видів масового спорту для розваг на відкритому повітрі. Форми фізичного виховання в таборах. План основних заходів у таборах. Методи характерні для роботи з дітьми. Характеристика типів таборів, їх завдання та вимоги до проведення фізкультурних заходів <i>Література:</i> [3;13;14;15].	2
9	Закордонний досвід організації дозвілля для людей з особливими фізичними потребами Специфіка дозвіллевого обслуговування людей з інвалідністю. Сутність дозвіллевої реабілітації у різних країнах світу. Характеристика дозвіллевих проєктів для людей з інвалідністю. <i>Література:</i> [13;14;15].	2
10	10.1. Фізичний стан як основа програмування активного дозвілля. Основні поняття та визначення. Вибір фізичних вправ у програмуванні оздоровчого тренування. 10.2. Нормування фізичного навантаження. Програмування оздоровчого тренування <i>Література:</i> [3.- С. 173-181;13;14;15].	4
11	11.1. Методи контролю за оздоровчим ефектом занять. Види, завдання, мета контролю за оздоровчим ефектом занять. Методи первинного контролю в оздоровчому тренуванні. Методи оперативно-поточного контролю за оздоровчим ефектом занять. Особливості методики етапного контролю за оздоровчим ефектом занять. 11.2. Самоконтроль рівня фізичного стану <i>Література:</i> [3.- С. 175-181;13;14;15].	4
	Разом	32

Перелік оглядових лекцій для студентів заочної форми здобуття освіти

Номер лекції	Перелік тем, їх анотації	К-сть годин
--------------	--------------------------	-------------

1	Тема 1 – Значення вільного часу, культурного дозвілля, їх сутність і класифікація. Характеристика поняття «вільний час» та «дозвілля». Значення відпочинку і рекреації в житті людини. Сутність дозвілля, рекреації та її класифікація. Визначення понять «дозвілля» та «рекреація». Класифікація та завдання дозвілля в сучасному суспільстві. Різновиди та функції активного дозвілля. Література: [1.- С.39-46; 3. - С. 16-23,13;14;15].	2
2	Тема 2 – Організація та методика проведення спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами. Біологічні потреби організму в руховій активності. Норми рухової активності школярів. Спортивно-масові і фізкультурно-оздоровчі заходи як видовища. Особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів з молоддю. (дні здоров'я, фізкультурні свята, фізкультурні розваги та ін). Література: [1. - С.26; 3.- С.139-164; 10;13;14;15].	2
3	Тема 3 – Фізичний стан як основа програмування активного дозвілля, методи контролю за оздоровчим ефектом занять. Основні поняття та визначення. Вибір фізичних вправ у програмуванні оздоровчого тренування. Нормування фізичного навантаження. Програмування оздоровчого тренування. Види, завдання, мета контролю за оздоровчим ефектом занять. Методи первинного контролю в оздоровчому тренуванні. Методи оперативно-поточного контролю за оздоровчим ефектом занять. Особливості методики етапного контролю за оздоровчим ефектом занять. Самоконтроль рівня фізичного стану Література: [3.- С. 175-180;13;14;15].	2
Разом за семестр		6

5.2.Перелік практичних занять для студентів денної форми здобуття освіти

№ заняття	Зміст та теми практичних занять	К-сть год
1	Історичні аспекти виникнення та розвитку дозвіллевої діяльності. Етапи історичного розвитку дозвілля. Розвиток активного дозвілля в Україні. Історичні передумови розвитку форм активного дозвілля людини. Відпочинок, вільний час і дозвілля у стародавньому світі. Зміни в організації вільного часу в країнах Західної Європи у період переходу від Середньовіччя до Нового часу (XVII-XVIII ст.). Література: [1. - С.6-11; 3.- С.9-16; 13;14;15].	2
2	Значення вільного часу, культурного дозвілля та їх класифікація. Характеристика поняття «вільний час» та «дозвілля». Значення відпочинку житті людини. Сутність дозвілля, рекреації та її класифікація. Визначення понять «дозвілля» та «фізична рекреація». Класифікація та завдання активного дозвілля в сучасному суспільстві. Різновиди та функції активного дозвілля. Література: [1.- С.39-46; 3. - С. 16-23,13;14;15].	2
3	Програми сприяння здоров'ю та здоровому способу життя у різних країнах світу. Визначення понять здоров'я та здорового способу життя. Характеристика оздоровчих програм за кордоном. Рухова активність і здоров'я школярів. Природні фактори. Біологічні потреби організму в руховій активності. Норми рухової активності дітей та підлітків Література [1. - С.26-46;3.- С.139-164; 10;12;13;14;15].	2
4	Організація та методика проведення спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами. Масові фізкультурно-оздоровчі заходи як видовища.	2

	Особливості організації споривно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів з молоддю. (дні здоров'я, фізкультурні свята, фізкультурні розваги та ін). <i>Література: [1. - С.26; 3.- С.139-164; 10;13;14;15].</i>	
5	Національно-культурний контекст освіти. Ігри та забави в обрядах та звичаях українського народу. Роль традиційних народних ігор на дозвіллі. <i>Література: [13;14;15]</i>	
6	Активне дозвілля в оздоровчих таборах. Організація дозвілля роботи у місцях масового відпочинку. Класифікація різних видів масового спорту для розваг на відкритому повітрі. Форми фізичного виховання в таборах. План основних заходів у таборах. Методи характерні для роботи з дітьми. Характеристика типів таборів, їх завдання та вимоги до проведення фізкультурних заходів <i>Література: [13;14;15].</i>	2
7	Закордонний досвід організації дозвілля для людей з особливими фізичними потребами Специфіка дозвілльового обслуговування людей з інвалідністю. Сутність дозвілльової реабілітації у різних країнах світу. Характеристика дозвілльових проєктів для людей з інвалідністю. <i>Література: [13;14;15].</i>	2
8	Фізичний стан як основа проведення активного. Основні поняття та визначення. Вибір фізичних вправ у програмуванні оздоровчого тренування. Способи визначення раціональних обсягів рухової активності та нормування фізичного навантаження. Програмування оздоровчого тренування <i>Література: [3.- С. 173-181;13;14;15].</i>	2
9	Методи контролю за оздоровчим ефектом занять. Види, завдання, мета контролю за оздоровчим ефектом занять. Методи первинного контролю в оздоровчому тренуванні. Методи оперативно-поточного контролю за оздоровчим ефектом занять. Особливості методики етапного контролю за оздоровчим ефектом занять. Самоконтроль рівня фізичного стану <i>Література: [3.- С. 175-180;13;14;15].</i>	2
	Разом	18

Перелік практичних занять для студентів заочної форми здобуття освіти

№ п/п	Зміст та теми практичних занять	к-сть год
1	Тема 1. Значення вільного часу, культурного дозвілля, їх сутність і класифікація. Характеристика поняття «вільний час» та «дозвілля». Значення відпочинку в житті людини. Сутність дозвілля та її класифікація. Визначення понять «дозвілля» та «рекреація». Класифікація та завдання активного в сучасному суспільстві. Різновиди та функції активного дозвілля. <i>Література: [1. - С.26; 3.- С.139-164; 10;13;14;15].</i>	2
2	Тема 2 – Організація та методика проведення спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами. Біологічні потреби організму в руховій активності. Норми рухової активності школярів. Спортивно-масові і рекреаційно-оздоровчі заходи як видовища. Особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів з молоддю. (дні здоров'я, рухливі перерви, фізкультурні свята, фізкультурні розваги та ін). <i>Література: [1. - С.26; 3.- С.139-164; 10;13;14;15].</i>	2
3	Тема 3 – Фізичний стан як основа програмування активного дозвілля, методи контролю за оздоровчим ефектом занять. Основні поняття та визначення. Вибір фізичних вправ у програмуванні оздоровчого тренування. Нормування фізичного навантаження. Програмування оздоровчого тренування. Види, завдання, мета контролю за оздоровчим ефектом занять. Методи	2

	первинного контролю в оздоровчому тренуванні. Методи оперативно-поточного контролю за оздоровчим ефектом занять. Особливості методики етапного контролю за оздоровчим ефектом занять. Самоконтроль рівня фізичного стану Література: [3.- С. 175-180;13;14;15].	
Разом за семестр		6

5.3 Зміст самостійної (у т. ч. індивідуальної) роботи здобувача вищої освіти

Самостійна робота студентів полягає у систематичному опрацюванні програмного матеріалу з відповідних джерел інформації, підготовці до виконання практичних робіт, вивченню нового теоретичного матеріалу, тестування з теоретичного матеріалу, підготовки до складання іспиту. Студенти заочної форми здобуття освіти виконують ще й контрольну роботу. Вимоги до її виконання та варіанти визначаються методичними рекомендаціями до виконання контрольних робіт, які кожний студент отримує на кафедрі у період настановної сесії. Крім цього до послуг студентів сторінка кафедри у Модульному середовищі для навчання, де розміщені Робоча програма дисципліни, варіанти контрольних робіт та необхідні матеріали з її навчально-методичного забезпечення та контролю результатів навчання.

Зміст самостійної роботи студентів денної форми здобуття освіти

№ тижня	Зміст самостійної роботи	к-ть год
1	Опрацювання теми №1 Література: [1. - С.6-11; 3.- С.9-16; 13;14;15].	9
2	Опрацювання теми №1, 2 Підготовка до поточного контролю №1 Література: [1.- С.39-46; 3. - С. 16-23,13;14;15].	9
3	Опрацювання теми №3 Література: [1. - С.56-64; 2. – С. 10-21;3.- С.19-23;7; 13;14;15].	9
4-5	Опрацювання теми №4 Підготовка до тестового контролю №1 Література: [1. - С.26-46;3.- С.139-164; 10;12;13;14;15].	9
6-7	Опрацювання теми №5 Підготовка до поточного контролю №2 Література: [1. - С.22-40;3.- С.139-164; 5;13;14;15].	9
8-9	Опрацювання теми №6 Підготовка до тестового контролю №2 Література: [1. - С.26; 3.- С.139-164; 10;13;14;15].	9
10	Опрацювання теми №7,8 Підготовка до поточного контролю №3 Література: [10,13,14,15].	9
11	Опрацювання теми №9,10 Підготовка до виконання індивідуального завдання Література: [13;14;15].	9
12-13	Опрацювання теми №10 Підготовка до тестового контролю №3 Література: [13;14;15].	9
14-15	Опрацювання теми №10 Підготовка до поточного контролю №4 Література: [3.- С. 173-181;13;14;15].	9
16-17	Опрацювання теми №11 Підготовка до задачі індивідуальних завдань Підготовка до складання іспиту Література: [3.- С. 175-180;13;14;15].	10

Зміст самостійної роботи здобувачів вищої освіти, які навчаються за **заочною** формою здобуття вищої освіти, полягає у виконанні у повному обсязі усіх видів робіт відповідно до Робочої програми навчальної дисципліни, зокрема: самостійна робота над засвоєнням теоретичного матеріалу; виконання у відповідних семестрах контрольних робіт та інших індивідуальних завдань, передбачених Робочою програмою; підготовка до поточного та семестрового контролів в період проведення екзаменаційних сесій тощо.

6. Технології та методи навчання

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій, зокрема: лекції; практичні заняття; самостійна робота (робота з літературними джерелами, використання систем МУДЛ). Методи викладання словесні (розповідь, бесіда, пояснення); практичні (дискусії); наочні (ілюстрування навчального матеріалу, показ слайдів).

Навчальна робота проводиться у формі лекцій, практичних занять та самостійної роботи. На лекціях подається основний програмний матеріал, який становить основу підготовки майбутнього спеціаліста. Даються головні відомості та рекомендації щодо виконання практичних завдань.

На практичних заняттях поглиблюються знання з основних питань, висвітлених на лекціях, і перевіряються знання студентів, отриманих на лекціях та в процесі самостійної роботи студента. Самостійна робота студентів складається: закріплення пройденого матеріалу, з опрацювання рекомендованої літератури, виконання індивідуальних завдань.

7. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час аудиторних практичних занять, а також у дні проведення контрольних заходів, встановлених робочою програмою і графіком освітнього процесу, в т.ч. з використанням Модульного середовища для навчання. При цьому використовуються такі методи поточного контролю: усне опитування, письмове опитування у вигляді тестування, виконання індивідуальних завдань, оцінювання контрольних робіт (відповідно до графіка проведення екзаменаційних сесій для студентів заочної форми).

При виведенні підсумкової семестрової оцінки враховуються результати як поточного, так і підсумкового контролів. Засвоєння студентом теоретичного матеріалу з дисципліни оцінюється усним опитуванням студентів, перевірка знань теоретичного матеріалу з теми; тестові завдання, які розміщені у модульному середовищі та виконання індивідуальних завдань (ІЗ№- розробка комплексу ранкової руханки).

Здобувач вищої освіти, який набрав з будь-якого виду навчальної роботи, суму балів нижчу за 60 відсотків від максимального балу, **не допускається** до семестрового контролю поки не виконає весь обсяг, передбачений Робочою програмою для цього виду роботи. Здобувач вищої освіти, який набрав позитивний середньозважений бал (60 відсотків і більше від максимального балу, встановленого для кожної структурної одиниці) з усіх видів поточного контролю і не склав іспит, вважається таким, який **має** академічну заборгованість. Ліквідація академічної заборгованості із семестрового контролю здійснюється у період екзаменаційної сесії або за графіком, встановленим деканатом відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ».

8 Політика дисципліни

Політика навчальної дисципліни загалом визначається системою вимог до здобувача вищої освіти, що передбачені чинними положеннями Університету про організацію і навчально-методичне забезпечення освітнього процесу. Зокрема, проходження інструктажу з техніки безпеки; відвідування занять з дисципліни є обов'язковим. За об'єктивних причин (підтверджених документально) теоретичне

навчання за погодженням із лектором може відбуватись в он-лайн режимі. Успішне опанування дисципліни і формування фахових компетентностей і програмних результатів навчання передбачає необхідність підготовки до вивчення теоретичного матеріалу з теми роботи, підготовку до усного опитування та тестування, активно працювати на занятті, брати участь у дискусіях щодо прийнятих конструктивних рішень при виконанні здобувачами практичних робіт тощо.

Засвоєння студентом теоретичного матеріалу з дисципліни оцінюється за результатами тестування та усного опитування. Виконання індивідуального завдання завершується його презентацією у терміни, встановлені графіком самостійної роботи.

Здобувач вищої освіти, виконуючи індивідуальну роботу з дисципліни, має дотримуватися політики доброчесності. У разі виявлення плагіату в будь-яких видах навчальної роботи здобувач вищої освіти отримує незадовільну оцінку і має повторно виконати завдання, що передбачені робочою програмою. Будь-які форми порушення академічної доброчесності **не допускаються**.

9. Оцінювання результатів навчання студентів у семестрі

Оцінювання академічних досягнень здобувача вищої освіти здійснюється відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ». Залежно від важливості окремих видів навчальної роботи, і їх ролі у формуванні компетентностей і результатів навчання, визначених освітньою програмою, розробники Робочої програми присвоюють кожному виду навчальної роботи (структурній одиниці) з дисципліни певну кількість балів. При поточному оцінюванні виконаної здобувачем роботи з кожної структурної одиниці і отриманих ним результатів викладач виставляє йому певну кількість балів із встановлених Робочою програмою для цього виду роботи. При цьому кожна структурна одиниця навчальної роботи може бути зарахована, якщо здобувач набрав не менше 60 відсотків (мінімальний рівень для позитивної оцінки) від максимально можливої суми балів, призначеної структурній одиниці.

Будь-які форми порушення академічної доброчесності **не допускаються**.

При оцінюванні результатів навчання здобувачів вищої освіти з будь-якого виду навчальної роботи (структурної одиниці) рекомендується використовувати наведені нижче узагальнені критерії:

Таблиця – Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти

Оцінка та рівень досягнення здобувачем запланованих ПРН та сформованих компетентностей	Узагальнений зміст критерія оцінювання
Відмінно (високий)	Здобувач вищої освіти глибоко і у повному обсязі опанував зміст навчального матеріалу, легко в ньому орієнтується і вміло використовує понятійний апарат; уміє пов'язувати теорію з практикою, вирішувати практичні завдання, впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає логічний виклад відповіді мовою викладання (в усній або у письмовій формі), демонструє якісне оформлення роботи і володіння спеціальними приладами та інструментами, прикладними програмами. Здобувач не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки, демонструє практичні навички з вирішення фахових завдань. При відповіді допустив дві–три несуттєві помилки .
Добре (середній)	Здобувач вищої освіти виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних задач; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання правил, закономірностей тощо. Відповідь здобувача вищої освіти будується на основі самостійного мислення. Здобувач вищої освіти у відповіді допустив дві–три несуттєві помилки .
Задовільно	Здобувач вищої освіти виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі,

(достатній)	необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою. Як правило, відповідь здобувача вищої освіти будується на рівні репродуктивного мислення, здобувач вищої освіти має слабкі знання структури навчальної дисципліни, допускає неточності і <i>суттєві помилки</i> у відповіді, вагається при відповіді на видозмінене запитання. Разом з тим, набув навичок, необхідних для виконання нескладних практичних завдань, які відповідають мінімальним критеріям оцінювання і володіє знаннями, що дозволяють йому під керівництвом викладача усунути неточності у відповіді.
Незадовільно (недостатній)	Здобувач вищої освіти виявив розрізнені, безсистемні знання, не вміє виділяти головне і другорядне, допускається помилок у визначенні понять, перекручує їх зміст, хаотично і невпевнено викладає матеріал, не може використовувати знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка «незадовільно» виставляється здобувачеві вищої освіти, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення навчальної дисципліни.

Структурування дисципліни за видами навчальної роботи і оцінювання результатів навчання студентів денної форми здобуття освіти

Аудиторна робота та контрольні заходи								Семестровий контроль	
Поточний контроль				Тестовий контроль			Ін. завд	Іспит	Разом балів
T1-3	T 4-7	T8-9	T10-11	T 1	T2	T 3	1		
Кількість балів за вид навчальної роботи (мінімум-максимум)									
3-5	3-5	3-5	3-5	6 -10	6-10	6-10	6-10	24-40	
12-20				18-30			6-10	24-40	60-100

Оцінювання результатів навчання з теоретичного матеріалу (тестовий контроль)

Кожний з трьох тестів, передбачених робочою програмою, складається із 35 тестових завдань, кожне з яких є рівнозначним. Максимальна сума балів, яку може набрати студент, складає 10 (*кількість набраних балів за тестове завдання може бути різною*).

Відповідно до таблиці структурування видів робіт за тематичний контроль здобувач залежно від кількості правильних відповідей може отримати від 6 до 10 балів.

Розподіл балів в залежності від наданих правильних відповідей на тестові завдання

Кількість правильних відповідей	1-20	21-23	24-26	27-29	30-32	33-35
Відсоток правильних відповідей	0-59	60-65	66-72	73-82	83-89	90-100
Кількість балів	-	6	7	8	9	10

На тестування відводиться 35 хвилин. Правильні відповіді студент записує у талоні відповідей. Студент може також пройти тестування і в он-лайн режимі у Модульному середовищі для навчання. При отриманні негативної оцінки тест слід перездати до терміну *наступного* контролю.

Індивідуальне завдання оцінюються від 6 до 10 балів. Від 3-5 наявність виконаної роботи, та від 3-5 презентація та захист.

Структурування дисципліни за видами навчальної роботи і оцінювання результатів навчання студентів заочної форми здобуття освіти

Аудиторна робота та контрольні заходи				Семестровий контроль	
Контрольна робота	Тестовий контроль:		Інд зав	Іспит	Разом балів
Якість виконання і захист роботи	Т 1	Т 2	№1		
Кількість балів за вид навчальної роботи (мінімум-максимум)					

12-20	6 -10	6-10	6-10	30-50	
12-20	12-20		6-10	30-50	60-100

Оцінювання контрольної роботи здобувачів, які навчаються за заочною формою здобуття освіти

Контрольна робота передбачає виконання трьох теоретичних завдань. Структуру завдань у контрольній роботі залежно від особливостей дисципліни визначають розробники робочої програми із затвердженням їх на засіданні кафедри. Варіанти контрольних робіт і зміст завдань і наводяться у Методичних рекомендаціях до виконання контрольної роботи. При оцінюванні контрольної роботи враховуються: повнота відповіді на теоретичні питання та захист. Кожне з теоретичних питань оцінюється від 3 до 5 балів, та захист – від 3 до 5 балів, загальна сума балів на позитивну оцінку становить від 12 до 20.

Таблиця – Розподіл балів при оцінюванні завдань контрольної роботи

Види завдань	Кількість балів для певного рівня досягнення результатів навчання		
	Достатній	Середній	Високий
Теоретичне питання № 1	3	4	5
Теоретичне питання № 2	3	4	5
Теоретичне питання № 3	3	4	5
Захист контр роботи	3	4	5

Кожне завдання контрольної роботи здобувача вищої освіти оцінюється викладачем з використанням таблиці критеріїв оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти (щодо визначення достатнього, середнього та високого рівня досягнення здобувачем запланованих ПРН та сформованих компетентностей).

Освітня програма передбачає підсумковий семестровий контроль з дисципліни у формі іспиту, завданням якого є системне й об'єктивне оцінювання як теоретичної, так і практичної підготовки здобувача з навчальної дисципліни. Робоча програма пропонує в екзаменаційному білеті поєднання питань як теоретичного, так і практичного характеру. Для оцінювання теоретичної частини використовується тестовий контроль, у якому тест складається із 50 тестових завдань. Слід мати на увазі, що загальне тестове поле з дисципліни, з якого генеруються тестові завдання для підсумкового контролю, має містити не менше 100 завдань. При цьому оцінювання у тестовій формі здобувач проходить у Модульному середовищі для навчання, після чого він приступає до виконання практичного завдання.

Екзаменаційний білет, у якому теоретична частина навчальної дисципліни оцінюється у тестовій формі, а практична – у виконанні поставлених завдань. Визначена Робочою програмою позитивна загальна сума балів за підсумковий контроль у формі іспиту для денної форми коливається від 24 до 40 (для заочної – 30–50) і поділяється між практичною та теоретичною частинами у співвідношенні 50/50 відсотків, тобто як за тестовий контроль з теоретичної частини, так і за виконання практичного завдання здобувач може набрати від 12 до 20 балів. Відповідно до встановлених вимог обсяг завдань має відповідати часу, який відводиться на їх виконання.

Оцінювання результатів підсумкового семестрового контролю (іспит)

(Теоретична частина (тест передбачає 50 тестових завдань) та практична частина)

Види завдань	Кількість балів для певного рівня досягнення результатів навчання		
	Мінімальний (достатній) бал	Потенційні позитивні бали (середній бал)	Максимальний (високий) бал

Теоретична частина (тест)	12	13-19	20
Практична частина	12	16	20
Разом:	24	*	40

Примітка. *Позитивний бал за іспит, відмінний від мінімального (24 бали) та максимального (40 балів), знаходиться в межах 25-39 балів та розраховується як сума балів за усі структурні елементи (завдання) іспиту.

При цьому відповідність набраних балів за тестове завдання, що виставляються здобувачеві (**50 тестових питань, мінімум – 12 балів, максимум – 20 балів**), становить:

К-сть правильних відповідей	0-25	26-28	29-30	31-33	34-36	37-39	40-42	43-45	46-48	49-50
К-сть отриманих балів	-	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Завдання для виконання практичної частини іспиту:

1. Розробити **сценарій заходу активного дозвілля** для певної категорії учасників (студенти, учні, сімейна група, працівники тощо).

теми для вибору:

- “День активного відпочинку на природі”
- “Спортивно-ігровий фестиваль для школярів”
- “Квест-змагання «Мандрівка до здоров'я»”
- “Фітнес-день: рух заради енергії”
- “Рухливі ігри у шкільному дворі”

2. У сценарії відобразити:

- тему та мету заходу;
- кількість учасників і місце проведення;
- послідовність етапів заходу;
- опис активностей, рухливих ігор чи змагань;
- правила безпеки;
- критерії оцінки результатів і підбиття підсумків.

При оцінюванні практичного завдання викладач керується узагальненими критеріями, наведеними у таблиці **«Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти»**.

Підсумкова семестрова оцінка за інституційною шкалою і шкалою ЄКТС визначається в автоматизованому режимі після внесення викладачем результатів оцінювання у балах з усіх видів навчальної роботи до електронного журналу. Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС наведені нижче у таблиці «Співвідношення».

Семестровий іспит виставляється, якщо загальна сума балів, яку набрав студент з дисципліни за результатами поточного контролю, знаходиться у межах від 60 до 100 балів. При цьому за інституційною шкалою ставиться оцінка «відмінно/добре/задовільно», а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом сумі балів відповідно до таблиці Співвідношення.

Семестровий залік виставляється на останньому занятті за умови якщо загальна сума балів, яку накопичив здобувач з дисципліни (іншого освітнього компонента) за результатами **поточного** контролю, знаходиться у межах від 60 до 100 балів. При цьому за інституційною шкалою ставиться оцінка **«зараховано»**, а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом сумі балів відповідно до таблиці Співвідношення. Присутність здобувача у цьому випадку не є обов'язковою.

Таблиця – Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Рейтингова шкала балів	Інституційна оцінка (рівень досягнення здобувачем вищої освіти запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни)	
		Залік	Іспит/диференційований залік

A	90-100	Зараховано	Відмінно/Excellent – високий рівень досягнення запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни, що свідчить про безумовну готовність здобувача до подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом
B	83-89		Добре/Good – середній (максимально достатній) рівень досягнення запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни та готовності до подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом
C	73-82		Задовільно/Satisfactory – Наявні мінімально достатні для подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом результати навчання з навчальної дисципліни
D	66-72		
E	60-65		
FX	40-59	Незараховано	Незадовільно/Fail – Низка запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни відсутня. Рівень набутих результатів навчання є недостатнім для подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом
F	0-39		Незадовільно/Fail – Результати навчання відсутні

10. Питання для самоконтролю результатів навчання

1. Роль відпочинку, вільного часу і дозвілля у стародавньому світі?
2. Охарактеризуйте форми соціальної рівності первісного суспільства?
3. Як диференціювалися і ставали самостійними сферами життя людини в Стародавньому світі праця і розваги?
4. Активне дозвілля у середні віки (середина V-XIV ст.)?
5. Як відбувалася еволюція культурно-дозвілдової діяльності у середні віки?
6. Охарактеризуйте зміни в організації вільного часу в країнах Західної Європи у період переходу від Середньовіччя до Нового часу (XVII-XVIII ст.)?
7. Які організації рекреаційного спрямування зародилися із розвитком капіталізму, та відрізнялися одна від одної сферою і характером діяльності?
8. Характеристика поняття «вільний час» та «дозвілля»?
9. Значення відпочинку і рекреації в житті людини?
10. В чому полягає сутність культурного дозвілля?
11. В чому полягає сутність рекреаційного ефекту?
12. Визначення понять “дозвілля” та “фізична рекреація”?
13. Класифікація активного дозвілля в сучасному суспільстві?
14. Завдання дозвілля?
15. Різновиди дозвілля?
16. Функції дозвілля?
17. Характеристика оздоровчих програм за кордоном?
18. Характеристика клубів за різновидами рухової активності за кордоном
19. Що Ви розумієте під здоров'ям людини і суспільства?
20. Назвіть показники здоров'я.
21. Дайте характеристику поняття “стиль життя”.
22. Що розуміють під здоровим способом життя?
23. Які фактори впливають на становлення стилю життя і ведення здорового способу життя?
24. Які фактори здорового способу життя впливають на тривалість життя людини?
25. Що відносять до здорових звичок?
26. Чим характеризується крива життєздатності людини?
27. Характеристика природних факторів оздоровлення.
28. Біологічні потреби організму в руховій активності.
29. Норми рухової активності дітей та підлітків
30. Ігри та забави в обрядах та звичаях українського народу
31. Роль традиційних народних ігор на дозвіллі
32. Масові фізкультурно-оздоровчі заходи як видовища.

33. Охарактеризуйте особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами: дні здоров'я, фізкультурні свята, фізкультурні розваги та ін.
34. Фізична рекреація на дозвіллі.
35. Організація дозвілля у місцях масового відпочинку. Характеристика фізкультурно-оздоровчих споруд на відкритому повітрі. Планування майданчиків.
36. Розмітка майданчиків
37. Класифікація різних видів масового спорту для розваг на відкритому повітрі.
38. Особливості складання положення про заходи у місцях масового відпочинку.
39. Специфіка дозвілльового обслуговування людей з інвалідністю.
40. Сутність дозвілльової реабілітації у різних країнах світу.
41. Характеристика дозвілльових проектів для людей з інвалідністю.
42. Форми фізичного виховання в оздоровчих таборах.
43. Орієнтовний план основних заходів у таборах.
44. Які методи характерні для роботи з школярами в оздоровчих таборах?
45. Характеристика типів таборів, їх завдання та вимоги до проведення фізкультурно-спортивних заходів?
46. Активне дозвілля у місцях масового відпочинку?
47. Активне дозвілля в оздоровчо-рекреаційних установах?
48. Фізичний стан як основа проведення фізкультурно-оздоровчої роботи?
49. Дайте визначення понять «фізичний стан», «оздоровче тренування»?
50. Які Ви знаєте рівні фізичного стану та охарактеризуйте їх?
51. Назвіть рекомендовані О.А. Пироговою оптимальні показники ЧСС для людей із різним РФС (для осіб з низьким та нижче середнього рівня та із наступними РФС)?
52. Яким чином можна визначити ЧСС на оздоровчих заняттях для початківців?
53. Яким чином можна визначити середній та швидкий темп оздоровчої ходьби?
54. Які Визнаєте режими тренувальних занять бігом та охарактеризуйте їх?
55. За яким показником можна здійснювати контроль в оздоровчому тренуванні?
56. Яким чином можна визначити ЧСС на оздоровчих заняттях для початківців?
57. Які Визнаєте режими тренувальних занять бігом та охарактеризуйте їх?
58. Які Ви знаєте етапи програмування оздоровчих занять та охарактеризуйте їх?
59. Вибір фізичних вправ у програмуванні оздоровчого тренування?
60. Програмування оздоровчого тренування?
61. Специфіка дозвілльового обслуговування людей з інвалідністю.
62. Сутність дозвілльової реабілітації у різних країнах світу.
63. Характеристика дозвілльових проектів для людей з інвалідністю.
64. Види контролю за оздоровчим ефектом занять?
65. Завдання, мета контролю за оздоровчим ефектом занять?
66. Методи первинного контролю в оздоровчому тренуванні?
67. Методи оперативного-поточного контролю за оздоровчим ефектом занять?
68. Особливості методики етапного контролю за оздоровчим ефектом занять?
69. Самоконтроль в оздоровчому тренуванні?

Завдання для виконання контрольної роботи студентів заочної форми навчання

Варіант № 1

1. Активне дозвілля у середні віки (середина V-XIV ст.)?
2. Які фактори здорового способу життя впливають на тривалість життя людини
3. Форми фізичного виховання в оздоровчих таборах.

Варіант № 2

1. Охарактеризуйте зміни в організації вільного часу в країнах Західної Європи у період переходу від Середньовіччя до Нового часу (XVII-XVIII ст.)?
2. Орієнтовний план основних заходів у таборах.
3. Назвіть рекомендовані О.А. Пироговою оптимальні показники ЧСС для людей із різним РФС (для осіб з низьким та нижче середнього рівня та із наступними РФС)?

Варіант № 3

1. Завдання, мета контролю за оздоровчим ефектом занять?
2. Які організації рекреаційного спрямування зародилися із розвитком капіталізму, та відрізнялися одна від одної сферою і характером діяльності?
3. Класифікація різних видів масового спорту для розваг на відкритому повітрі.

Варіант № 4

1. Характеристика поняття «вільний час» та «дозвілля»?
2. Види контролю за оздоровчим ефектом занять?
3. Методи первинного контролю в оздоровчому тренуванні?

Варіант № 5

1. Визначення понять “рекреація” та “фізична рекреація”?
2. Фізичний стан як основа проведення активного дозвілля?
3. Методи оперативного-поточного контролю за оздоровчим ефектом занять?

Варіант № 6

1. Класифікація рекреації в сучасному суспільстві?
2. Які методи характерні для роботи з школярами в оздоровчих таборах? Дозвілля у місцях масового відпочинку?
3. Які Ви знаєте рівні фізичного стану та охарактеризуйте їх?

Варіант № 7

1. Завдання, різновиди дозвілля, рекреації?
2. Характеристика типів таборів, їх завдання та вимоги до проведення фізкультурно-спортивних заходів?
3. Активне дозвілля в оздоровчо-рекреаційних установах?

Варіант № 8

1. Дайте визначення понять «фізичний стан», «оздоровче тренування»?
2. Характеристика оздоровчих програм за кордоном?
3. Самоконтроль в оздоровчому тренуванні?

Варіант № 9

1. Характеристика оздоровчих клубів за різновидами рухової активності за кордоном?
2. Які фактори впливають на становлення стилю життя і ведення здорового способу життя?
3. Організація активного дозвілля у місцях масового відпочинку.

Варіант № 10

1. Що розуміють під здоров'ям людини і суспільства та назвіть показники здоров'я.
2. Охарактеризуйте особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами: дні здоров'я, фізкультурні свята, фізкультурні розваги та ін.
3. Масові фізкультурно-оздоровчі заходи як видовища.

Варіант № 11

1. Біологічні потреби організму в руховій активності?
2. Яким чином можна визначити середній та швидкий темп оздоровчої ходьби?
3. За яким показником можна здійснювати контроль в оздоровчому тренуванні?

Варіант № 12

1. Норми рухової активності дітей та підлітків
2. Фізична рекреація на дозвіллі.
3. Яким чином можна визначити ЧСС на оздоровчих заняттях для початківців?

11. Навчально-методичне забезпечення

Фізична рекреація: методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальностей 014.11 «Середня освіта (фізична культура)» / В. Б. Базильчук, – Хмельницький : ХНУ, 2023. – 25с.

12. Матеріально-технічне забезпечення дисципліни

Для проведення лекційних та практичних занять і представлення індивідуальних завдань здобувачами вищої освіти є необхідність в мультимедійному забезпеченні.

13. Рекомендована література:

Основна

1. Гакман А. В. Теорія та методика фізичної рекреації : навч. посібник. / А. В. Гакман. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.
2. Маляр Н. С. Фізична рекреація: Методичні рекомендації / Н. С. Маляр, Е. І. Маляр. – Тернопіль, ЗУНУ: 2022. – 24 с.
3. Олексієнко Я. І., Гунько П. М. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності : навч.-метод. посіб. / Я. І. Олексієнко, П. М. Гунько. – Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. – 260 с.

Додаткова

4. Базильчук В. Б., Базильчук О. В., Мороз О. Формування мотивації у молоді до занять фізичним вправам на дозвіллі. Physical Culture and Sport: Scientific Perspective, Хмельницький, ХНУ, № 2. 2025. С.23-28.
5. Базильчук В. Б., Базильчук О. В., Мозолюк О. В. Формування культури здоров'я у школярів засобами фізичної культури як пріоритетний напрямок в освітньому середовищі. Physical Culture and Sport: Scientific Perspective, Хмельницький, ХНУ, № 2. 2023. С.130-134.
6. Базильчук В. Б., Журавльов Ю. Г., Ремешевський О.В. Особливості розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор в освітньому середовищі університету. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2022. Вип. 3К (147) 22. С.46-50.
7. Базильчук В. Б., Базильчук С. О. Особливості застосування основних принципів розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор в освітньому середовищі університету. Щомісячний науково-педагогічний журнал: "Молодь і ринок" №4(224) квітень 2024. С.108-112.
8. Ніколенко О., Небова Н., Крот К. Туризм в Україні як засіб рекреації. Монографія «Фізична терапія, здоров'я, фізична культура та педагогіка». Рівне 2021. С. 132–138.
9. Григоренко Г. В. Фізкультурно-оздоровча робота з учнями в структурі діяльності загальноосвітнього закладу / Г. В. Григоренко, Д. П. Григоренко // Збірник наукових праць [Херсонського державного університету]. Педагогічні науки. - 2020. - Вип. 93. - С. 32-37.
10. Стасенко О.А. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у загальноосвітніх навчальних закладах: шляхи та перспективи. Молодий вчений. 2016. № 9.1 (36.1). С. 151–157.
11. Шепеленко Т. В., Буц А. М., Бодренкова І. О. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя: Навч. посібник. – Харків: УкрДУЗТ, 2018. – 125 с.
12. Bazylchuk, V. B., Sushchenko, L. P., & Bezcopylny O. O. (2024). current stage of development of health-improvement and recreation motor activity of students in educational environment of ukrainian universities Rehabilitation and Recreation, 18(2), 53–63.

Інформаційні ресурси

13. Модульне середовище. Режим доступу : <https://msn.khmnu.edu.ua/>
14. Електронна бібліотека університету . Режим доступу :. <http://library.khmnu.edu.ua/>
15. Репозитарій ХНУ. Режим доступу :<https://elar.khmnu.edu.ua/home>