

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ

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

Євген ПАВЛЮК
Ім'я, ПРИЗВИЩЕ

Підпис
29 серпня 2025 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Історія фізичної культури

Назва дисципліни

Галузь знань – А Освіта

Спеціальність – А4.11 Середня освіта (фізична культура)

Рівень вищої освіти – Перший (бакалаврський)

Освітньо-професійна програма – Середня освіта (фізична культура)

Обсяг дисципліни – 4 кредити ЄКТС, **Шифр дисципліни** – ОЗП.12.

Мова навчання – українська

Статус дисципліни: обов'язкова (загальної підготовки)

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

Кафедра – Теорії і методики фізичного виховання і спорту

Форма здобуття освіти	Курс	Семестр	Загальний обсяг		Кількість годин						Форма семестрового контролю			
			Кредити ЄКТС	Години	Аудиторні заняття					Самостійна робота, у т.ч. ІРС	Курсовий проєкт	Курсова робота	Залік	Іспит
					Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семинарські заняття					
Д	1	2	5	150	50	32			18	100			+	
З	1	2		150	150	6			6	138				

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми «Середня освіта (фізична культура)» та навчального плану за спеціальністю А4.11 «Середня освіта (фізична культура)» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Робоча програма складена


Підпис(и) автора(ів)

д-р. пед. наук, проф. Юрій ДУТЧАК

Вчений ступінь, звання, ім'я, ПРИЗВИЩЕ

Схвалена на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту

Протокол від 29 серпня 2025 № 1.

Зав. кафедри


Підпис

Олександр СОЛТИК

Ім'я, ПРИЗВИЩЕ

Робоча програма розглянута та схвалена вченою радою факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту

Протокол від 29 серпня 2025 № 1а.

Голова вченої ради факультету


Підпис

Євген ПАВЛЮК

Ім'я, ПРИЗВИЩЕ

ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ
(Підпис гаранта ОП, за якою закріплений
обов'язковий освітній компонент)

Посада	Назва кафедри	Підпис	Ім'я, ПРІЗВИЩЕ
Гарант ОП	Теорії і методики фізичного виховання і спорту		Анатолій РЕБРИНА

3 ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Дисципліна «Історія фізичної культури» є обов'язковою дисципліною загальної підготовки і займає провідне місце у підготовці здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Середня освіта (фізична культура)» в межах спеціальності А4.11 «Середня освіта (фізична культура)».

Пререквізити – ОФП.01 Вступ до спеціальності.

Постреквізити – ОФП. 18 Комплексна курсова робота з теоретико-методичних засад фізичної культури.

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) (ІК); здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. (ЗК 05); здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство, його розвитку та техніки і технологій (ЗК06); здатність мотивувати людей та рухатись до спільної мети (ЗК07); здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології з дотриманням етично-правових норм в умовах євроінтеграційних процесів (ЗК10); здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь яких інших проявів недоброчесності (ЗК011); знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності (ФК02);

– **програми результати навчання**: вільно спілкуватися державною мовою на професійну тематику, використовуючи сучасну термінологію та систему понять за спеціальністю; аргументовано висловлювати власні думки державною мовою (ПРН02); реалізовувати свої громадянські права і обов'язки, усвідомлювати та утверджувати цінності демократичного суспільства у професійній діяльності, розуміти історії та закономірностей розвитку предметної області (ПРН04); дотримуватися академічної доброчесності, вимог з охорони авторських прав під час використання та поширення електронних (цифрових) освітніх ресурсів (ПРН09); уміти формувати в учнів/учениць стійку мотивацію до занять фізичною культурою, здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності через розвиток грамотності у фізичній культурі (ПРН22); уміти характеризувати українську національну ідентичність та її ознаки; використовувати способи та методи психологічної саморегуляції й допомоги, засоби забезпечення безпеки/самобезпеки в умовах надзвичайних ситуацій (ПРН23);

Мета дисципліни. Формування системи знань про генезис та поширення вправ, засобів, форм, методів, системи фізичної культури розглядаючи їх в історичному аспекті суспільно-політичних, економічних процесів на всіх етапах розвитку суспільства.

Предмет дисципліни. Загальні закономірності виникнення, становлення та розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах існування людського суспільства.

Завдання дисципліни. Формування системи знань щодо історії виникнення та розвитку засобів, форм, методів, ідей та теорій фізичної культури і спорту; виховання морально-етичних та ідейно-патріотичних переконань фахівця, причетності до світової історичної спадщини та традицій у сфері фізичної культури і спорту; застосування наукового аналізу та синтезу, для осмислення закономірностей історичного розвитку фізичної культури і спорту; отримання практичних навичок роботи з історичною та науковою літературою; оцінювання впливів історичних періодів суспільства на розвиток фізичної культури і спорту.

Результати навчання. Після вивчення дисципліни здобувач має: визначати світові та національні тенденції розвитку засобів, форм та методів сфери фізичної культури; ідентифікувати цінності та важливість фізичної культури у житті людини; використовувати аналіз і синтез для виявлення тенденцій у сфері фізичної культури і спорту; аналізувати процеси становлення та розвитку фізичної культури, олімпійського руху на міжнародному та національному рівнях; пояснити еволюцію фізичної культури с давніх часів до наших днів на основі об'єктивно діючих закономірностей розвитку людського суспільства; аргументувати перспективи розвитку сфери фізичної культури і спорту.

4 Структура залікових кредитів дисципліни

Назва розділу (теми)	Кількість годин, відведених на:					
	Денна форма			Заочна форма		
	Лекції	Семінарські заняття	Самостійна робота студента	Лекції	Семінарські заняття	Самостійна робота студента
Модуль 1. Історія фізичної культури античного світу та середньовіччя						
Тема 1. Вступ до дисципліни. Фізична культура стародавнього світу.	2	2	4	0,3	0,3	8
Тема 2. Фізична культура античного світу.	2		4	0,3	0,3	8
Тема 3. Олімпійські ігри античного світу.	2	2	4	0,3	0,3	8
Тема 4. Фізична культура середньовіччя.	2		4	0,3	0,3	8
Тема 5. Олімпійські ігри в XVII-XIX століттях.	2	2	4	0,4	0,4	8
Тема 6. Основні національні системи фізичного виховання	2		4	0,4	0,4	8
Модуль 2. Історія фізичної культури нового та новітнього часу						
Тема 7. Відродження Олімпійських ігор	2	2	4	0,5	0,5	8
Тема 8. Періодизація Олімпійських ігор	2		4	0,5	0,5	8
Тема 9. Зимові Олімпійські ігри	2	2	4	0,5	0,5	8
Тема 10. Фізична культура новітнього часу	2		4	0,5	0,5	8
Модуль 3. Історія фізичної культури в Україні						
Тема 11. Виникнення і традиції фізичної культури в Україні	2	2	4	0,3	0,3	8
Тема 12. Фізична підготовка запорізького козацтва	2		4	0,3	0,3	8
Тема 13. Фізичне виховання та спорт в Україні у XIX – на початку XX ст.	2	2	4	0,3	0,3	8
Тема 14. Фундатори національної системи тіловиховання	2		4	0,3	0,3	8
Тема 15. Фізична культура в Україні у середині XX ст.	2	4	4	0,4	0,4	8
Тема 16. Фізична культура у Незалежній Україні	2		10	0,4	0,4	18
Разом:	32	18	70	6	6	138

5 Програма навчальної дисципліни

5.1 Зміст лекційного курсу

Номер лекції	Перелік тем лекцій, їх анотації	Кількість годин
1	<p>Тема 1. Вступ до дисципліни. Фізична культура Стародавнього світу. Предмет, завдання та зміст дисципліни «Історія фізичної культури». Основні терміни й поняття дисципліни та еволюція їх розвитку. Періодизація, історіографія, джерела історії фізичної культури та спорту. Розвиток фізичної культури на окремих етапах історії первіснообщинного ладу. Фізична культура країн Стародавнього Сходу (Месопотамія, Єгипет, Китай, Індія). Література: [2] с.5-15; [4] с. 16-28; [5] с. 4-30.</p>	2
2	<p>Тема 2. Фізична культура Античного світу. Фізична культура Стародавньої Греції. Фізична культура Стародавнього Риму. Література: [2] с. 16-33; [3] с. 16-24; [5] с. 31-50.</p>	2
3	<p>Тема 3. Олімпійські ігри Античного світу. Передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавній Греції. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор. Спортивні споруди Стародавньої Греції. Римський період та занепад Олімпійських ігор. Література: [3] с. 14-25; [4] с. 12-54.</p>	2
4	<p>Тема 4. Фізична культура середньовіччя. Фізична культура у житті феодального суспільства. Військово-фізична підготовка лицарів. Фізичні вправи у житті селян та ремісників. Початок формування буржуазної фізичної культури. Фізична культура народів Азії, Америки та Африки (III – XVII ст.). Розвиток педагогічних ідей фізичного виховання в епоху Відродження. Література: [1] с. 31-55; [5] с. 51-64; [6] с. 34-46; [9] с. 33-44.</p>	2
5	<p>Тема 5. Олімпійські ігри в XVII-XIX століттях. Спроби відродження Давньогрецької спортивної культури. Олімпійські ігри Роберта Дувра. Уільям Брукс і Ігри олімпійського товариства Мач Венлока. Олімпійські ігри в Рондо. Грецькі ініціативи і Олімпійські ігри Євангеліса Цапаса. Література: [4] с. 238-246; [5] с.77-78.</p>	2
6	<p>Тема 6. Основні національні системи фізичного виховання. Виникнення і розвиток національних систем фізичного виховання на початку XIX ст. Фізичне виховання в Англії і плеяда творців спортивно-ігрової системи. Фізичне виховання у Франції та вплив Франціско Амороса на його розвиток. Особливості фізичного виховання в Швеції. Роль Фрідріха Людвіга Яна і його співвітчизників у розвитку фізичного виховання Німеччини. Празьке товариство «Сокіл» і його засновник Мирослав Тирш – творці фізичного виховання в Чехії. Література: [5] с.65-93; [6] с.57-78.</p>	2
7	<p>Тема 7. Відродження Олімпійських ігор. Підготовка до відродження Олімпійських ігор. Атлетичний конгрес 1894 р. і його роль в олімпійському русі. Проблеми підготовки і організації проведення Ігор I Олімпіади. Література: [4] с. 247-254; 362-369; [5] с. 76-81.</p>	2
8	<p>Тема 8. Періодизація Олімпійських ігор. Особливості I, II, III, IV періодів ігор Олімпіад. Література: [4] с. 395-426; [5] с. 85-89.</p>	2

9	Тема 9. Зимові Олімпійські ігри. Вирішення проблем зимових Олімпійських ігор, які виникали в процесі і організації змагань. Характеристика першого етапу (1924 – 1932 рр.) розвитку програми зимових Олімпійських ігор. Характеристика другого етапу (1956 – 1988 рр.) розвитку олімпійського руху. Характеристика третього етапу (1992 р. – по теперішній час) розвитку зимових Олімпійських ігор і динаміка співвідношення сил між країнами-учасницями в неофіційному загальнокомандному медальному заліку. Специфіка організації та проведення зимових Олімпійських ігор. Література: [4] с. 624-629.	2
10	Тема 10. Фізична культура новітнього часу. Фізична культура у зарубіжних країнах між світовими війнами. Фізична культура після Другої світової війни. Література: [2] с.47-52; [5] с.85-97.	2
11	Тема 11. Виникнення і традиції фізичної культури в Україні. Зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу. Особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби. Фізичне виховання та спорт в античних державах Північного Причорномор'я. Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян. Фізична культура в період Київської Русі. Література: [2] с. 53-69; [5] с. 165-193; [9] с. 5-41; [10] с. 23-48.	2
12	Тема 12. Фізична підготовка запорізького козацтва. Про систему фізичного вдосконалення запорозьких козаків. Особливості народної фізичної культури українського народу. Система військово-фізичної підготовки на Запорізькій Січі. Література: [5] с. 175-178.	2
13	Тема 13. Фізичне виховання та спорт в Україні у XIX – на початку XX ст. Історичні передумови розвитку фізичної культури в Україні. Розвиток фізичної культури в Східній Україні у XIX-XX ст. Особливості розвитку фізичної культури в Західній Україні у XIX-XX ст. Зародження та розвиток спортивно-гімнастичного руху в Західній Україні. Діяльність сокільських, січових, пластових, лугових та спортивних товариств Галичини. Література: [2] с. 70-85; [5] с. 153-168; [7] с. 79-111.	2
14	Тема 14. Фундатори національної системи тіловиховання. Роль Івана Боберського в розвитку спортивно-гімнастичного руху в Україні. Роль братів Франків у становленні та розвитку національної фізичної культури Література: [10] с. 93-197.	2
15	Тема 15. Фізична культура в Україні у середині XX ст.. Фізична культура і спорт за часів УРСР (1917–1929 рр.). Зародження організаційних, програмно-нормативних та науково-методичних основ системи фізичного виховання. Розвиток фізичної культури і спорту в Україні за часів СРСР (1930–1941 рр.). Фізична культура і спорт в Україні часів СРСР у період 1946–1991рр. Література: [2] с. 87-109; [5] с. 192-196.	2
16	Тема 16. Фізична культура у Незалежній Україні. Соціально-економічні умови розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Створення НОК України та особливості його діяльності. Особливості, проблеми та перспективи розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні. Література: [5] с. 209-213.	2
	Разом:	32

Перелік оглядових лекцій для студентів заочної форми навчання

Номер лекції	Тема лекції	Кількість годин
1	Вступ. Історія фізичної культури античного світу та середньовіччя. Літ.: [2] с.5-15; [4] с. 16-28; [5] с. 4-30. [2] с. 16-33; [3] с. 16-24; [5] с. 31-50. [3] с. 14-25; [4] с. 12-54. [1] с. 31-55; [5] с. 51-64; [6] с. 34-46; [9] с. 33-44.	2
2	Історія фізичної культури нового та новітнього часу. Літ.: [4] с. 247-254; 362-369; [5] с. 76-81. [4] с. 395-426; [5] с. 85-89. [4] с. 624-629.	2
3	Історія фізичної культури в Україні Літ.: [2] с. 53-69; [5] с. 165-193; [9] с. 5-41; [10] с. 23-48. [5] с. 175-178. [10] с. 93-197.	2
Разом :		6

5.2 Зміст семінарських занять

Перелік семінарських занять для студентів денної форми здобуття освіти

№ семінарського заняття	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	Фізична культура стародавнього та античного світів Літ.: [2] с.5-33; [3] с. 16-24; [4] с. 16-28; [5] с. 4-51.	2
2	Олімпійські ігри античного світу та фізична культура середньовіччя. Літ.: [1] с. 31-55; [3] с. 14-25; [4] с. 12-54; [5] с. 51-64; [6] с. 34-46; [9] с. 33-44.	2
3	Олімпійські ігри в XVII-XIX століттях та основні національні системи фізичного виховання. Літ.: [4] с. 238-246; [5] с.65-93; [6] с.57-78.	2
4	Відродження Олімпійських ігор та їх періодизація. Літ.: [4] с. 247-254, 362-369, 395-426; [5] с. 76-81.	2
5	Зимові Олімпійські ігри та фізична культура новітнього часу. Літ.: [2] с.47-52; [4] с. 624-629; [5] с.85-97.	2
6	Виникнення і традиції фізичної культури в Україні, фізична підготовка запорізького козацтва. Літ.: [2] с. 53-69; [5] с. 165-193; [9] с. 5-41.	2
7	Фізичне виховання та спорт в Україні у XIX – на початку XX ст. та фундатори національної системи тіловиховання Літ.: [2] с. 70-85; [5] с. 153-168; [7] с. 79-111.	2
8	Фізична культура в Україні у середині XX ст. та незалежності. Літ.: [2] с. 87-109; [5] с. 192-213.	4
Разом:		18

5.3 Зміст самостійної (у т.ч. індивідуальної) роботи

Самостійна робота студентів усіх форм здобуття освіти полягає у систематичному опрацюванні програмного матеріалу з відповідних джерел інформації, підготовці до семінарських занять, виконанні індивідуальних завдань, тестування з теоретичного матеріалу тощо. Крім цього до послуг студентів сторінка навчальної дисципліни у Модульному середовищі для навчання, де розміщені Робоча програма дисципліни та необхідні документи з її навчально-методичного забезпечення.

Зміст самостійної роботи студентів денної форми здобуття освіти

Номер тижня	Вид самостійної роботи	Кількість годин
1	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №1. Підготовка до семінарського заняття №1.	4
2	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №2. Підготовка до семінарського заняття №1.	4
3	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №3. Підготовка до семінарського заняття №2.	4
4	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №4. Підготовка до семінарського заняття №2.	4
5	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №5. Підготовка до семінарського заняття №3.	4
6	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №6. Підготовка до семінарського заняття №3. Підготовка до тестового контролю №1 (з тем 1-6).	4
7	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №7. Підготовка до семінарського заняття №4.	4
8	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №8. Підготовка до семінарського практичного заняття №4.	4
9	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №9. Підготовка до семінарського заняття за темою №5.	4
10	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №10. Підготовка до семінарського заняття №5. Підготовка до тестового контролю №2 (з тем 7-10).	4
11	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №11. Підготовка до семінарського заняття №6. Вибір теми ІДЗ	4
12	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №12. Підготовка до семінарського заняття №6. Підготовка до тестового контролю №3 (теми 11-12). Підготовка ІДЗ	4
13	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №13. Підготовка до семінарського заняття №7. Підготовка ІДЗ	4
14	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №14. Підготовка до семінарського заняття №7. Підготовка до тестового контролю №4 (з тем 13-14). Підготовка ІДЗ	4

15	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №15. Підготовка до семінарського заняття №8. Підготовка ІДЗ	4
16	Опрацювання лекційного матеріалу за темою №16. Підготовка до семінарського заняття №8. Презентування ІДЗ	5
17	Опрацювання лекційного матеріалу Презентування ІДЗ	5
Разом:		70

На самостійне опрацювання здобувачами вищої освіти виносяться визначені у методичних рекомендаціях до семінарських занять. Керівництво самостійною роботою та виконання індивідуальних завдань здійснює викладач згідно з розкладом консультацій у позаурочний час.

Контроль за виконання індивідуальних завдань здійснюється на семінарських заняттях.

5.4. Тематики індивідуальних завдань для самостійної роботи

На індивідуальне домашнє завдання виносяться одне із запропонованих завдань:

- складання таблиці «Теорії виникнення фізичної культури»
- складання таблиці «Основні характеристики періодів проведення Олімпійських ігор».
- складання таблиці «Учасники Олімпійських ігор Хмельниччини».

6 Технології та методи навчання

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій та методів навчання, зокрема: методи навчання за джерелом передачі і сприймання інформації (словесні (пояснення, дискусія, консультування)), наочні (демонстрування, ілюстрування); за логікою передачі і сприймання навчальної інформації; за рівнем самостійності пізнавальної діяльності (методи проблемного викладу, частково пошукові, дослідницькі); методи стимулювання і мотивації учіння, інтерактивні; інформаційно-комунікаційних та технології дистанційного навчання (сервіс для проведення онлайн конференцій Zoom, Модульне середовище для навчання тощо).

7 Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час семінарських занять, а також у дні проведення контрольних заходів, встановлених робочою програмою і графіком освітнього процесу.

При цьому використовуються такі методи поточного контролю:

- усне опитування;
- тестовий контроль теоретичного матеріалу;
- оцінювання результатів роботи на семінарських заняттях (обговорення проблем, дискусії, заслуховування виступів здобувачів вищої освіти, презентацій, самостійні роботи);
- оцінювання результатів виконання індивідуального домашнього завдання.

При виведенні підсумкової семестрової оцінки враховуються результати як поточного контролю, так і підсумкового контролю, який проводиться з усього матеріалу дисципліни за білетами, попередньо розробленими і затвердженими на засіданні кафедри. 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 обсяг роботи, передбачений Робочою програмою. 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 індивідуальному режимі. Успішне опанування дисципліни і формування фахових компетентностей і програмних результатів навчання передбачає необхідність підготовки до семінарських занять (вивчення теоретичного матеріалу з теми, активно працювати на занятті, брати участь в обговореннях (дискусіях) та виступах здобувачів вищої освіти стосовно запропонованої проблеми).

Здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт у встановлені терміни, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни. Пропущене семінарське заняття здобувач зобов'язаний відпрацювати у встановлений викладачем термін, але не пізніше, ніж за два тижні до кінця теоретичних занять у семестрі.

Засвоєння студентом теоретичного матеріалу з дисципліни оцінюється за результатами опитування під час семінарських занять, тестування й виконання індивідуального домашнього завдання. Виконання індивідуального завдання завершується його здачею на перевірку у терміни, встановлені графіком самостійної роботи.

Здобувач вищої освіти, виконуючи самостійну роботу з дисципліни, має дотримуватися політики доброчесності (заборонені списування, підказки, плагіат, використання штучного інтелекту (без вірного цитування)). У разі порушення політики академічної доброчесності в будь-яких видах навчальної роботи здобувач вищої освіти отримує незадовільну оцінку і має повторно виконати завдання з відповідної теми (виду роботи), що передбачені робочою програмою. Будь-які форми порушення академічної доброчесності під час вивчення навчальної дисципліни не допускаються та не толеруються.

У межах вивчення навчальної дисципліни здобувачам вищої освіти передбачено визнання і зарахування результатів навчання, набутих шляхом неформальної освіти, які сприяють формування компетентностей і поглибленню результатів навчання, визначених робочою програмою дисципліни, або забезпечують вивчення відповідної теми та/або виду робіт з програми навчальної дисципліни (детальніше у Положенні про порядок визнання та зарахування результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ).

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». При поточному оцінюванні виконаної здобувачем роботи з кожної структурної одиниці і отриманих ним результатів викладач виставляє йому певну кількість балів із призначених робочою програмою для цього виду роботи. При цьому кожна структурна одиниця (робота) 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 та не толеруються.

Отриманий здобувачем бал за зарахований вид навчальної роботи (структурну одиницю) після її оцінювання викладач виставляє в електронному журналі обліку успішності здобувачів вищої освіти. За умови виконання усіх видів навчальної роботи за результатами поточного контролю протягом вивчення навчальної дисципліни, встановлених її Робочою програмою. Здобувач вищої освіти досяг мінімального порогового рівня балів, а загальна сума балів, яку він набрав за результатами поточного контролю з освітнього компонента, знаходиться у межах від 60 до 100 балів. При цьому за інституційною шкалою виставляється оцінка «зараховано», а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом сумі балів відповідно до таблиці «Співвідношення».

Семестрова підсумкова оцінка розраховується в автоматизованому режимі в інформаційній підсистемі «Електронний журнал» (ІС «Електронний університет») і відповідно

до накопиченої суми балів визначається оцінка за інституційною шкалою та шкалою ЄКТС (див. таблицю Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС), яка заноситься в екзаменаційну відомість, а також до Індивідуального навчального плану здобувача вищої освіти.

Структурування дисципліни за видами навчальної роботи і оцінювання результатів навчання студентів денної форми здобуття освіти у 2 семестрі

другий семестр												
Аудиторна робота						Контрольні заходи				Самостійна робота	Семестр. контроль	Разом
Семінарське заняття (обов'язковий мінімум оцінок 6*)						Тестовий контроль				ІДЗ* (на вибір)	Іспит	
Т*	Т	Т	Т	Т	Т16	ТК*	ТК	ТК	ТК	ІДЗ		
1-6	7-10	11-12	13-14	15		1	2	3	4			
Кількість балів за вид навчальної роботи (мінімум-максимум)												
3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	6-10		
18-30						12-20				6-10	24-40	60-100**

Примітка : *Т – тема навчальної дисципліни; *ТК – тестовий контроль; *ІДЗ – індивідуальне домашнє завдання;

**За набрану з будь-якого виду навчальної роботи з дисципліни кількість балів, нижче встановленого мінімуму, здобувач отримує незадовільну оцінку і має її перездати у встановлений викладачем (деканом) термін. Інституційна оцінка встановлюється відповідно до таблиці «Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС».

Оцінювання на семінарських заняттях

Оцінка, яка виставляється за семінарське заняття, складається з таких елементів: усне опитування студентів на знання теоретичного матеріалу з теми; активна участь студента в обговоренні (дискусії) на запропоноване питання; вільне володіння студентом спеціальною термінологією і уміння обґрунтувати прийняті рішення.

При оцінюванні результатів навчання здобувачів вищої освіти на семінарських заняттях викладач користується наведеними нижче критеріями:

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; здійснює аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструє власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем; аналізує процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає логічний виклад відповіді мовою викладання (в усній або у письмовій формі). 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 <i>похибки</i> .

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 <i>несуттєві помилки</i> .
Задовільно (достатній)	Здобувач вищої освіти виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі, 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 вмів 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.

Оцінювання індивідуального домашнього завдання

Здобувач вищої освіти на самостійній роботі 11 тижня обирає тему індивідуального домашнього завдання. При оцінюванні ІДЗ враховуються: повнота розкриття обраної теми, якість оформлення завдання; презентація.

Таблиця – Розподіл балів при оцінюванні індивідуального домашнього завдання

Складові ІДЗ	Кількість балів для певного рівня досягнення результатів навчання		
	Достатній	Середній	Високий
Повнота розкриття теми	3	4	5
Якість оформлення	2	2	3
Презентація	1	2	2

Індивідуальне домашнє завдання оцінюється викладачем з використанням таблиці критеріїв оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти (мінімальний позитивний бал – 6 балів, максимальний – 10 балів)..

Оцінювання результатів тестового контролю

Кожен з чотирьох тестів, передбачених робочою програмою, складається із 10 тестових завдань. Максимальна сума балів, яку може набрати студент за результатами тестування, складає 10.

Відповідно до таблиці структурування видів робіт за тематичний контроль здобувач залежно від кількості правильних відповідей може отримати від 3 до 5 балів:

Таблиця – Розподіл балів в залежності від наданих правильних відповідей на тестові завдання

Кількість правильних відповідей	1–5	6	7	8	9	10
Відсоток правильних відповідей	0-59	60	70	80	90	100
Кількість балів	0	3	4	4	5	5

На тестування відводиться 10 хвилин. Правильні відповіді студент записує у талоні відповідей. Студент може також пройти тестування і в онлайн режимі у Модульному середовищі для навчання на сторінці навчальної дисципліни. Тестування здобувачів вищої освіти у Модульному середовищі для навчання автоматично оцінюються за критеріями, наведеними у таблиці вище.

При отриманні негативної оцінки тест слід перездати до терміну наступного контролю.

Оцінювання індивідуального домашнього завдання

Здобувач вищої освіти на самостійній роботі 5 тижня отримає тему індивідуального домашнього завдання. При оцінюванні ІДЗ враховуються: повнота розкриття обраної теми, якість оформлення завдання; презентація.

Таблиця – Розподіл балів при оцінюванні індивідуального домашнього завдання

Складові ІДЗ	Кількість балів для певного рівня досягнення результатів навчання		
	Достатній	Середній	Високий
Повнота розкриття теми	3	4	5
Якість оформлення	2	2	3
Презентація	1	2	2

Індивідуальне домашнє завдання оцінюється викладачем з використанням таблиці критеріїв оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти (мінімальний позитивний бал – 6 балів, максимальний – 10 балів).

При підготовці тез доповідей на конференцію у якості ІДЗ здобувач вищої освіти отримує максимальний бал (10) за його виконання.

Оцінювання результатів тестового контролю

Кожен з чотирьох тестів, передбачених робочою програмою, складається із 10 тестових завдань. Максимальна сума балів, яку може набрати студент за результатами тестування, складає 5.

Відповідно до таблиці структурування видів робіт за тематичний контроль здобувач залежно від кількості правильних відповідей може отримати від 3 до 5 балів:

Таблиця – Розподіл балів в залежності від наданих правильних відповідей на тестові завдання

Кількість правильних відповідей	1–5	6	7	8	9	10
Відсоток правильних відповідей	0-59	60	70	80	90	100
Кількість балів	0	3		4		5

На тестування відводиться 10 хвилин. Правильні відповіді студент записує у талоні відповідей. Студент може також пройти тестування і в онлайн режимі у Модульному середовищі для навчання на сторінці навчальної дисципліни. Тестування здобувачів вищої освіти у Модульному середовищі для навчання автоматично оцінюються за критеріями, наведеними у таблиці вище.

При отриманні негативної оцінки тест слід перездати до терміну наступного контролю.

При підготовці тез доповідей на конференцію у якості ІДЗ здобувач вищої освіти отримує максимальний бал (20 балів) за його виконання.

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

Аудиторна робота			Самостійна, індивідуальна робота			Семестровий контроль	Разом	
практичні заняття* :			Тестовий контроль	контрольна робота		іспит		
1	2	3	ТК1	якість виконання	захист роботи		ІДЗ	
Кількість балів за кожний вид навчальної роботи (мінімум-максимум)								
3-5	3-5	3-5	3-5	6-10	6-10	6-10	30-40	
12-20				12-20		6-10	30-50	60-100

Примітка. *Вимоги до оцінювання практичних занять та тестових контролів студента-заочника аналогічні вимогам, що пред'являються до здобувачів освіти денної форми

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

Контрольна робота передбачає виконання двох теоретичних завдань. Варіанти контрольних робіт наводяться у модульному середовищі дисципліни. При оцінюванні контрольної роботи враховуються: повнота відповіді на теоретичні питання та захист. Кожне з

теоретичних питань оцінюється від 6 до 10 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	6	8	10
Теоретичне питання № 2	6	8	10

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).

Таблиця – Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Рейтингова шкала балів	Інституційна шкала (опис рівня досягнення здобувачем вищої освіти запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни)	
		Залік	Іспит/диференційований залік
A	90-100	Зараховано	<i>Відмінно/Excellent</i> – 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		<i>Добре/Good</i> – 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		<i>Задовільно/Satisfactory</i> – 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	<i>Незадовільно/Fail</i> – 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		<i>Незадовільно/Fail</i> – Результати навчання відсутні

Підсумкова семестрова оцінка за інституційною шкалою і шкалою ЄКТС визначається в автоматизованому режимі після внесення викладачем результатів оцінювання з усіх видів робіт до електронного журналу. Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС у наведеній нижче у таблиці.

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.

10 Питання для самоконтролю результатів навчання

1. Предмет, завдання та зміст дисципліни «Історії фізичної культури».
2. Основні терміни й поняття дисципліни «Історія фізичної культури» та їх еволюція.
3. Періодизація, історіографія, джерела історії фізичної культури та спорту.
4. Виникнення фізичної культури.
5. Розвиток фізичної культури на окремих етапах історії первіснообщинного ладу.
6. Фізична культура Месопотамії.
7. Фізична культура Єгипту.

8. Фізична культура Китаю.
9. Фізична культура Індії.
10. Особливості фізичного виховання Спарти.
11. Афінська система фізичного виховання.
12. Олімпійські ігри Стародавнього Греції.
13. Програма та проведення Олімпійських ігор.
14. Питання фізичної культура в роботах стародавніх філософів.
15. Особливості фізичної культури Стародавнього Риму.
16. Фізична підготовка в гладіаторських школах.
17. Олімпійські ігри римського періоду.
18. Спортивні споруди Стародавнього Риму.
19. Занепад системи фізичного виховання рабовласницького ладу.
20. Фізична культура у житті феодального суспільства.
21. Фізичне виховання світських феодалів. Рицарські турніри.
22. Фізична культура міського населення.
23. Фізична культура сільського населення.
24. Фізична культура народів Азії, Америки та Африки.
25. Вплив Вітторіо да Фельтре на систему фізичного виховання.
26. Вплив Мартіна Лютера на систему фізичного виховання.
27. Вплив Франсуа Рабле на систему фізичного виховання.
28. Вплив Ієронія Меркуліаліса на систему фізичного виховання.
29. Вплив Томазо Кампанелла на систему фізичного виховання.
30. Вплив Яна Коменського на систему фізичного виховання.
31. Виникнення і розвиток національних систем фізичного виховання на початку XIX ст.
32. Педагогічні погляди Дж. Локка на фізичне виховання.
33. Спортивно-ігрова система фізичного виховання в Англії.
34. Внесок Жан Жака Руссо у формування французької системи фізичного виховання.
35. Роль Ф.Амороса, Ф.Лагранж, Ж.Демені у формуванні системи фізичного виховання Франції.
36. Діяльність Ф.Яна та І.Гутс-Мутс щодо формування німецької системи фізичного виховання.
37. Особливості фізичного виховання Швеції.
38. Празьке товариство «Сокіл» як праобраз фізичного виховання Чехії.
39. Діяльність Петра Лесгафта та його система фізичного виховання.
40. Фізична культура XIX - XX ст..
41. Історичні передумови виникнення Олімпійських ігор сучасності.
42. Особливості концепції олімпізму.
43. Утворення міжнародного Олімпійського комітету.
44. Олімпійські символи та їх коротка характеристика.
45. Періодизація гор Олімпіад.
46. Зимові Олімпійські ігри.
47. Проблеми сучасного олімпійського руху.
48. Особливості фізичного виховання в країнах Антанти.
49. Особливості фізичної культури в Німеччині, Італії та Японії.
50. Шкільна системи фізичного виховання К. Гаульгофера та М. Штрайхера.
51. Фізична культура в країна соціалізму.
52. Фізична культура країн, що звільнились від колоніального ярма.

53. Фізична культура капіталістичних країн.
54. «Спорт для всіх» як новий напрямком в організації фізкультурно-спортивної роботи серед населення.
55. Особливості фізичної культури трипільців.
56. Особливості фізичної підготовки скіфо-сарматської доби.
57. Фізичне виховання та спорт в античних державах Північного Причорномор'я.
58. Значення фізичних вправ у побуті стародавніх слов'ян.
59. Фізична культура Київської Русі.
60. Фізичне виховання запорізького козацтва.
61. Внесок О.Бутовського у розвиток фізичної культури царської Росії.
62. Вплив робіт М.Пирогова, К.Ушинського на розвиток фізичного виховання.
63. Розвиток фізичної культури в Східній Україні у XIX – на початку XX століть...
64. Особливості розвитку фізичної культури в Західній Україні у XIX – на початку XX століть.
65. Особливості розвитку фізичної культури в Закарпатті та Буковині у XIX – на початку XX століть.
66. Роль Івана Боберського в розвитку Західноукраїнського спортивно-гімнастичного руху.
67. Фізичне виховання в контексті громадсько-політичної діяльності доктора Кирила Трильовського.
68. Аналіз науково-методичної спадщини професора Степана Гайдучка в сфері фізичної культури.
69. Роль Тараса і Петра Франків у становленні та розвитку національної фізичної культури.
70. Фізична культура і спорт УРСР (1917–1929 рр.).
71. Розвиток фізичної культури і спорту в Україні за часів СРСР (1930–1941 рр.).
72. Фізична культура і спорт в Україні часів СРСР у період 1946–1991рр.
73. Соціально-економічні умови розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

11 Навчально-методичне забезпечення

Освітній процес з дисципліни «Історія фізичної культури» забезпечений необхідними навчально-методичними матеріалами, що розміщені в Модульному середовищі для навчання MOODLE:

1. Лекційні матеріали до дисципліни <https://msn.khmnu.edu.ua/course/view.php?id=6506>
2. Дутчак Ю.В., Солтик О.О., Квасниця І.М. Історія фізичної культури: методичні вказівки до практичних занять для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Хмельницький : ХНУ, 2024. 31 с.

12. Матеріально-технічне та програмне забезпечення дисципліни

Інформаційна та комп'ютерна підтримка: ПК, планшет, смартфон або інший мобільний пристрій, проєктор. Програмне забезпечення: програми Microsoft Office або аналогічні, доступ до мережі Інтернет, робота з презентаціями.

Вивчення навчальної дисципліни не потребує використання спеціального програмного прикладного забезпечення, крім загальноновживаних програм і операційних систем.

13 Рекомендована література:

Основна

1. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В.М. Олімпійський рух: історія і сучасність: у 2 кн. К., 2021. Кн. 1, 640 с.
2. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В.М. Олімпійський рух: історія і сучасність: у 2 кн. К., 2021. Кн. 2, 672 с.

3. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В.М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти: навчальне видання. К : Перша друкарня, 2019. 912 с.
4. Долгова Н. О. Історія фізичного виховання та спорту України (від стародавніх часів до сьогодення): конспект лекцій. Суми : Сумський державний університет, 2016. 120 с.
5. Іщук О. А. , Карабанова Н.С., Томащук О.Г., Іванюк О.А. Історія фізичної культури : метод. розробка для студентів факультету фізичної культури, спорту та здоров'я. Луцьк : Волинський нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2023. 128 с
6. Кошева Л. В. Історія фізичної культури : курс лекцій для студентів спеціальності 017 – Фізична культура і спорт. Краматорськ : ДДМА, 2021. 216 с

Додаткова

7. Вербицький В. А., Бондаренко І. Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні : навчальний посібник. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
8. Дутчак Ю.В. Історичні аспекти виникнення фізичної культури: теорія трудової діяльності Physical culture and sport: scientific perspective. Том. 2 № 1 (2025): С. 110-114.
9. Лазоренко С.А., Петренко Н.В., Дутчак Ю.В. Історичні пролегомени формування сучасної гімнастики, "Олімпійський та паролімпійський спорт", Суми, випуск 1, 2025. С.53-58. 12.
10. Сова А., Тимчак Я. Іван Боберський – основоположник української тіловиховної і спортивної традиції. Львів : ЛДУФК: Апріорі. 2017. 232 с.
11. Приступа Є. Н. Традиції української національної фізичної культури. Львів: Троян, 1991. 104 с.

14 Інформаційні ресурси

1. Модульне середовище для навчання. Доступ до ресурсу: <https://msn.khmnu.edu.ua/course/view.php?id=6506>.
2. Електронна бібліотека університету. Доступ до ресурсу: http://lib.khmnu.edu.ua/asp/php_f/plage_lib.php .
3. Репозитарій ХНУ. Доступ до ресурсу: <https://library.khmnu.edu.ua/#>.