

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Західноукраїнський національний університет
Соціально-гуманітарний факультет

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан
Соціально-гуманітарного
факультету
Оксана ГОМОТЮК

«29» 08 2025 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної
роботи
Віктор ОСТРОВЕРХОВ

«29» 08 2025 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор
Навчально-наукового
інституту новітніх
освітніх технологій
Святослав ПИТЕЛЬ

«29» 08 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

з дисципліни

«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ»

Ступінь вищої освіти – магістр

Галузь знань – А Освіта

Спеціальність – А 7 Фізична культура і спорт

Освітньо-професійна програма – «Фізична культура і спорт»

Кафедра фізичної реабілітації і спорту

Форма навчання	Курс	Семес-тр	Лекції (год.)	Практ. (год.)	ІРС (год.)	Тре-нінг (год.)	Самост. робота студ. (год.)	Разом (год.)	Іспит (сем.)
Денна	1	1	32	14	5	6	93	150	1
Заочна	1	1	8	4	-	-	138	150	2

Тернопіль – ЗУНУ
2025

29.08.2025
PI-

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми підготовки магістра галузі знань А Освіта спеціальності А 7 «Фізична культура і спорт», затвердженої Вченою радою ЗУНУ, протокол № 8 від 26.06.2025 р.

Робочу програму склав професор кафедри фізичної реабілітації і спорту Циквас Роман Станіславович.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної реабілітації і спорту, протокол № 1 від 26.08.2025 р.

В.о. завідувача кафедри,
кандидат біологічних наук, доцент



Наталія БЕЗПАЛОВА

Гарант ОПП



Роман ГАХ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Західноукраїнський національний університет
СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»
1. Опис дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»

Дисципліна «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів ECTS– 5	Галузь знань - А Освіта	Статус дисципліни Обов'язкова дисципліна професійної підготовки Мова навчання українська
Кількість залікових модулів – 4	Спеціальність – А 7 «Фізична культура і спорт»	Рік підготовки: <i>Денна форма – 1</i> <i>Заочна форма - 1</i> Семестр: <i>Денна форма – 1</i> <i>Заочна форма - 2</i>
Кількість змістових модулів – 3	Ступінь вищої освіти – магістр	Денна форма: Лекції – 32 год. Заочна форма: Лекції – 8 год. Практичні заняття: <i>Денна – 14 год.</i> <i>Заочна – 4 год.</i>
Загальна кількість годин: Денна - 150		Самостійна робота: <i>Денна – 93 год.</i> <i>Заочна – 138 год.</i> Індивідуальна робота – 5 год. Тренінг – 6 год.
Тижневих годин – 10, з них аудиторних – 3		Вид підсумкового контролю – іспит

2. Мета і завдання вивчення дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»

2.1. Мета та завдання навчальної дисципліни.

Дисципліна “Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту” спрямована на формування у студентів цілісної системи фундаментальних та прикладних знань, умінь і навичок про засоби, методи і принципи вирішення актуальних проблем у сфері фізичної культури і спорту. Розділи даної дисципліни спрямовані на ознайомлення студентів з проблемами відбору спортсменів у збірні команди, оволодіння навичками підбору профілактичних заходів подолання проблем підготовки спортсменів; оволодіння системою засобів, методів та принципів профілактики та вирішення актуальних проблем в обраному виді спорту та соціальному житті спортсменів.

2.2. Завдання вивчення дисципліни:

- ознайомлення з найбільш поширеними актуальними проблемами сучасної підготовки спортсменів в різних видах спорту;
- оволодіння навичками підбору профілактичних заходів подолання проблем підготовки спортсменів;
- оволодіння системою засобів, методів та принципів профілактики та вирішення актуальних проблем в обраному виді спорту та соціальному житті спортсменів.

2.3. Найменування та опис компетентностей, формування котрих забезпечує вивчення дисципліни:

Загальні компетентності:

- ЗК1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
- ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
- ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
- ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.

Фахові компетентності спеціальності:

- СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.
- СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.
- СК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
- СК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.
- СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.

2.4. Результати навчання:

РН1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.

РН2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

2.5. Передумови вивчення дисципліни: здобувач повинен мати сформоване цілісне бачення сфери фізичної культури і спорту як багатоаспектного соціального інституту, а також володіти базовим професійним інструментарієм для ідентифікації, аналізу та пропозиції шляхів вирішення актуальних проблем у даній області.

2.6. Завдання лекційних занять:

- формування цілісної системи теоретичних знань з курсу.

2.7. Завдання практичних занять:

- систематизувати та закріпити теоретичні знання, одержані на лекціях;
- оволодіти вміннями та навичками навчальної дисципліни у практичній площині.

3. Програма навчальної дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» Змістовий модуль 1.

Зміст дисципліни та соціальні проблеми спортивного життя.

Тема 1. «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» як навчальна та наукова дисципліна.

Зміст робочої програми, силабуса, анотації. Вимоги до написання модульних робіт. Контрольні питання для іспиту, літературні джерела. Критерії оцінювання. Тематика самостійної роботи та тренінгу. Зміст навчально-методичного комплексу дисципліни.

Література: 1-56

Тема 2. Сучасні виклики галузі фізичної культури і спорту. Проблеми низького рівня фізичної активності населення.

Визначення факторів впливу на рівень фізичної активності населення. Фізичне виховання, спортивна підготовка в умовах війни. Особливості адаптивної спортивної підготовки людей з особливими потребами для їхньої фізичної та психологічної адаптації та соціалізації у зв'язку із збільшенням цього контингенту в умовах війни.

Література: 1-7, 28-30, 41, 46-51, 54.

Тема 3. Місце спортсмена у спорті та його соціалізація (4 год.).

Місце спортсмена в олімпійському спорті. Порівняння завдань спортсменів в олімпійському, аматорському та професійному спорті. Соціалізація спортсмена та проблема виходу зі спорту.

Література: 1-7, 25, 27, 29, 34, 35, 41, 46-51, 55.

Тема 4. Актуальні проблеми спортивного життя.

Основні засади спортивного життя. Сучасні спортивні напрями. Проблеми спортивного життя. Особливості актуальних проблем в обраному виді спорту.

Література: 1-7, 25, 27, 29, 34, 35, 41, 46-51, 55.

Тема 5. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.

Профілактика як основний напрям запобігання виникнення проблем спортивного життя. Категорії проблем, проблемне поле спортсмена. Комплексна модель подолання проблем. Системний підхід до вирішення проблем спортивного життя.

Література: 1-7, 25, 27, 29, 34, 35, 41, 46-51, 55.

Змістовий модуль 2.

Основні проблеми у процесі підготовки спортсменів у різні періоди та на різноманітних етапах.

Тема 6. Сучасний професійний спорт: виклики та актуальні проблеми.

Сучасні виклики і актуальні проблеми розвитку професійного спорту. Ретроспективний аналіз розвитку професійного спорту. Періодизація розвитку сучасного професійного спорту, загальна характеристика етапів. Спортивна еліта.

Література: 1-9, 15-17, 20, 27, 34, 35, 42, 46-51, 56, 57.

Тема 7. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.

Аналіз поняття «спортивна обдарованість».

Чинники, що обумовлюють спортивну обдарованість.

Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації та селекції.

Критерії відбору.

Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.

Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.

Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.

Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.

Література: 5, 6, 8, 10-19, 22, 27, 42, 45-47.

Тема 8. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період (4 год.).

Особливості різних періодів підготовки спортсменів. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.

Література: 5, 6, 8, 10-19, 22, 27, 42, 45-47.

Тема 9. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період (4 год.).

Змагальний період як вершина досягнень. Сучасні вимоги до змагань. Сучасні вимоги в олімпійському спорті. Проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

Література: 5, 6, 8, 10-19, 22, 27, 42, 45-47.

Тема 10. Проблеми відновлення спортсменів.

Засоби і умови відновлення працездатності.

Харчування спортсменів.

Загартування організму.

Режим дня та особиста гігієна спортсмена.

Вплив негативних звичок на підготовленість спортсменів.

Література: 5, 6, 8, 11, 19, 22, 26, 27, 33, 34, 41, 43, 45-47.

Тема 11. Проблеми використання допінгу у спорті.

Проблеми допінгу в спорті. Основні списки заборонених речовин. Особливості фармакологічної підтримки спортсменів. Сучасні покарання в разі застосування спортсменом заборонених речовин.

Література: 1-9, 15, 19, 22, 25, 28, 33, 34, 41, 46-49.

Змістовий модуль 3.

Актуальні проблеми у жіночому спорті.

Тема 12. Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.

Етапи становлення жіночого спорту. Включення жінок до олімпійського руху.

Завдання жіночого спорту. Особливості участі жінок в олімпійському русі.

Історія формування жіночої програми Олімпійських ігор. Видатні жінки спортсменки. Українки - чемпіонки Олімпійських Ігор.

Література: 1-7, 15, 20, 22, 29, 42, 46-48.

Тема 13. Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.

МОК та МСФ про напрями розвитку жіночого спорту в світі. Комплексні системні підходи до розгляду жіночого спорту. Актуальні проблеми підготовки спортсменок-жінок.

Література: 1-7, 15, 20, 22, 29, 42, 46-48.

4. Структура залікового кредиту з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» (денна форма навчання)

	Кількість годин					
	Лекції	Практичн і заняття	Самост ійна робота	Індивід уальна робота	Тре нінг	Контрольні заходи
Змістовий модуль 1. Зміст дисципліни та соціальні проблеми спортивного життя.						
Тема 1. Загальна характеристика	2	6	7	2		Поточне опитування,

навчальної дисципліни.						тести	
Тема 2. Сучасні виклики галузі фізичної культури і спорту. Проблеми низького рівня фізичної активності населення.	2		7		2	Поточне опитування, тести	
Тема 3. Місце спортсмена у спорті та його соціалізація.	4		7			Поточне опитування, тести	
Тема 4. Актуальні проблеми спортивного життя.	2		7			Поточне опитування, тести	
Тема 5. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	2		7			Поточне опитування, тести	
Змістовий модуль 2. Основні проблеми у процесі підготовки спортсменів у різні періоди та на різноманітних етапах.							
Тема 6. Сучасний професійний спорт: виклики та актуальні проблеми.	2		7				
Тема 7. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.	2		7		2	Поточне опитування, тести	
Тема 8. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.	4	6	7			Поточне опитування, тести	
Тема 9. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.	4		7		2	Поточне опитування, тести	3
Тема 10. Проблеми відновлення спортсменів.	2		7			Поточне опитування, тести	
Тема 11. Проблеми використання допінгу у спорті.	2		7			Поточне опитування, тести	
Змістовий модуль 3. Актуальні проблеми у жіночому спорті.							
Тема 12. Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.	2	2	8	1	1	Поточне опитування, тести	
Тема 13. Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.	2		8			Поточне опитування, тести	
Разом	32	14	93	5	6		

**Структура залікового кредиту з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»
(заочна форма навчання)**

			Кількість годин			
	Лекції д/з	Практичн і заняття д/з	Самост ійна робота д/з	Індивід уальна робота	Тре нінг	Контрольні заходи
Змістовий модуль 1. Зміст дисципліни та соціальні проблеми спортивного життя.						
Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.	3	1	11			Поточне опитування, тести
Тема 2. Сучасні виклики галузі фізичної культури і спорту. Проблеми низького рівня фізичної активності населення.			11			Поточне опитування, тести
Тема 3. Місце спортсмена у спорті та його соціалізація.			11			Поточне опитування, тести
Тема 4. Актуальні проблеми спортивного життя.			11			Поточне опитування, тести
Тема 5. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.			11			Поточне опитування, тести
Змістовий модуль 2. Основні проблеми у процесі підготовки спортсменів у різні періоди та на різноманітних етапах.						
Тема 6. Сучасний професійний спорт: виклики та актуальні проблеми.	4	2	11			
Тема 7. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.			11			Поточне опитування, тести
Тема 8. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.			11			Поточне опитування, тести
Тема 9. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.			11			Поточне опитування, тести
Тема 10. Проблеми відновлення спортсменів.			11			Поточне опитування, тести
Тема 11. Проблеми використання допінгу у			10			Поточне опитування,

спорті.						тести
Змістовий модуль 3. Актуальні проблеми у жіночому спорті.						
Тема 12. Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.	1	1	9			Поточне опитування, тести
Тема 13. Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.			9			Поточне опитування, тести
Разом	8	4	138	-	-	

5. Тематика практичних занять.

Практичне заняття № 1

Тема: Загальна характеристика навчальної дисципліни. Сучасні виклики галузі фізичної культури і спорту. Проблеми низького рівня фізичної активності населення.

Мета: формування системи знань про основний зміст початкової дисципліни «Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів»; про сучасні виклики у сфері фізичної культури і спорту.

Питання для обговорення:

1. Зміст робочої програми, силабуса, анотації.
2. Вимоги до написання модульних робіт та контрольної роботи, тематика рефератів.
3. Контрольні питання для іспиту, літературні джерела.
4. Критерії оцінювання.
5. Тематика самостійної роботи.
6. Визначення факторів впливу на рівень фізичної активності населення.
7. Фізичне виховання, спортивна підготовка в умовах війни.
8. Особливості адаптивної спортивної підготовки людей з особливими потребами для їхньої фізичної та психологічної адаптації та соціалізації у зв'язку із збільшенням цього контингенту в умовах війни.

Література: 1-56.

Практичне заняття № 2

Тема: Місце спортсмена у спорті та його соціалізація. Актуальні проблеми спортивного життя.

Мета: формування системи знань про особливості соціалізації спортсмена та проблеми виходу зі спорту; про специфічні проблеми спортивного життя.

Питання для обговорення:

1. Місце спортсмена в олімпійському спорті.
2. Порівняння завдань спортсменів в олімпійському, аматорському та професійному спорті.
3. Соціалізація спортсмена та проблема виходу зі спорту.
4. Основні засади спортивного життя.

5. Сучасні спортивні напрями.

6. Проблеми спортивного життя.

Література: 1-7, 25, 27, 29, 34, 35, 41, 46-51, 55.

Практичне заняття № 3

Тема: Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.

Мета: формування системи знань про профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.

Питання обговорення:

1. Профілактика як основний напрям запобігання виникнення проблем спортивного життя.
2. Категорії проблем, проблемне поле спортсмена.
3. Комплексна модель подолання проблем.
4. Системний підхід до вирішення проблем спортивного життя

Література: 1-7, 25, 27, 29, 34, 35, 41, 46-51, 55.

Практичне заняття № 4

Сучасний професійний спорт: виклики та актуальні проблеми. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.

Тема: формування системи знань про виклики та актуальні проблеми у професійному спорті; про актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.

Питання для обговорення:

1. Сучасні виклики і актуальні проблеми розвитку професійного спорту.
2. Ретроспективний аналіз розвитку професійного спорту.
3. Періодизація розвитку сучасного професійного спорту, загальна характеристика етапів.
4. Спортивна еліта.
5. Аналіз поняття «спортивна обдарованість».
6. Чинники, що обумовлюють спортивну обдарованість.
7. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації та селекції.
8. Критерії відбору.
9. Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.
10. Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.
11. Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.
12. Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.

Література: 1-9, 10-19, 22, 27, 34, 35, 42, 46-51, 56, 57.

Практичне заняття № 5

Тема: Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.

Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

Мета: формування системи знань про актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період; про актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

Питання для обговорення:

1. Особливості різних періодів підготовки спортсменів.
2. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.
3. Змагальний період як вершина досягнень.
4. Сучасні вимоги до змагань.
5. Сучасні вимоги в олімпійському спорті.
6. Проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

Література: 5, 6, 8, 10-19, 22, 27, 42, 46-48.

Практичне заняття № 6

Тема: Проблеми відновлення спортсменів. Проблеми використання допінгу у спорті.

Мета: формування системи знань про проблеми відновлення спортсменів, особливості використання допінгу у спорті.

Питання для обговорення:

1. Засоби і умови відновлення працездатності.
2. Харчування спортсменів.
3. Загартування організму.
4. Режим дня та особиста гігієна спортсмена.
5. Вплив негативних звичок на підготовленість спортсменів.
6. Проблеми допінгу в спорті.
7. Основні списки заборонених речовин.
8. Особливості фармакологічної підтримки спортсменів.
9. Сучасні покарання в разі застосування спортсменом заборонених речовин.

Література: 5, 6, 8, 11, 19, 22, 26, 27, 33, 34, 41, 43, 46-48.

Практичне заняття № 7

Тема: Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху. Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.

Мета: формування системи знань про особливості становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху; про сучасну політику МОК та МСФ в області жіночого спорту.

Питання для обговорення:

1. Етапи становлення жіночого спорту.
2. Включення жінок до олімпійського руху.
3. Завдання жіночого спорту.
4. Особливості участі жінок в олімпійському русі.
5. Історія формування жіночої програми Олімпійських ігор.
6. Видатні жінки спортсменки.
7. Українки - чемпіонки Олімпійських Ігор.
8. МОК та МСФ про напрями розвитку жіночого спорту в світі.
9. Комплексні системні підходи до розгляду жіночого спорту.
10. Актуальні проблеми підготовки спортсменок-жінок.

Література: 1-7, 15, 20, 22, 29, 42, 46-48.

7. Самостійна робота

Оцінювання самостійної роботи проводиться у вигляді написання реферату за запропонованою тематикою.

№ з/п	Тематика
1.	Соціалізація спортсмена та проблема виходу зі спорту.
2.	Проблеми спортивного життя
3.	Категорії проблем, проблемне поле спортсмена.
4.	Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.
5.	Особливості різних періодів підготовки спортсменів.
6.	Особливості спортивної підготовки в умовах війни.
7.	Сучасні виклики і актуальні проблеми розвитку професійного спорту.
8.	Сучасні вимоги до змагань.
9.	Режим дня та особиста гігієна спортсмена.
10.	Основні списки заборонених речовин.
11.	Історія формування жіночої програми Олімпійських ігор.
12.	Актуальні проблеми підготовки спортсменок-жінок.

7. Програма тренінгу та методи оцінювання

№ з/п	Тематика	Завдання
1	Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.	Розкрити завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.
2	Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів-початківців з обраного виду спорту.	Охарактеризувати педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів-початківців з обраного виду спорту.
3	Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів-початківців з обраного виду спорту.	Охарактеризувати біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів-початківців з обраного виду спорту.
4	Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.	Проаналізувати таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.
5	Тестування початківців для відбору у навчально-тренувальні групи з обраного виду спорту.	Здійснити тестування початківців для відбору у навчально-тренувальні групи з обраного виду спорту.

	спорту.
--	---------

Результати виконання завдань тренінгу оцінюється у вигляді презентації або есе.

8.Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання.

В процесі вивчення дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» використовуються наступні засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- стандартизовані тести;
- поточне опитування;
- модульне тестування та опитування;
- презентація, есе, реферат;
- іспит.

9. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю.

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Критерії рейтингового оцінювання

Модуль 1		Модуль 2	Модуль 3	Модуль 4
20 %	20 %	5 %	15 %	40 %
Поточне оцінювання	Модульний контроль	Тренінги	Самостійна робота	Екзамен
Визначається як середнє арифметичне з оцінок отриманих під час занять	10 тестів по 2 бали за кожну правильну відповідь; одне теоретичне питання - 30 балів; одне практичне завдання – 50 балів	Оцінюється за виконання завдань тренінгу у вигляді презентації або есе	Оцінюється у вигляді написання реферату за запропонованою тематикою	Оцінюється відповідь на 4 питання в білеті (по 25 балів)

Критерії оцінювання:

Поточне опитування під час заняття:

90–100 балів – у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань;

75–89 балів – достатньо повно володіє навчальним матеріалом, але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки;

65–74 бали – в цілому володіє навчальним матеріалом та викладає його основний зміст, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки;

60–64 бали – не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, фрагментарно (без аргументації та обґрунтування) його викладає, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань, допускаючи при цьому суттєві неточності;

1–59 балів – не володіє навчальним матеріалом, не розкриває зміст теоретичних питань.

Модульна робота – види контролю, при яких засвоєння студентом теоретичного та практичного матеріалу оцінюється від 0 до 100 балів як сума балів за виконані завдання: 10 тестів по 2 бали за кожну правильну відповідь; одне теоретичне питання – 30 балів; одне практичне завдання – 50 балів.

Теоретичні питання оцінюються наступним чином:

25–30 балів – у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, правильно розв'язує завдання і інтерпретує отримані результати, демонструє самостійність виконання.

15–24 балів – у достатньому обсязі володіє навчальним матеріалом, правильно розв'язує завдання, але на додаткові контрольні запитання відсутня повна відповідь, допускає несуттєві неточності та фрагментарно (без аргументації) інтерпретує отримані результати, демонструє самостійність виконання.

1–14 балів – не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно розв'язує завдання, допускає суттєві неточності, поверхнево його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань.

Практичне завдання оцінюється наступним чином:

41–50 балів – у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, правильно розв'язує завдання і інтерпретує отримані результати, демонструє самостійність виконання.

25–40 балів – у достатньому обсязі володіє навчальним матеріалом, правильно розв'язує завдання, але на додаткові контрольні запитання відсутня повна відповідь, допускає несуттєві неточності та фрагментарно (без аргументації) інтерпретує отримані результати, демонструє самостійність виконання.

1–24 балів – не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно розв'язує завдання, допускає суттєві неточності, поверхнево його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань.

Екзамен – вид контролю, який складається з письмової роботи : 4 завдання в білеті (по 25 балів);

Екзаменаційний білет складається з 4-х завдань: за розв'язання кожного із яких студент може отримати від 0 до 25 балів, що в підсумку дає максимально 100 балів;

20–25 балів – у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, правильно розв'язує завдання і інтерпретує отримані результати, демонструє самостійність виконання.

10–19 балів – у достатньому обсязі володіє навчальним матеріалом, правильно розв'язує завдання, але на додаткові контрольні запитання відсутня повна відповідь, допускає несуттєві неточності та фрагментарно (без аргументації) інтерпретує отримані результати, демонструє самостійність виконання.

1–9 балів – не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно розв'язує завдання, допускає суттєві неточності, поверхнево його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань.

Тренінг: оцінюється за виконання певних завдань у вигляді презентації або есе.

90–100 балів – у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його використовує під час виконання завдань тренінгу, виявляє творчий підхід до виконання завдань;

75–89 балів – достатньо повно володіє навчальним матеріалом, але при виконанні окремих завдань тренінгу не вистачає достатньої глибини та аргументації його використання, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки, загалом виявляє творчий підхід до виконання завдань;

65–74 бали – в цілому володіє навчальним матеріалом та загалом його використовує при виконанні завдань тренінгу, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому суттєві неточності та помилки, в окремих моментах виявляє творчий підхід до виконання завдань;

60–64 бали – не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, фрагментарно (без аргументації та обґрунтування) його використовує, недостатньо розкриває зміст завдань тренінгу, допускаючи при цьому суттєві неточності, не виявляє творчого підходу до

виконання завдань; 1–59 – не володіє навчальним матеріалом, не розкриває зміст завдань тренінгу, не бере участі у колективних завданнях під час проведення тренінгу.

Самостійна робота: оцінка за виконання завдань у вигляді реферату за запропонованою тематикою.:

90–100 балів – зміст самостійної роботи повністю відповідає встановленим вимогам, містить елементи самостійного дослідження, свідчить про високий рівень опанування навчального матеріалу, студент на високому рівні виявляє творчий підхід до виконання завдань;

75–89 балів – зміст самостійної роботи в основному відповідає встановленим вимогам, можуть бути несуттєві недопрацювання за окремими завданнями, свідчить про належний рівень опанування навчального матеріалу, студент належно виявляє творчий підхід до виконання завдань;

60–74 балів – поставлені завдання виконані на недостатньому рівні; наведені авторські напрацювання є загальними і слабо обґрунтованими, свідчать про недостатній рівень опанування навчального матеріалу; студент припускається значних помилок у виконанні завдань, в окремих моментах виявляє творчий підхід до виконання завдань;

1–59 балів – завдання практично не виконані; відсутні авторські напрацювання; грубі помилки у вирішенні завдань роботи, що свідчать про низький рівень опанування навчального матеріалу; студент не виявляє творчого підходу до виконання завдань.

За шкалою ЗУНУ	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90–100	Відмінно	A (відмінно)
85–89	Добре	B (дуже добре)
75–84		C (добре)
65–74	задовільно	D (задовільно)
60–64		E (достатньо)
35–59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1–34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

10. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

№	Найменування	Номер теми
1.	Електронний варіант лекцій	1-13
2.	Індивідуальні завдання для самостійного виконання (електронний варіант)	1-13
3.	Вихідні дані для обробки на ПВОМ	1-13

11. РЕМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації на сучасному етапі розвитку держави : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 17-18 листопада 2022 р., м. Київ. – Львів – Торунь : Liha-Pres, 2022. 40 с.
2. Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і туризму: колективна монографія / за заг. ред. Н. Є. Панегелової. Переяслав (Київ. обл.) : Домбровська Я. М., 2020. 436 с.

3. Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту, фізичної реабілітації та туризму у сучасних умовах життя: Матеріали VI міжнародної науково-практичної конференції, м. Запоріжжя, 18–19 квітня 2024 р. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2024. 460 с.
4. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту і здоров'я : матеріали міжн. наук. інтернет-конф. (Черкаси, 25-26 травня 2023 р.) / Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького. Черкаси, 2023. 173 с.
5. Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів. Матеріали I круглого столу 25 червня 2024 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2024. 64 с.
6. Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів. Матеріали II круглого столу 06 травня 2025 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2025. 116 с.
7. Андріянова В.А. Актуальні проблеми у ФВіС: методичні вказівки для студентів спеціальності 017 “Фізична культура і спорт” освітнього рівня магістр. Київ: КНУБА, Талком, 2023. 26 с.
8. Добринський В., Мудрик Ж., Савчук С., Валькевич О., Захожа Н. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів : метод. реком. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 112 с.
9. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт: курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів / Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с
10. Кутек Т.Б., Вовченко І.І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.
11. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): Навчальний посібник. 2-ге вид. перероб. та доп. / Київ: КНТ, 2018. 616 с.
12. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120 с.
13. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Методика розвитку рухових якостей юних спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 28 с.
14. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 32 с.
15. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Олімпійський та професійний спорт: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 48 с.
16. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Моделювання та прогнозування у системі підготовки спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 48 с.
17. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Професійна майстерність тренера: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 36 с.
18. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика спортивного тренування: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2020. 55 с.
19. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи спортивної підготовки: навч. посібник, 2-ге вид. перероб. та доп. Тернопіль, ЗУНУ, 2024. 162 с.
20. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Безпалова Н.М. Особливості підготовки спортсменів високого класу в ігрових видах спорту / *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб.*

наукових праць. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Випуск 1 (186) 25. С. 87-90.

21. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи організації та управління у сфері фізичної культури і спорту: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 24 с.
22. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теоретико-методичні засади спортивної підготовки : Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 43 с.
23. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Нормативно-правове регулювання студентського спорту в Україні: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 20 с.
24. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Організаційне забезпечення сфери фізичної культури і спорту: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ, 2024. 14 с.
25. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Безпалова Н.М., Верцімага А.В., Чорненький А.І., Яковів В.І., Сапрун С.Т. Економічні, правові та етичні аспекти в процес розробки спортивних проєктів / *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури(фізична культура і спорт): зб. наукових праць* / Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Випуск 2 (187). С. 123-127.
26. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Безпалова Н.М., Верцімага А.В., Чорненький А.І., Яковів В.І., Сапрун С.Т. Гігієнічне забезпечення тренувальної та змагальної діяльності спортсменів а адаптивному спорті / *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць*. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Випуск 3 (189). С. 115-118.
27. Маляр, Е.І., Маляр, Н.С., Циквас, Р.С., Чорненький, А.І. (2025). Особливості процесу управління спортсменами високого класу. *Педагогічна Академія: наукові записки*, (21).
28. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Актуальні проблеми використання допінгу під час олімпійської підготовки спортсменів. Матеріали круглого столу 25 червня 2024 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2024. С. 41-42.
29. Маляр Е.І. , Маляр Н.С. Етичні аспекти олімпійського спорту в умовах війни / Трансформаційні процеси соціально-гуманітарної освіти сучасної України в умовах війни: виклики, проблеми та перспективи : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, 20-22 червня 2024 року). Тернопіль : ЗУНУ, 2024. С. 81-83.
30. Маляр Н.С., Маляр Е.І. Сутність сучасного спортивного менеджменту в умовах воєнного часу / Трансформаційні процеси соціально-гуманітарної освіти сучасної України в умовах війни: виклики, проблеми та перспективи : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, 20-22 червня 2024 року). Тернопіль : ЗУНУ, 2024. С. 139-141.
31. Маляр Н.С., Маляр Е.І. Матеріально-технічне та гігієнічне забезпечення місць навчально-тренувальних та оздоровчих фітнес занять для запобігання травм. Матеріали круглого столу 25 червня 2024 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2024. С. 45-46.
32. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Негативні фактори, які впливають на реалізацію миротворчої функції олімпійського спорту / Олімпійський рух на теренах

- України - минуле та сьогодення: Матеріали всеукраїнської наукової конференції. За заг.ред. Огнистого, А.В., Огниста К.М. Тернопіль: В-во ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2024. С. 151-155.
33. Маляр Е.І., Маляр Н.С.. Мотивація та контроль відновлення у тренувальному процесі. Матеріали ІІ круглого столу 05 травня 2025 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2025. С. 53-55.
34. Маляр Е.І., Маляр Н.С.. Мотиваційний аспект і психологічний контроль у процесі відновлення спортсмена. Матеріали ІІ круглого столу 05 травня 2025 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2025. С. 55-57.
35. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Циквас Р.С. Професійна майстерність тренера в частині взаємовідносин тренера-спортсмен під час змагань / Соціально-гуманітарний вісник: зб. наук. пр. Вип. 57. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. С. 18-19.
36. Наказ Міністерства освіти і науки України від 15.02.2021 р. №193 “Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року”
37. Наказ Міністерства освіти і науки України від 15.02.2021 р. №193 “Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року” 3. Постанова Кабінету Міністрів України “Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року” від 04.11.2020 р. № 1089
38. Постанова Кабінету Міністрів України “Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року” від 04.11.2020 р. № 1089
39. Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту : навчальний посібник / Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.
40. Стратегія розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року (Проект) [Електронний ресурс]. – Режим доступ : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/gromadskeobgovorennya/2019/07/17/strategiya-rozvitku-fizichnogovikhovannya-ta-sportu-sered-studentskoi-molodi-na-period-do2025-rokuk.pdf>.
41. Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали VII інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р. Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2023. 192 с.
42. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія /за заг. ред. В. М. Костюкевича. Вінниця : Планер, 2018. 418 с.
43. Тодорова В.Г. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с
44. Тодорова В.Г. Задорожна О., Пітин М., Пасічна Т. Тенденції змін у правилах змагань у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вип. 9(28). Вінниця : Планер, 2020. С. 184–189.
45. Указ президента № 722/2029 «Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року»

46. Циквас Р.С., Маляр Е.І. Методичні рекомендації з вивчення курсу «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» для студентів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Тернопіль: ЗУНУ, 2023. 30 с.
47. Циквас Р.С. Навчально-методичні матеріали з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» для студентів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Тернопіль: ЗУНУ, 2023. 22 с.
48. Циквас Р.С. Навчально-методичні вказівки для самостійної роботи з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» для студентів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Тернопіль: ЗУНУ, 2023. 24 с.
49. Циквас Р.С., Маляр Е.І., Маляр Н.С. Актуальні проблеми використання допінгу у спорті: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 18 с.
50. Циквас Р.С., Маляр Е.І., Маляр Н.С. Особливості соціальної адаптації у постспортивному житті атлетів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 30 с.
51. Циквас Р.С., Маляр Е.І., Маляр Н.С. Специфіка соціальної адаптації спортсменів після завершення спортивної кар'єри: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 31 с.
52. Черненко, С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.
53. O. Azhyppo, V. Pavlenko, V. Mulyk, K. Mulyk, L. Karpets, T. Grynova, M. Sannikova / Direction of teaching the subject of physical education by taking into account opportunities of institution of higher education and interests of student youth / Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18(1), Art 29, 2018 pp. 222 – 229.
54. Gach, R., Tsykvas, R., Maliar, E., Kornienko, S., Khomulenko, S. (2025). Neuroscientific Perspectives on Emotional Intelligence and Self-Regulation in Individual Sports. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 16(1). 324-332.
55. Lloyd R.S. Strength and conditioning for young athletes: science and application / London, New-York: Routledge, 2021. 232 p.
56. Khatsaiuk, O., Medvid, M., Maksymchuk, B., Kurok, O., Dziuba, P., Maliar, E., Maliar, N. / Preparing Future Officers for Performing Assigned Tasks through Special Physical Training/ Revista Romaneasca pentru Educatie, (2021), Multidimensionala, 13 (2), 457-475.
57. Redchuk, R., Doroshenko, T., Havryliuk, N., Medynskii, S., Soichuk, R., Petrenko, O., Pavelkiv, R., Rybalko, P., Maliar, E., Maliar, N., Chornodon, M., Boretskyi, V. / Developing the Competency of Future Physical Education Specialists in Professional Interaction in the Field of Social Communications. Revista Romaneasca pentru Educatie (2021), Multidimensionala, 12 (4), 289-309.