

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ СПОРТУ»  
ДНІПРОПЕТРОВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ»

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Директор коледжу  
Олег ДЕРЛЮК  
«29» серпня 2025 року



ПРОГРАМА  
освітнього компонента

ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ ТА ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

підготовки фахового молодшого бакалавра  
зі спеціальності A7 Фізична культура і спорт  
галузі знань A Освіта

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ:

Олена МІТЯНІНА спеціаліст вищої кваліфікаційної категорії

Обговорено на засіданні циклової комісії професійної та практичної підготовки

«29» серпня 2025 року, протокол № 2

Схвалено методичною радою

«29» серпня 2025 року, протокол № 2

Голова методичної ради Маш Олена КУДЗІЄВА

## Вступ

Програма освітнього компонента «**ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ ТА ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**» складена відповідно до освітньо-професійного ступеня підготовки **фахового молодшого бакалавра** спеціальності **А7 Фізична культура і спорт** галузі знань **А Освіта**

*Предметом* вивчення освітнього компонента є загальні основи майбутньої професійної діяльності та історія розвитку фізичної культури як багатогранної сфери суспільного життя. Він охоплює знайомство зі спеціальністю, її галузями, завданнями, засобами та методами, а також досліджує історичний розвиток фізичного виховання та спорту.

*Місце освітнього компонента в структурно-логічній схемі підготовки* – вивчення освітнього компонента базується на отриманих здобувачем освіти раніше придбаних знаннях з української мови, права, фізичної культури, з основ економіки, безпеки життєдіяльності.

### **1. Мета та завдання освітнього компонента**

1.1. *Метою вивчення освітнього компонента є* створення системи знань про фізичну культуру як суспільне явище та галузь професійної діяльності, історичні складові формування системи фізкультурно-спортивного руху в Україні та світі, професійну діяльність фахівця з фізичної культури і спорту, його підготовки в умовах закладу фахової передвищої освіти.

1.2. *Основними завданнями освітнього компонента є:*

- ознайомлення з майбутньою професією, її специфікою, вимогами та можливостями;
- вивчення основних напрямків, галузей та видів діяльності, пов'язаних з фізичною культурою;
- дослідження еволюції фізичного виховання від найдавніших часів до сьогодення;
- вивчення внеску різних культур і цивілізацій у розвиток фізичної культури та спорту;
- аналіз історичних етапів становлення спортивних рухів, олімпійського руху тощо.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі освіти повинні *знати:*

- значимість вивчення курсу «Вступ до спеціальності та історія фізичної культури»;
- місце ФК в загальноосвітній культурі людства;
- галузеву термінологію у сфері фізичної культури і спорту;
- історію зародження та розвитку спорту;
- програмно-нормативні засади розвитку галузі ФК;
- структуру, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України;
- фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту;
- освітньо-кваліфікаційні рівні та структуру підготовки фахівців фізичної культури;

- професійні характеристики фахівців фізичної культури;
- рівні ступеневої освіти України;
- організацію навчального процесу у закладах фахової передвищої освіти;
- причини зародження та розвитку фізичної культури та спорту в Україні країнах світу;
- всесвітню історію фізичної культури і спорту та історію міжнародного спортивного руху;

*вміти:*

- володіти сучасною термінологією сфери фізичної культури і спорту;
- користуватися законодавчою базою розвитку ФК і С в Україні;
- користуватися державними програмами розвитку ФК і С;
- характеризувати основні поняття фізичної культури;
- характеризувати розвиток фізичної культури в різні періоди існування українського суспільства;
- застосовувати знання з історії фізичної культури в практичній діяльності;
- аналізувати роль історичного знання в рішенні актуальних проблем міжнародного спортивного та Олімпійського рухів.

1.4. Відповідно до ОПП *програмними результатами навчання є:*

РН1 Аналізувати особливості розвитку сфери фізичної культури і спорту для удосконалення процесу фізичного розвитку людини.

РН2 Аналізувати специфіку розвитку фізкультурно-спортивного руху на національному рівні.

РН3 Спілкуватися українською мовою у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією, дотримуватися етики ділового спілкування.

РН6 Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та саморозвитку.

РН21 Використовувати нормативно-правові акти, що регламентують професійну діяльність у галузі фізичної культури і спорту.

1.5. Відповідно до освітньо-професійної програми даному компоненту відповідають наступні *сформовані компетентності:*

ЗК2 Здатність до розуміння предметної області та професійної діяльності.

ЗК3 Здатність до спілкування державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК5 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, використання інформаційних та комунікаційних технологій в практичній діяльності

ЗК7 Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК9 Здатність визначати роль фізичного виховання і спорту для формування здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я людини.

СК1 Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

СК7 Здатність до організації навчального процесу з фізичного виховання і спортивного тренування у відповідності з вимогами законодавства в галузі освіти, фізичного виховання і спорту, програмами та нормативними документами в галузі освіти, фізичного виховання і спорту.

СК14 Здатність до формування мотивації у фізичному самовдосконаленні

***На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин/3 кредитів ECTS.***

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **МОДУЛЬ I. ВСТУП. ФК ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ ТА ГАЛУЗЬ ДІЯЛЬНОСТІ. ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. СИСТЕМА ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ ТА КАДРОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ**

1. Вступ. ФК як суспільне явище.
2. Галузева термінологія.
3. Міжнародний спортивний рух. Фізкультурно-спортивний рух в Україні
4. Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури.
5. Організаційні засади, структура, матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні.
6. Професійна діяльність фахівців ФК.
7. Загальні особливості педагогічної діяльності вчителя ФК.
8. Професійна діяльність тренера-викладача.
9. Система кадрового забезпечення галузі.
10. Організація навчального процесу у закладах фахової передвищої освіти.
11. Вхідження України в європейський освітній простір.
12. Навчання і побут здобувачів освіти. Самостійна робота здобувач освіти.

### **МОДУЛЬ II. ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. СВІТОВА ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.**

1. Витоки фізичної культури.
2. Фізична культура в первісному суспільстві.
3. Фізична культура стародавнього світу.
4. Фізична культура епохи середньовіччя.
5. Фізична культура нового часу. Особливості розвитку спорту нового часу.

### **МОДУЛЬ III. ІСТОРІЯ МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО ТА ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХІВ. ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ В УКРАЇНІ.**

1. Олімпійські ігри Стародавньої Греції. Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена.
2. Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху. Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.
3. Витоки фізичної культури в Україні. Фізична культура та спорт в Україні у XIX-XX ст.
4. Україна в олімпійському русі.

**Зміст освітнього компонента**

**МОДУЛЬ I. ВСТУП. ФК ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ ТА ГАЛУЗЬ ДІЯЛЬНОСТІ. ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. СИСТЕМА ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ ТА КАДРОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ**

**Вступ. ФК як суспільне явище**

Предмет і структура курсу «Вступ до спеціальності». Основні завдання, форми і засоби фізичної культури; поняття про культуру. Матеріальна та духовна культура. Місце фізичної культури в загальній культурі людства.

**Галузева термінологія.**

Зародження спортивної термінології. Термінологічні запозичення з іноземних мов у сфері ФК та спорту. Сучасні проблеми української спортивної термінологіки. Основні термінологічні поняття галузі.

**Міжнародний спортивний рух. Фізкультурно-спортивний рух в Україні.**

Історія зародження та розвитку спорту. Міжнародні спортивні організації. Стародавні та сучасні Олімпійські ігри. Сучасний розвиток міжнародного спортивного руху. Передумова зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні. Внесок українців в Олімпійський рух.

**Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури.**

Законодавча база розвитку ФК і С в Україні. Державні програми розвитку ФК і С в Україні.

**Організаційні засади, структура, матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні.**

Структура, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України. Матеріально-технічна база ФК і С. Джерела фінансування галузі. Науково-інформаційне забезпечення фізкультурно-спортивного руху

**Професійна діяльність фахівців ФК.**

Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі ФК і С. освітньо-кваліфікаційні рівні та структура підготовки фахівців фізичної культури. Професійні характеристики фахівців фізичної культури.

**Загальні особливості педагогічної діяльності вчителя ФК.**

Спеціальність спеціалізації, освітньо-кваліфікаційні рівні та посади фахівців фізичного виховання. Вчитель ФК – ключова фігура фізичного виховання. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя ФК. Урок як основна форма фізичного виховання.

**Професійна діяльність тренера-викладача.**

Особа тренера в сучасному спорті і його функціональні обов'язки. Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера. Організація тренувального процесу. Підготовка спортсмена до змагань.

**Система кадрового забезпечення галузі.**

Структура вищої освіти в Україні. Система ступеневої освіти. Заклади фізкультурної освіти в Україні.

**Організація навчального процесу у закладах фахової передвищої освіти.**

Спрямованість навчального процесу у закладах вищої освіти. Науково-методичне забезпечення навчального процесу. Державні стандарти вищої освіти. Види і форми організації навчальних занять у школі. Форми і методи контролю.

### **Входження України в європейський освітній простір.**

Формування Європейського освітнього простору. Болонський процес. Кредитно-модульна накопичувальна система організації навчання.

### **Навчання і побут студентів. Самостійна робота здобувачів освіти.**

Формування студентського контингенту. Права і обов'язки здобувачів освіти закладу фахової передвищої освіти. Організація виховного процесу у вищому закладі освіти. Громадські організації здобувачів освіти. Робота з книгою. Самоконтроль.

## **МОДУЛЬ II. ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. СВІТОВА ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.**

### **Витоки фізичної культури.**

Витоки фізичної культури.

### **Фізична культура в первісному суспільстві.**

Фізична культура в первісному суспільстві.

### **Фізична культура стародавнього світу.**

Особливості, провідні форми та засоби фізичної культури стародавнього світу. Значення фізичного виховання в житті Стародавньої Греції. Особливості фізичної культури Стародавнього Риму. Особливості фізичної культури в країнах Стародавнього Сходу та Америки. Фізична культура народів Америки у період до європейської колонізації.

### **Фізична культура епохи середньовіччя.**

Особливості європейської фізичної культури в середні віки. Особливості фізичного виховання у середні віки в країнах Сходу. Лицарська система фізичного виховання. Розвиток фізичної культури серед селян та ремісників-міщан. Зародження науково-методичної думки в галузі фізичного виховання.

### **Фізична культура нового часу. Особливості розвитку спорту нового часу.**

Передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII-XIX ст. Особливості німецької, шведської, французької та сокольської систем фізичного виховання. Утворення нових форм та структур фізичного виховання: релігійних, жіночих, робітничих. Скаутський рух. Виникнення і розвиток робітничого спортивно-гімнастичного руху. Особливості розвитку спорту нового часу.

## **МОДУЛЬ III ІСТОРІЯ МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО ТА ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХІВ. ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ В УКРАЇНІ.**

### **Олімпійські ігри Стародавньої Греції. Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена.**

Значення спорту у житті античних греків. Передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавньої Греції. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор. Спортивні споруди Стародавньої Греції. Причини занепад давньогрецьких Олімпійських ігор. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена. Атлетичний конгрес 1894 року та його значення.

## **Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху. Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.**

Організація, проведення та значення Ігор І Олімпіади. Хронологія та аналіз Олімпійських ігор сучасності. Діяльність МОК та його президентів. Олімпійська символіка та атрибутика. Параолімпійські ігри та їх значення. Регіональні та континентальні ігри як складова частина міжнародного спортивного руху. Міжнародний студентський спортивний рух, Універсіади. Розвиток неолімпійських видів спорту.

## **Витоки фізичної культури в Україні. Фізична культура та спорт в Україні у XIX-XX ст.**

Зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу. Особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби. Розвиток фізичного виховання та спорту в античних державах Північного Причорномор'я. Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян. Особливості, провідні форми та напрямки фізичного виховання у Київській Русі. Фізична підготовка запорізького козацтва. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в Східній Україні у XIX-XX ст. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в Західній Україні (кінець XIX-30-ті рр. XX ст.). Розвиток спорту за часів УРСР.

### **Україна в олімпійському русі.**

Україна в міжнародному олімпійському русі. Виступи українських спортсменів у Олімпійських іграх. Створення НОК України та особливості його діяльності. Особливості, проблеми та розвитку спортивного руху в сучасній Україні.

### **3. Рекомендована література**

#### **Основна:\***

1. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «фізичне виховання і спорт»: підручник. – Харків: ОВС, 2005.
2. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник. – Харків: ОВС, 2007
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : навч. посібник. – Харків: ОВС, 2007.
4. Балух В.О. Історичні портрети античності та середньовіччя: підручник/В.О. Балух, І.П. Возний, В.П. Коцур. - Чернівці: Книги - ХХІ, 2007.
5. Голощапов Б.Р. Історія фізичної культури і спорту: Навчальний посібник /Б.Р. Голощапов. - К.: Видавничий центр ВЛАДОС, 2005.
6. Пельмень В.К. Історія фізичної культури: Навчальний посібник/В.К. Пельменів, Є.В. Конєва. - К.: Видавничий центр ВЛАДОС, 2005.

#### **Додаткова:**

1. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: колективна монографія/уклад.: О.М. Вацеба, Ю.В. Петришин, Є.Н. Приступа, І.Р. Боднар. – Л., Українські технології, 2005.
2. Ведмеденко Б.Ф., Жукотинський К.К. Вибрані лекції з фізичного виховання. – Чернівці: Прут, 2002.
3. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України/за ред. М.Д. Зубалія. – 2–е вид., перероб. і доп. – К., 1997.
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К., 1993.
5. Короткий спортивний словник-довідник/уклад.: М.Д. Зубалій, В.В. Сіркізюк. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2003.
6. Губарєв І.В. Історія фізичної культури. Конспект лекцій. - Кам'янське, ДДТУ, 2022.
7. Козій Ю.С. Організований спортивний рух в українській діаспорі США і Канади: Матеріали для лекцій з історії фізичної культури. - Львів, 2000.
8. Степанюк С.І., Андреева Р.І., Курс лекцій для вивчення дисципліни «Історія фізичної культури» - Херсон: ХДУ, 2008.
9. Філь С.М., Худолій О.М., Малка Г.В. Історія фізичної культури: Навчальний посібник/За ред. проф. С.М. Філя. - Харків: «ОВС», 2003.
10. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2704-19#n686>
11. <https://www.bookovka.ua/uk/pravo/518197>

### **4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: І семестр – залік**

**5. Засоби діагностики успішності навчання:** семінари, письмові роботи, індивідуальне та фронтальне опитування, тестування, модульний контроль  
**Засоби для проведення початкового, поточного, проміжного та підсумкового контролю знань здобувачів освіти**

У процесі вивчення курсу «Вступ до спеціальності та історія фізичної культури» використовуються такі види контролю:

Поточний – здійснюється на семінарських заняттях і включає якість засвоєння матеріал, який охоплюється темою семінарського заняття, та сумлінність здобувача освіти в роботі семінарського заняття;

проміжний – здійснюється на семінарських заняттях і має функції перевірки засвоєння здобувачем освіти системотворчих моментів в лекції і семінарських занять та стимулювання поглибленого вивчення певного обсягу матеріалу курсу (здійснюється як у письмовій так і в усній формі);  
підсумковий – здійснюється під час проведення модульних контрольних робіт.