

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА**

**Факультет фізичного виховання, спорту і здоров'я
Кафедра фітнесу і фізкультурно-спортивної
реабілітації**



**КАФЕДРА ФІТНЕСУ
І ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ
РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Сущенко Л.П., Мерзлікіна О.А., Кузьменко В.Ю.

**Методичні рекомендації з проведення семінарських
занять**

з навчальної дисципліни

«Вступ до спеціальності»

**освітньо-професійної програми «Фітнес і
фізкультурно-спортивна реабілітація»**

галузі знань 01 Освіта/Педагогіка

**спеціальності 017 Фізична культура і спорт
освітнього рівня першого (бакалаврського)**

освітнього ступеня бакалавр



Київ – 2023

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

УДК 378:796.012.6:615.825 (072)

С 91

Рецензенти:

Бондар Т.К., доцент кафедри олімпійського та професійного спорту Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кандидат педагогічних наук, доцент.

Святьєв А.В., завідувач кафедри фізичної культури і спорту Запорізького національного університету, доктор педагогічних наук, професор.

Затверджено Вченою радою факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова (протокол №6 від 25.01.2023 року).

Сущенко Л.П., Мерзлікіна О.А., Кузьменко В.Ю.

Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» освітньо-професійної програми «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього рівня першого (бакалаврського) освітнього ступеня бакалавр. Запоріжжя : Крокус, 2023. 40 с.

Укладачами методичних рекомендацій з проведення семінарських занять з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» освітньо-професійної програми «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього рівня першого (бакалаврського) освітнього ступеня бакалавр є Л.П. Сущенко, завідувач кафедри фізичної фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова; О.А. Мерзлікіна, доцент кафедри фізичної фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації; В.Ю. Кузьменко, старший викладач кафедри фізичної фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації. Рекомендовано бакалаврам фізичної культури і спорту та науково-педагогічним працівникам закладів вищої освіти, всім, хто цікавиться сферою фітнесу та сферою фізкультурно-спортивної реабілітації.

УДК 378:796.012.6:615.825 (072)

©УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023

Опис дисципліни

Предмет вивчення навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» пов'язаний з вступом до спеціальності 017 Фізична культура і спорт і забезпечення ефективної професійної діяльності у сфері фітнесу і у сфері фізкультурно-спортивної реабілітації.

Міждисциплінарні зв'язки з дисциплінами «Українська мова (за проф. спрямуванням)», «Культура здоров'я особистості», «Загальна теорія здоров'я», «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Фітнес-технології», «Оздоровчий фітнес», «Основи фізкультурно-спортивної реабілітації», «Фізкультурно-спортивна реабілітація при різних нозологіях».

Мета та завдання навчальної дисципліни.

Метою викладання навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» є: формування інтегральної компетентності, спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, результатів навчання щодо вступу до спеціальності; становлення глибокої зацікавленості студентів до професійної діяльності у сфері фітнесу і у сфері фізкультурно-спортивної реабілітації.

Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» є:

- охарактеризувати фізичну культуру як діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім фізичного, розвитку та ведення здорового способу життя;
- охарактеризувати спорт як діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на виявлення та уніфіковане порівняння досягнень людей у фізичній, інтелектуальній та інших підготовленостях шляхом проведення спортивних змагань та відповідної підготовки до них;
- ознайомитися з нормативно-правовим забезпеченням підготовки за освітньою програмою «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт;
- розглянути результативність системи вищої освіти за освітньою програмою «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт;
- розкрити особливості професійної діяльності бакалаврів фізичної культури та спорту у сфері фітнесу;
- розглянути формування професійної компетентності бакалаврів фізичної культури та спорту як важливу складову діяльності у сфері фізкультурно-спортивної реабілітації.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

**Основні результати навчання та компетентності, які вони
формують:**

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1.		<i>Інтегральна компетентність</i> ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
2.		<i>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності</i>
3.	ПРН 01. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.	ФК 01. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
4.	ПРН 11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.	ФК 04. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.
5.	ПРН 09. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.	ФК 05. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

	ПРН 12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.	ФК 06. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.
6.	ПРН 05. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.	ФК 14. Здатність до неперервного професійного розвитку й до продовження навчання із значним ступенем автономії.

Плани семінарських занять

Плани семінарських занять
для студентів 1 курсу
на 1 семестр 2022/2023 навчального року
з дисципліни «Вступ до спеціальності»

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1.	Діяльність закладу вищої освіти	2
2.	Ціннісні характеристики здоров'я	2
3.	Визначення поняття «здоров'я».	2
4.	Науковий тезаурус фізичної культури	2
5.	Понятійний апарат спорту	2
6.	Термінологія олімпійського спорту	2
7.	Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти	2
8.	Олімпійський рух в Україні	2
9.	Мета, завдання та функції професійного спорту.	2
10.	Закон України «Про фізичну культуру і спорт».	2
11.	Національна стратегія розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни	2

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

12.	Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні»	2
13.	Спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації	2
	Усього	26

Зміст завдань до семінарського заняття №1

Тема: **Діяльність закладу вищої освіти.**

Завдання:

1. Розглянути структуру закладу вищої освіти.
2. Ґрунтовно ознайомитися з завданнями закладу вищої освіти, в якому здійснюється підготовка за освітньою програмою «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт.
3. Охарактеризувати освітню діяльність студентів закладу вищої освіти.

Зміст завдань до семінарського заняття №2

Тема: **Ціннісні характеристики здоров'я.**

Завдання:

1. Перевірити, систематизувати та закріпити знання про сутність здоров'я як вищої універсальної цінності людини.
2. Удосконалити вміння аналізувати та систематизувати інформацію щодо видів здоров'я (фізичне здоров'я, психічне здоров'я, духовне здоров'я та соціальне здоров'я)
3. Проаналізувати джерела наукової літератури.

Рекомендовані інформаційні джерела:

1. Валецька Р. О. Основи валеології : підручник. Луцьк : Волинська книга, 2007. 108 с.
2. Гончаренко М. С. Валеологічні аспекти формування здоров'я у сучасному освітянському процесі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006. № 12. С. 39–43.
3. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини : навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2009. 220 с.
4. Паффенбаргер Р. С. Здоровий образ життя. Київ: Олімпійська література, 1999. 560 с.
5. Сущенко Л.П. Здоровий спосіб життя людини: довідкові матеріали. Запоріжжя: ЗДУ, 1999. 324 с.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

Зміст завдань до семінарського заняття №3

Тема: Визначення поняття «здоров'я».

Завдання:

1. Перевірити, систематизувати та закріпити знання про визначення поняття «здоров'я людини», які пропонують різні науковці.
2. Знайти інформацію щодо системного визначення здоров'я людини.
3. Удосконалити практичні уміння і навички самостійної роботи з інформаційними джерелами щодо визначення поняття «здоров'я людини».

Рекомендовані інформаційні джерела:

1. Апанасенко Г. Л. Избранные статьи о здоровье
Київ : Здоров'я, 2005. 48 с.
2. Бобрицька В. І. Валеологія : навчальний посіб. для студ. вищ. пед. закл.
освіти. Полтава Скайтек, 2001. 158 с.
3. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посіб. Київ :
ІЗМН, 1997. 224 с.
4. Страшко С. В. Соціально-просвітницькі тренінги з формування
мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу : навч.-
метод. посіб. для виклад. валеології, основ мед. знань та безпеки
життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студ. вищ. пед. навч. закладів. Київ :
Освіта України, 2006. 240 с.
5. Сущенко Л.П. Методика викладання основних понять фізкультурної
освіти: навч.-метод. посіб. Запоріжжя: ЗДУ, 2001. 70 с.

Зміст завдань до семінарського заняття №4

Тема. Науковий тезаурус фізичної культури.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про визначення
основних понять, які характеризують фізичну культуру. Фізичне виховання.
Фізична підготовка. Фізична підготовленість. Фізкультурно-спортивна
реабілітація. Фізичний розвиток. Фізичне вдосконалення. Фізичні якості.
Фізичний стан. Фізична працездатність. Фізична рекреація. Рухова активність.
Фізкультурно-оздоровча діяльність. Суб'єкти сфери фізичної культури і спорту.
Фізкультурно-оздоровчі заходи. Фізкультурно-спортивні послуги.
2. Ґрунтовно оволодіти знаннями з термінології фізичної культури.
3. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами,
поняттями, визначеннями у сфері фізичної культури.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» **USR** :
USR<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

2. Арефьев В.Г. Основы теория та методики физического воспитания: учебник для студ. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2011. 327 с.
3. Лоза Т.О., Затилкін В. В. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закл. за напрямом «Фізичне виховання і спорт». Суми : СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2004. 76 с.
4. Присяжнюк С.І., Оленев Д.Г. Курс лекцій з фізичного виховання : навч. посібник для студентів технічних вищих навчальних закладів. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.
5. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. ВНЗ фіз. виховання та спорту В 2 т. / [ред. Т.Ю. Круцевич]. Київ: Олімпійська література, 2017. Т.1: Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. 391 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. ВНЗ фіз. виховання та спорту: В 2 т. / [ред. Т.Ю. Круцевич]. Київ: Олімпійська література, 2017. Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. 446 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. Тернопіль : Навчальна книга - Богдан, 2001 - 2012. Ч. 2. / Б. М. Шиян, О. Г. Омеляненко. 2012. 303 с.
8. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів : «Фест-Прінт». 2017. 179 с.
9. Черненко, С.О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах. Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.

Зміст завдань до семінарського заняття №5

Тема: Понятійний апарат спорту.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про основні поняття, які характеризують спорт.
2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями, визначеннями з напрямів спорту (дитячий спорт, дитячо-юнацький спорт, резервний спорт, спорт вищих досягнень, професійний спорт, спорт ветеранів війни, олімпійський спорт, неолімпійський спорт, службово-прикладний та військово-прикладний спорт, спорт осіб з інвалідністю) і видів спорту .
3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості, які подаються у друкованій літературі та на сайтах мережі Інтернет щодо підготовки спортсменів до змагань (система підготовки спортсменів, спортивна підготовка, спортивне тренування, спортивна форма, школа спорту, тренуваність, перетренованість) та підсумку спортивної підготовки на певному етапі спортивного вдосконалення (спортивний результат, спортивні досягнення, спортивна кваліфікація).

Рекомендовані інформаційні джерела

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» USA : USA<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>.
2. Борисова, О. В. Современный профессиональный спорт и пути его развития в Украине (на материале тенниса) : монографія. Київ : Центр учебной литературы, 2011. 312 с.
3. Булатова М. М., Бубка С. Н, Платонов В. М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти : навч. посіб. Київ : Перша друкарня; 2019. 912 с.
4. Гончаренко В. І., Іваній І. В., Кудренко А. І. Олімпійський спорт : навч. посіб. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2014. 364 с.
5. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт : курс лекцій для викл. і студентів. Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с.
6. Імас Є. В, Матвеев С. Ф, Борисова О. В. та ін. Неолімпійський спорт : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2015. 184 с.
7. Матвеев С. Ф., Борисова О. В., Когут І. Ю. ін. Професійний спорт: навчально-наоч. посіб. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2014. 111 с.
8. Олимпийский спорт: в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.]: под общ. ред. В. Н. Платонова. Київ : Олимпийская литература, 2009. Т.1. 736 с., Т.2 690 с.
9. Павлюк Є. О., Свіргунець Є. М. Олімпійський і професійний спорт : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Хмельницький : ХНУ, 2010. 255 с.
10. Платонов В. Н., Гуськов С. И. Олимпийский спорт: Учебник: В 2-х кн. Київ : Олимпийская литература, 1994-1997. Т.1. 496 с.; Т. 2. 384 с.
11. Професійний спорт: навчально-методич. посіб. / С. В. Бірюк, В. В. Бірюк. Миколаїв : МНУ, 2020. 75 с.
12. Професіональний спорт / за заг. ред. С. І. Гуськова, В. М. Платонова. Київ : Олимпийская литература, 2000. 392 с.
13. Романенко В. В. Олімпійський та професійний спорт : навч.-метод. посіб. для студентів ін-ту фіз. виховання і спорту Вид. 2-ге, допов. та перероб. Вінниця : Твори, 2021. 269 с.

Зміст завдань до семінарського заняття №6

Тема: Термінологія олімпійського спорту.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про загальні терміни олімпійського спорту (Олімпізм, Олімпійський рух, Олімпійський спорт, Олімпійські ігри, Ігри Олімпіади, Зимові Олімпійські ігри, Олімпіада).
2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями, визначеннями, пов'язаними із міжнародною Олімпійською системою, її принципами, структурою, функціонуванням (Олімпійська Хартія, МОК (Міжнародний олімпійський комітет), Міжнародні спортивні федерації, НОК (Національний олімпійський комітет), Міжнародна Олімпійська академія, Олімпійська солідарність, Олімпійське визнання, Олімпійський музей).

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про терміни, пов'язані з проведенням Олімпійських ігор, їх програмою, визначенням переможців (Олімпійське місто, Організаційний комітет Олімпійських ігор, Олімпійський стадіон, Олімпійське селище, Національна Олімпійська команда).

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Гончаренко В. І., Іваній І. В., Кудренко А. І. Олімпійський спорт : навч. посіб. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2014. 364 с.
2. Енциклопедія олімпійського спорту в Україні / за ред. В. М. Платонова. Київ : Олімпійська літ-ра, 2005. 463 с.
3. Єрмолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посіб. Київ : Літера, 2011. 335 с.
4. Золоті сторінки олімпійського спорту України. Київ : Олімпійська література, 2010. 292 с.
5. Олимпийский спорт: в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.]: под общ. ред. В.Н. Платонова. Київ: Олимпийская литература, 2009. Т.1. 736 с., Т.2 690 с.
6. Платонов В.Н. Олимпийский спорт: Учебник: В 2-х кн. / В.Н. Платонов, С.И. Гуськов. Киев: Олимпийская литература, 1994-1997. Т.1. 496 с.; Т. 2. 384 с. 18.
7. Солопчук М. С., Боднар А .О. Олімпійська освіта. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 176 с

Зміст завдань до семінарського заняття №7

Тема: Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про олімпійську освіту як багаторівневий спеціально організований педагогічний процес формування гармонійно розвиненої особистості через набуття знань, умінь і навичок, розвиток здібностей, інтересів, потреб та ціннісних орієнтацій, що базуються на гуманістичних ідеалах і цінностях олімпізму, і складова частина загальної освіти.
2. Знайти інформацію в мережі Інтернет щодо мети і завдань олімпійської освіти, принципів олімпійської освіти (принцип культуровідповідності, принцип природовідповідності, принцип діалогічності, принцип проєктності, принцип підтримки самовизначення, принцип соціально-педагогічного партнерства).
3. Удосконалити практичні уміння і навички самостійної роботи з інформаційними джерелами щодо функцій олімпійської освіти (статусна, формувальна, інформаційна, мотиваційна, профілактична).

Рекомендовані інформаційні джерела

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

1. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В. М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти: навчальний посібник. Київ : Перша друкарня, 2019. 912 с.
2. Булатова М. Мультикультуралізм и олимпийский спорт. *Наука в олимпийском спорте*. 2018. С. 4-16.
3. Єрмолова В.М. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посіб. Київ : Літера, 2011. 335 с.
4. П'єр де Кубертен. Олімпійські мемуари. Київ : Олімпійська література; 1997. 180 с.
5. Науково-методологічні дослідження у фізичній культурі і спорті, фізичній терапії, ерготерапії, туризмі: колективна монографія за результатами завершених у 2019 році наукових досліджень і розробок: у 4 т. / [за ред. Є. В. Імас, О. В. Борисової, І. О. Когут] // Реалізація національної ідеї становлення громадянина-патріота України через ціннісний потенціал олімпізму / [М. М. Булатова, В. М. Єрмолова, Д. В. Белокуров, І. М. Кроль, Л. О. Радченко]. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2020. Т. 3. 132 с.
6. Armour K, Dagkas S. Olympism and education: a critical review. *Educational Review*. 2012;64(3):261-4.
7. Binder D. Canada: Olympic education programmes as legacies of Olympic Games. In: Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. p. 104-18. 13.
8. Bronikowski M, Bronikowska M, Glapa A. Poland: Olympic education as patterns of sport institutions. In: Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. p. 222-37.
9. Muller N, editor. Pier de Coubertin. *Olympism. Selected Writings*. Lausanne: IOC, 2000, p. 281-283.
10. Fioranzi A, Florio G. Analysis of the Olympic ideals applied to the World of business 2010 winners. In: Chatziefstathiou D, Muller N, editors. *Olympism, Olympic education and learning legacies*. Newcastle upon Tyne: Cambridge scholars Publishing; 2014. p. 260-7. 1
11. Lenskyj H. Olympic education and Olympism: Still colonizing children's minds. *Educational Review*. 2012;64(3):265-74.
12. Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. 361 p.
13. Ren Hai. China: Olympic education in the context of the Beijing Olympic Games. In: Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. p. 119-34.
14. Todt NS. Worldwide practices combining Olympic values and sport: encouraging transferable life skills to Disadvantaged Brazilian Communities. In:

Chatziefstathiou D, Muller N, editors. Olympism, Olympic education and learning legacies. Newcastle upon Tyne: Cambridge scholars Publishing; 2014. p. 194-206.

Зміст завдань до семінарського заняття №8

Тема: Олімпійський рух в Україні.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про участь українських спортсменів на Олімпійських іграх сучасності.
2. Проаналізувати джерела літератури участі українських спортсменів у Зимових Олімпійських іграх.
3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про участь українських спортсменів у Літніх Олімпійських іграх.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Головатенко О. М., Олексієнко Я. І. Олімпійський рух в Україні. Участь українських спортсменів в Олімпійських іграх: навчально-методичний посібник. Черкаси: Черкаський інститут банківської справи Університету банківської справи Національного банку України; 2015. 46 с.

2. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт: курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів. Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с.

Зміст завдань до семінарського заняття №9

Тема: Мета, завдання та функції професійного спорту.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про основні поняття професійного спорту (професійний спорт, спортсмен-професіонал, професійна спортивна ліга, професійний спортивний клуб, бізнес, маркетинг, спонсорство, асоціація спортсменів-професіоналів, спортивні функціонери).
2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями щодо мети та завдань професійного спорту, класифікації функцій професійного спорту та характеристики загальних функцій професійного спорту (оздоровча, виховна, освітня, видовищна, рекламна, комунікативна).
3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про специфічні функції професійного спорту (функція «клапана безпеки», моделювання поведінки, підтримання надії, індивідуалізації, відволікання та інтеграції).

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт: курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів. Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с.

2. Сватъєв А.В. Олімпійський та професійний спорт : навч. посіб. для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

спорт» освітньо-професійної програми «Спорт» / Сватсьєв А.В., Симонік А.В., Верітов О.І., Воронкова Т.В.. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2021. 78 с.

Зміст завдань до семінарського заняття №10

Тема: Закон України «Про фізичну культуру і спорт».

Завдання:

1. Ознайомитися з Законом України «Про фізичну культуру і спорт».
2. Розкрити сфери застосування Закону України «Про фізичну культуру і спорт».
3. Удосконалити практичні навички пошуку інформації про впровадження основних положень Закону України «Про фізичну культуру і спорт».

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>

Зміст завдань до семінарського заняття №11

Тема: Національна стратегія розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.

Завдання:

1. З'ясувати основні положення Указу Президента України №342/2020 від 23 серпня 2020 року «Питання розвитку національної системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни».
2. Ґрунтовно оволодіти знаннями про Національну стратегію розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.
3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про Державний соціальний стандарт фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни, членів їх сімей та сімей загиблих (померлих) ветеранів війни (затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 17 листопада 2021 р. № 1188), які подаються у друкованій літературі та на сайтах мережі Інтернет.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Указ Президента України №342/2020 від 23 серпня 2020 року Питання розвитку національної системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/342/2020/print>
2. Національна стратегія розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/342/2020/print>

Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»

3. Державний соціальний стандарт фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни, членів їх сімей та сімей загиблих (померлих) ветеранів війни
URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-%D0%BF#Text>

Зміст завдань до семінарського заняття №12

Тема: Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».

Завдання:

1. Ознайомитися з Законом України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».
2. Розкрити сфери застосування Закону України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».
3. Удосконалити практичні навички пошуку інформації про впровадження основних положень Закону України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні»
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text>

Зміст завдань до семінарського заняття №13

Тема: Спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.

Завдання:

1. Охарактеризувати роль інтегральної компетентності, якою повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.
2. З'ясувати відомості про загальні компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.
3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації, які подаються у друкованій літературі та на сайтах мережі Інтернет.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Стандарт вищої освіти зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, який затверджено наказом Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 р. № 567 URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2021/07/28/017-Fizkultura.sport-bakalavr.28.07.pdf>

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

Плани семінарських занять
для студентів 1 курсу
на II семестр 2022/2023 навчального року
з дисципліни «Вступ до спеціальності»

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1.	Програмні результати навчання, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.	2
2.	Кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту	2
3.	Термінологія фітнесу	2
4.	Види фітнесу: загальний, фізичний і оздоровчий фітнес	2
5.	Вплив фізичної активності на здоров'я людини	2
6.	Функції діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого фітнесу	2
7.	Зв'язок фізкультурно-спортивної реабілітації з адаптивною фізичною культурою, їх роль у відновленні здоров'я людини	2
8.	Особливості професійної діяльності фахівців з фізкультурно-спортивної реабілітації у сфері спорту осіб з інвалідністю	2
	Усього	16

Зміст завдань до семінарського заняття **№14**

Тема: Програмні результати навчання, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.

Завдання:

1. Охарактеризувати програмні результати навчання, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.
2. Скласти портфоліо майбутнього фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації.
3. Розкрити важливість для майбутньої професійної діяльності наявність програмних результатів навчання, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Стандарт вищої освіти зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, який затверджено наказом Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 р. № 567 URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2021/07/28/017-Fizkultura.sport-bakalavr.28.07.pdf>

Зміст завдань до семінарського заняття №15

Тема: Кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту. Довідник кваліфікаційних характеристик професій працівників, Випуск 85 «Спортивна діяльність»

Завдання:

1. Охарактеризувати кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту.
2. Розглянути інформацію з Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників, Випуск 85 «Спортивна діяльність».
3. Удосконалити уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту, які подаються у друкованій літературі та на сайтах мережі Інтернет.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Наказ Міністерство молоді та спорту України 28.10.2016 № 4080 «Про затвердження Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників, Випуск 85 «Спортивна діяльність» URL : <https://ips.ligazakon.net/document/MUS27452>.

Зміст завдань до семінарського заняття №16

Тема: Термінологія фітнесу.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про основні поняття фітнесу.
2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями, визначеннями щодо фітнесу як відображення соціальних (здоровий спосіб життя), біологічних (рухова активність, фізичний стан та фізична підготовленість), психологічних (мотиви, інтереси), рекреаційні та інших характеристик використання засобів фізичного виховання в оздоровчих цілях професійного спорту (професійний спорт, спортсмен-професіонал, професійна спортивна ліга, професійний спортивний клуб, бізнес, маркетинг, спонсорство, асоціація спортсменів-професіоналів, спортивні функціонери).

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

3. Здійснити пошук матеріалів щодо факторів, які визначають підхід до розгляду фітнесу як соціокультурного явища.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Атамась О. А. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2015. 20 с.

2. Босенко А. І., Холодов С. А., Коваль О. Г. Оздоровчий фітнес для учнівської та студентської молоді : навч. посіб. / за ред. П. Д. Плахтія. Кам'янець-Подільський : ПП «Медобори-2006», 2016. 88 с.

3. Василенко М. М. Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика: монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 495 с.

4. Воловик Н.І. Основи оздоровчого фітнесу : навч. посібник для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. 240 с. URL : <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/19267>

5. Воловик Н. І. Оздоровчий фітнес : навч. посібник. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. 297 с. URL : <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/36372>

6. Воловик Н. І. Оздоровчий фітнес : склад тіла : навч. посібник. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 43 с. URL <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/18979>

7. Довгань Н. Ю. Фізичне виховання. Фітнес : навчальний посібник / Н. Ю. Довгань, К. О. М'ясоєденков, М. Ю. Короп. Київ, 2016. 415 с.

8. Зінченко В.Б., Усачов Ю.О. Фітнес-технології у фізичному вихованні: навч. посібник. Київ : НАУ, 2011. 152 с.

9. Кібальник О. Я., Томенко О. А.. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання : навч.-метод. посіб. для студентів. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2010. 204 с. URL : <https://library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/04/19-2.pdf>

10. Овчиннікова Н. А. Основи оздоровчого фітнесу : методичні рекомендації з дисципліни. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2006. 44 с.

11. Тулайдан В. Г. Оздоровчий фітнес : навч. посіб. Львів : Фест-Прінт, 2020. 143 с. URL : [https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream-lib/31641/1/Оздоровчий%20фітнес.pdf](https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/31641/1/Оздоровчий%20фітнес.pdf)

12. Чеховська Л. Я. Теоретичний аналіз основних дефініцій оздоровчого фітнесу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : [збірник наукових праць.] Київ : Вид-во

13. Системний підхід у професійній діяльності тренера з фітнесу: навч. посіб. / Боляк А. А., Боляк Н. Л., Корх-Черба О. В., Кизім П. М.; Харків : ХДАФК, 2012. 130 с.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

14. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. Оздоровительный фитнес. Киев : Олимпийская литература, 2000. 367 с.
15. Sharkey B, Gaskill S. Fitness & health. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006. 429 p.

Зміст завдань до семінарського заняття №17

Тема. Види фітнесу: загальний, фізичний і оздоровчий фітнес.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про розподіл фітнесу на види.
2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями, визначеннями щодо загального, фізичного та оздоровчого фітнесу.
3. Удосконалити практичні уміння і навички самостійної роботи з інформаційними джерелами щодо фітнесу як способу життя, що допомагає забезпечити повноцінне життя з високим рівнем здоров'я та бути в стані гармонії з навколишнім світом.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Воловик Н. І. Оздоровчий фітнес для студентів: навч. посіб. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. 141 с.
2. Маляр Н. С., Маляр Е. І. Оздоровчий фітнес : методичні рекомендації. Тернопіль, ТНЕУ : Економічна думка, 2019. 41 с.
3. Основи здорового способу життя: оздоровчі фітнес програми : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: І. В. Зеніна, В. Е. Добровольський, В. І. Шишацька. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 78 с.
4. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. Оздоровительный фитнес. Киев : Олимпийская литература, 2000. 367 с.
5. Coffman S. Successful Programs for Fitness and Health Clubs 101 Profitable ideas. Champaign: Human Kinetics, 2007. 224 p.

Зміст завдань до семінарського заняття №18

Тема. Вплив фізичної активності на здоров'я людини.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про важливість фізичної активності для здоров'я людей.
2. Розглянути інформацію про нормативи фізичної активності для зміцнення здоров'я дітей, дорослих та літніх людей.
3. Удосконалити практичні уміння та навички аналізувати та систематизувати відомості про рівні фізичної активності (малорухомий, низький, середній і високий), які подаються у друкованій літературі та на сайтах мережі Інтернет.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Основи здорового способу життя: оздоровчі фітнес програми : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад. І. В. Зеніна, В. Е. Добровольський, В. І. Шишацька. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 78 с.

Зміст завдань до семінарського заняття №19

Тема. Функції діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого фітнесу

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про розподіл функцій діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого фітнесу на види (конструктивно-проектувальні, організаційно-управлінські, іміджево-презентативні, гностичні, комунікативні, рухові, аналітико-діагностичні, адміністративно-господарські).

2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями, визначеннями щодо функцій діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого фітнесу.

3. Акцентувати увагу на розумінні того, що основним завданням фітнесу є здійснення оздоровчого впливу на організм людини, але шляхи цього впливу різноманітні, як і запити суспільства, вони різняться змістом, темпом, функціями, характером виконуваних вправ і структурою.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Атамась О. А. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2015. 20 с.

2. Батищева М.Р. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями : автореф. дис. ... канд. пед. наук.: Луганськ, 2009. 20 с.

3. Василенко ММ. Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика: монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 495 с.

4. Кібальник О.Я. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків : автореф. дис. ... канд. наук фіз..вих. і спорт. Львів, 2008. 20 с.

5. Корносенко О. К. Специфіка й функції професійної діяльності фітнес-тренера. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт.* 2015. Вип. 129(2). С. 173-177.

Зміст завдань до семінарського заняття №20

Тема. Зв'язок фізкультурно-спортивної реабілітації з адаптивною фізичною культурою, їх роль у відновленні здоров'я людини.

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про основних понять, які характеризують фізкультурно-спортивну реабілітацію (Травми та ушкодження. Адаптивна фізична культура).
2. Зрозуміти сутність видів адаптивної фізичної культури (адаптивне фізичне виховання, адаптивна фізична реабілітація, адаптивний спорт, адаптивно-рухова реакція).
3. Удосконалити практичні уміння і навички самостійної роботи з інформаційними джерелами щодо адаптивної фізичної культури потерпілих внаслідок війни.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Адаптивна фізична реабілітація: URL : https://allref.com.ua/uk/skachaty/Adaptivna-fizichna_reabilitaciya
2. Адаптивний спорт. URL : https://vue.gov.ua/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%-B9_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82.
3. Деделюк Н.А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посібник для студентів. Луцьк : Вежа-Друк, 2014. 68 с.
4. Когут І. Базові положення соціально-гуманістичної спрямованості адаптивної фізичної культури. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. №3. С. 58-63.
5. Матвеев С.Ф. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. Київ : Асконіт, 2011. 250 с.
6. Москаленко Н.В. Загальні основи адаптивного фізичного виховання : навчальний посібник. Дніпропетровськ, 2014. 137 с.
7. Основи адаптивного фізичного виховання: URL : <https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/24541>.
8. Серман Т. Адаптивна фізична культура осіб, що зазнали травм війни URL : http://www.apfn-journal.in.ua/archive/52_2022/part_3/29.pdf
9. Словник основних понять з фізичної культури : для студентів факультетів фізичного виховання вищих пед. навч. закладів / уклад. О. А. Согоконь, О. В. Донець. Полтава : Сімон, 2020. 111 с.
10. Трояновська М. М. Адаптивна фізична культура: навч.-метод. посіб. для студентів факультетів фізичного виховання. Чернігів, 2018. 104 с.
11. Яшна О.П. Адаптивна фізична культура в процесі відновлення й навчання дітей в умовах центрів соціальної реабілітації. URL : <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2008-10/08yopcsr.pdf>.

Зміст завдань до семінарського заняття №21

Тема. **Особливості професійної діяльності фахівців з фізкультурно-спортивної реабілітації у сфері спорту осіб з інвалідністю.**

Завдання:

1. Перевірити, поглибити, систематизувати та закріпити знання про основних понять, які спорт осіб з інвалідністю як напрям спорту, пов'язаний з організацією та проведенням спортивних змагань з видів спорту осіб з інвалідністю та підготовкою спортсменів до цих змагань.
2. Оволодіти професійною лексикою та навичками оперування термінами, поняттями, визначеннями щодо адаптивного спорту як складової частини Міжнародного олімпійського руху.
3. Удосконалити професійні уміння та навички аналізувати та систематизувати інформацію щодо видів класифікацій спортсменів у спорт осіб з інвалідністю та суб'єктів паралімпійського і дефлімпійського руху в Україні.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
2. Бріскін Ю. А., Передерій А. Вступ до теорії спорту осіб з інвалідністю: навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз.. вих.. і с. Львів : «Апріорі», 2008. 68 с.
3. Бріскін Ю. А. Організаційні основи Паралімпійського спорту: навчальний посібник. Львів : «Кобзар», 2004. 180 с.
4. Бріскін Ю. А. Спорт осіб з інвалідністю : підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту. Київ : Олімпійська література, 2006. 263 с.
5. Маляр Е. І., Маляр Н. С. Методичні основи адаптивного спорту: методичні рекомендації. Тернопіль, ЗУНУ: 2022. 32 с.
6. Матвеев С. Ф. Адаптивний спорт : навчально-наочний посіб. / С. Ф. Матвеев, І. О. Когут, О. В. Борисова [та ін.]. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2014. 116 с.
7. Свістельник І., Бріскін Ю. А. Адаптивний спорт : анот. наук.-темат. покажч. друкованих видань трьома мовами. Вид 2-ге, перероб. і допов. Львів, 2013. 217 с.
8. Черкашина Л.П. Структура класифікації спортсменів в адаптивному спорті: методичні рекомендації з дисципліни «Адаптивний спорт» для студентів факультету фізичної культури і спорту. Дніпро : ТОВ фірма «Вета», 2018. 67 с.
9. Organizational basics implementation of the programs of Special Olympics / Y. Prystupa, A. Perderiy, Y. Briskin, M. Pityn. *Harvard Journal of Fundamental and Applied Studies*. «Harvard University Press», 2015. No.1. (7), Vol. VIII. P. 266–272.
10. Roztorhui M. The training system of athletes with disabilities in strength sports / M. Roztorhui, A. Perederiy, Y. Briskin, O. Tovstonoh. *Sportlogia. Banja Luka*, 2018. T. 14, N 1. P. 98–106.

4.2. Організація самостійної та індивідуальної роботи студентів

№ з/п	Назви модулів і тем	Зміст завдань до СРС	Форми виконання /звітності
1.	Тема 1.1. Діяльність закладу вищої освіти.	Ознайомитися з освітньою програмою «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт	Портфоліо
2.	Тема 1.2. Ціннісні характеристики здоров'я.	Охарактеризувати види здоров'я (фізичне здоров'я, психічне здоров'я, духовне здоров'я та соціальне здоров'я).	Усна відповідь.
3.	Тема 1.3. Визначення поняття «здоров'я».	Розкрити системне визначення поняття «здоров'я» людини.	Тестове завдання
4.	Тема 1.4. Науковий тезаурус фізичної культури.	З'ясувати трактування поняття «фізична культура».	Модульна контрольна робота №1.
5.	Тема 2.1. Понятійний апарат спорту.	Розкрити теоретичне осмислення поняття «спорт».	Усна відповідь.
6.	Тема 2.2. Термінологія олімпійського спорту.	Охарактеризувати науковий тезаурус олімпійського спорту.	Тестове завдання
7.	Тема 2.3. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти.	З'ясувати роль олімпійського спорту у системі гуманітарної освіти	Модульна контрольна робота №2.
8.	Тема 2.4. Олімпійський рух в Україні.	Розкрити інформацію про участь українських спортсменів в Олімпійському русі.	Усна відповідь.
9.	Тема 2.5. Мета, завдання та функції професійного спорту.	Охарактеризувати мету, завдання та функції професійного спорту.	Усна відповідь.
10.	Тема 3.1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт».	Ознайомитися з основними положеннями Закону України «Про фізичну культуру і спорт».	Тестове завдання

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

		спорт».	
11.	Тема 3.2. Національна стратегія розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.	Розглянути Національну стратегію розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.	Модульна контрольна робота №3.
12.	Тема 3.3. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».	Розкрити основні положення Закону України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».	Усна відповідь.
13.	Тема 4.1. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.	Ознайомитися зі спеціальними (фаховими, предметними) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.	Мультимедійна презентація на теми, пов'язана з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації.
14.	Тема 4.2. Програмні результати навчання, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.	Ознайомитися з програмними результатами навчання, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.	Тестове завдання
15.	Тема 4.3. Кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту.	Розкрити кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту.	Модульна контрольна робота №4.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

16.	Тема 5.1. Термінологія фітнесу.	З'ясувати трактування основних понять, пов'язаних із фітнесом.	Тестове завдання
17.	Тема 5.2. Види фітнесу: загальний, фізичний і оздоровчий фітнес.	Охарактеризувати види фітнесу: загальний, фізичний і оздоровчий фітнес.	Усна відповідь.
18.	Тема 5.3. Вплив фізичної активності на здоров'я людини.	Розкрити вплив фізичної активності на здоров'я людини.	Усна відповідь.
19.	Тема 5.4. Функції діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого фітнесу.	Розглянути функції діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого фітнесу.	Модульна контрольна робота №5.
20.	Тема 6.1. Зв'язок фізкультурно-спортивної реабілітації з адаптивною фізичною культурою, їх роль у відновленні здоров'я людини.	Охарактеризувати роль фізкультурно-спортивної реабілітації у відновленні здоров'я людини.	Тестове завдання
21.	Тема 6.2. Особливості професійної діяльності фахівців з фізкультурно-спортивної реабілітації у сфері спорту осіб з інвалідністю.	З'ясувати особливості професійної діяльності фахівців з фізкультурно-спортивної реабілітації у сфері спорту осіб з інвалідністю.	Модульна контрольна робота №6.

V. Контроль якості знань студентів.

Оцінювання навчальних досягнень майбутніх фізичних терапевтів здійснюється відповідно до Положення про організацію освітнього процесу у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, яке затверджено на засіданні Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова «23» січня 2023 року протокол № 2.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

Залік – це форма підсумкового контролю, що полягає в оцінюванні рівня володіння студентами навчального матеріалу дисципліни за результатами виконання усіх видів навчальних завдань, що виносяться на поточний контроль, тобто – за результатами поточної успішності.

Поточна успішність з дисциплін оцінюється від 0 до 100 балів включно. Студент одержує залік, якщо за результатами поточного контролю він набрав 60 і більше балів.

Якщо за результатами поточного контролю студент набрав менше 60 балів, він повинен виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів одержати відповідну кількість залікових балів з дисципліни.

Якщо за результатами поточного контролю студент набрав 60 і більше балів, проте хоче поліпшити свій підсумковий результат, він також може виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів підвищити свою підсумкову оцінку з дисципліни.

Якщо студент за результатами підсумкової атестації набрав від 0 до 34 балів, він повинен пройти повторне вивчення навчальної дисципліни відповідно до порядку, визначеного в університеті, і лише після цього перескладати підсумковий контроль на загальних підставах.

Якщо дисципліна вивчається протягом 2-х і більше семестрів з підсумковим контролем у формі заліку, то для визначення підсумкової оцінки розраховується середній бал за результатами поточної успішності в усіх семестрах, в яких вивчалася дисципліна.

Поточний контроль:

Оцінювання
результатів навчальної діяльності студентів 1 курсу
за 1 семестр 2022/2023 навчального року
з дисципліни «Вступ до спеціальності»

Виконання завдання	Оцінка
Портфоліо	10 балів
Модульна контроль робота №1	20 балів
Модульна контроль робота №2	20 балів
Модульна контроль робота №3	20 балів
Тестове завдання, розроблене студентом до модуля №1	10 балів

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

Тестове завдання, розроблене студентом до модуля №2	10 балів
Тестове завдання, розроблене студентом до модуля №3	10 балів
Всього	100 балів

1.1. Критерії оцінювання створення студентом власного портфоліо. Створення студентом власного портфоліо оцінюються до 10 балів.

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	ставиться за правильне та всебічне висвітлення тих досягнень, які вже має студент;
7-8	ставиться за висвітлення тих досягнень, які вже має студент;
5-6	ставиться за спрямування зусиль на висвітлення тих досягнень, які вже має студент;
0-4	ставиться за деякі помилки висвітлення тих досягнень, які вже має студент.

1.2. Критерії оцінювання виконання студентом модульних контрольних робіт. Передбачено виконання 3 модульних контрольних робіт, за які студент отримує до $20 \cdot 3 = 60$ балів. Модульні контрольні роботи складаються з 20 тестових питань і п'яти відповідей, одна з яких правильна. Модульні контрольні роботи знаходяться на платформі Moodle.npu.edu.ua на сторінці навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності».

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
17-20	ставиться за правильні відповіді на 17-20 питань модульної контрольної роботи;
14-16	ставиться за правильні відповіді на 14-16 питань модульної контрольної роботи;
9-12	ставиться за правильні відповіді на 9-12 питань модульної контрольної роботи;
1-8	ставиться за правильні відповіді на 1-8 питань модульної контрольної роботи.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

1.3. Критерії оцінювання написання студентом власного тестового завдання з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності». Тестове завдання з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності», розроблене студентом, повинно складатися з 10 запитань і п'яти відповідей, одна з яких є правильною. Тестове завдання з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності», розроблене студентом, оцінюється до 10 балів.

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	ставиться за чітку відповідність тестового завдання ресурсам щодо вступу до спеціальності; ґрунтовність питань і відповідей тестового завдання; наявність 10 запитань тестового завдання;
7-8	ставиться за часткову відповідність тестового завдання ресурсам щодо вступу до спеціальності; можлива наявність 8 запитань тестового завдання;
5-6	ставиться за ставиться за незначну відповідність тестового завдання ресурсам вступу до спеціальності можлива наявність 6 запитань тестового завдання;
0-4	ставиться за невідповідність тестового завдання ресурсам щодо вступу до спеціальності; можлива наявність 4 запитань тестового завдання.

Оцінювання
результатів навчальної діяльності студентів 1 курсу
за 2 семестр 2022/2023 навчального року
з дисципліни «Вступ до спеціальності»

Виконання завдання	Оцінка
Модульна контроль робота №4	10 балів
Модульна контроль робота №5	10 балів
Модульна контроль робота №6	10 балів
Тестове завдання, розроблене студентом до модуля №4	10 балів
Тестове завдання, розроблене студентом до модуля №5	10 балів
Тестове завдання, розроблене студентом до модуля №5	10 балів

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

Оцінювання оволодіння студентом знаннями з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» за результатами інтерактивного тестування	30 балів
Мультимедійна презентація на тему, пов'язану з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації	10 балів
Всього	100 балів

2.1. Критерії оцінювання виконання студентом модульних контрольних робіт. Передбачено виконання 3 модульних контрольних робіт, за які студент отримує до $10 \cdot 3 = 30$ балів. Модульні контрольні роботи складаються з 20 тестових питань і п'яти відповідей, одна з яких правильна. Модульні контрольні роботи знаходяться на платформі Moodle.npu.edu.ua на сторінці навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності».

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	ставиться за правильні відповіді на 17-20 питань модульної контрольної роботи;
7-8	ставиться за правильні відповіді на 14-16 питань модульної контрольної роботи;
5-6	ставиться за правильні відповіді на 9-12 питань модульної контрольної роботи;
0-4	ставиться за правильні відповіді на 1-8 питань модульної контрольної роботи.

2.2. Критерії оцінювання написання студентом власного тестового завдання з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності». Тестове завдання з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності», розроблене студентом, повинно складатися з 10 запитань і п'яти обов'язкової навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності», розроблене студентом, оцінюється до 10 балів.

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	ставиться за чітку відповідність тестового завдання ресурсам щодо вступу до спеціальності; ґрунтовність питань і відповідей

Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»

	тестового завдання; наявність 10 запитань тестового завдання;
7-8	ставиться за часткову відповідність тестового завдання ресурсам щодо вступу до спеціальності; можлива наявність 8 запитань тестового завдання;
5-6	ставиться за ставиться за незначну відповідність тестового завдання ресурсам вступу до спеціальності можлива наявність 6 запитань тестового завдання;
0-4	ставиться за невідповідність тестового завдання ресурсам щодо вступу до спеціальності; можлива наявність 4 запитань тестового завдання.

2.3. Критерії оцінювання створення студентом власної мультимедійної презентації на тему, пов'язану з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації. Мультимедійну презентацію на тему, пов'язані з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації оцінюються до 10 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	ставиться за глибоке розуміння теми, пов'язаної з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації, за розробку яскравого дизайну мультимедійної презентації;
7-8	ставиться за розуміння теми, пов'язаної з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації; за розробку мультимедійної презентації;
5-6	ставиться за деякі помилки у розумінні теми, пов'язаної з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації; за розробку мультимедійної презентації, але невелику за обсягом;
0-4	ставиться за не розуміння теми, пов'язаної з професійною діяльністю фітнес-тренера, фахівця фізкультурно-спортивної реабілітації.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	Зараховано
80-89	B	добре	
70-79	C		

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

65-69	D	задовільно	
60-64	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Підсумковий контроль: Залік, 2 семестр.

Питання до заліку

з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»

1. Ціннісні характеристики здоров'я.
2. Визначення поняття «здоров'я».
3. Науковий тезаурус фізичної культури.
4. Понятійний апарат спорту.
5. Термінологія олімпійського спорту.
6. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти.
7. Олімпійський рух в Україні.
8. Мета, завдання та функції професійного спорту.
9. Закон України «Про фізичну культуру і спорт».
10. Національна стратегія розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.
11. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».
12. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.
13. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти бакалавр фізичної культури і спорту, фітнес-тренер, фахівець фізкультурно-спортивної реабілітації.
14. Кваліфікаційні характеристики професій працівників сфери фізичної культури і спорту.
15. Термінологія фітнесу.
16. Види фітнесу: загальний, фізичний і оздоровчий фітнес.
17. Вплив фізичної активності на здоров'я людини.
18. Функції діяльності бакалавра фізичної культури і спорту у сфері оздоровчого Фітнесу.
19. Роль фізкультурно-спортивної реабілітації у відновленні здоров'я людини.

20. Особливості професійної діяльності фахівців з фізкультурно-спортивної реабілітації у сфері спорту осіб з інвалідністю.

V. II. Основні й допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу

Основні:

1. Воловик Н. І. Основи оздоровчого фітнесу : навч. посібник. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. 240 с.
2. Воловик Н.І. Сучасні програми оздоровчого фітнесу : навч. посібник для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. 48 с.
3. Босенко А. І., Холодов С. А., Коваль О. Г. Оздоровчий фітнес для учнівської та студентської молоді : навч. посіб. / за ред. П. Д. Плахтія. Кам'янець-Подільський : ПП «Медобори-2006», 2016. 88 с.
4. Бріскін Ю. А., Передерій А. Вступ до теорії спорту осіб з інвалідністю: навч. посіб. для студ. ВНЗ. Львів : «Апріорі», 2008. 68 с.
5. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В. М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти: навч. посіб. Київ : Перша друкарня; 2019. 912 с.
6. Деделюк Н.А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посібник для студентів. Луцьк : Вежа-Друк, 2014. 68 с.
7. Романенко В. В. Олімпійський та професійний спорт : навч.-метод. посіб. для студентів ін-ту фіз. виховання і спорту Вид. 2-ге, допов. та перероб. Вінниця : Твори, 2021. 269 с.
8. Системний підхід у професійній діяльності тренера з фітнесу: навч. посіб. / Боляк А. А., Боляк Н. Л., Корх-Черба О. В., Кизім П. М.; Харків : ХДАФК, 2012. 130 с.
9. Трояновська М. М. Адаптивна фізична культура: навч.-метод. посіб. для студентів факультетів фізичного виховання. Чернігів, 2018. 104 с.
10. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. / Ю. Беляк, І. Грибовська, Ф. Музика, В. Іваночко, Л. Чеховська. Львів : ЛДУФК, 2018. 208 с.

Допоміжні

11. Арефьев В. Г. Основи теорія та методики фізичного виховання: підручник для студ. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2011. 327 с.
12. Атамась О. А. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчого фітнесу : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2015. 20 с.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

13. Батищева М. Р. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Луганськ, 2009. 20 с.
14. Бобрицька В. І. Валеологія : навч. посіб. для студ. вищ. пед. закл. освіти. Полтава : Скайтек, 2001. 158 с.
15. Борисова О. В. Современный профессиональный спорт и пути его развития в Украине (на материале тенниса): монография. Киев : Центр учебной литературы, 2011. 312 с.
16. Бріскін Ю. А. Організаційні основи Паралімпійського спорту: навч. посіб. Львів : «Кобзар», 2004. 180 с.
17. Бріскін Ю. А. Спорт осіб з інвалідністю : підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту. Київ : Олімпійська література, 2006. 263 с.
18. Булатова М. Мультикультуралізм и олімпійський спорт. *Наука в олімпійському спорті*. 2018. С. 4-16.
19. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посіб. Київ : ІЗМН, 1997. 224 с.
20. Валецька Р. О. Основи валеології : підручник. Луцьк : Волинська книга, 2007. 108 с.
21. Василенко М. М. Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика: монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 495 с.
22. Головатенко О. М., Олексієнко Я. І. Олімпійський рух в Україні. Участь українських спортсменів в Олімпійських іграх: навчально-методичний посібник. Черкаси: Черкаський інститут банківської справи Університету банківської справи Національного банку України; 2015. 46 с.
23. Гончаренко В. І., Іваній І. В., Кудренко А. І Олімпійський спорт : навч. посіб. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2014. 364 с.
24. Гончаренко М. С. Валеологічні аспекти формування здоров'я у сучасному освітянському процесі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006. № 12. С. 39–43.
25. Довгань Н. Ю. Фізичне виховання. Фітнес : навчальний посібник / Н. Ю. Довгань, К. О. М'ясоєденков, М. Ю. Короп. Київ, 2016. 415 с.
26. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт : курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів. Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с.
27. Енциклопедія олімпійського спорту в Україні / за ред. В. М. Платонова. Київ : Олімпійська література, 2005. 463 с.
28. Єрмолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика : навч. посіб. Київ, 2011. 335 с.
29. Зінченко В. Б., Усачов Ю. О. Фітнес-технології у фізичному вихованні : навч. посіб. Київ : НАУ, 2011. 152 с.

30. Золоті сторінки олімпійського спорту України. Київ : Олімпійська література, 2010. 292 с.
31. Імас Є. В., Матвеев С. Ф., Борисова О. В. Неолімпійський спорт : навч. посіб. Київ : Олімпійська література; 2015. 184 с.
32. Кібальник О.Я. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків : автореф. дис... канд. наук фіз..вих. і спорт. Львів, 2008. 20 с.
33. Когут І. Базові положення соціально-гуманістичної спрямованості адаптивної фізичної культури. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. №3. С. 58-63.
34. Корносенко О. К. Специфіка й функції професійної діяльності фітнес-тренера. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2015. Вип. 129(2). С. 173-177.
35. Кошева Л. В. Фітнес : навч. посіб. для викладачів і студентів. Краматорськ : ДДМА, 2018. 63 с.
36. Лоза Т.О., Затилкін В. В. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закл. за напрямом «Фізичне виховання і спорт». Суми : СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2004. 76 с.
37. Маляр Е. І., Маляр Н. С. Методичні основи адаптивного спорту: методичні рекомендації. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 32 с.
38. Маляр Н. С., Маляр Е. І. Оздоровчий фітнес : методичні рекомендації. Тернопіль, ТНЕУ : Економічна думка, 2019. 41 с.
39. Матвеев С. Ф. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів : навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. Київ : Асконіт, 2011. 250 с.
40. Матвеев С. Ф. Адаптивний спорт : навчально-наочний посіб. / С. Ф. Матвеев, І. О. Когут, О. В. Борисова [та ін.]. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2014. 116 с.
41. Матвеев С. Ф., Борисова О. В., Когут І. О. Професійний спорт: навчально-наочний посіб. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс»; 2014. 111 с.
42. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини : навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2009. 220 с.
43. Москаленко Н. В. Загальні основи адаптивного фізичного виховання : навч. посіб. Дніпропетровськ, 2014. 137 с.
44. Науково-методологічні дослідження у фізичній культурі і спорті, фізичній терапії, ерготерапії, туризмі: колективна монографія за результатами завершених у 2019 році наукових досліджень і розробок: у 4 т. / [за ред. Є. В. Імас, О. В. Борисова, І. О. Когут] // Реалізація національної ідеї становлення громадянина-патріота України через ціннісний потенціал олімпізму / [М. М. Булатова, В. М. Єрмолова, Д. В. Белокуров, І. М. Кроль,

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

Л. О. Радченко]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2020. Т. 3. 132 с.

45. Овчиннікова Н. А. Основи оздоровчого фітнесу : методичні рекомендації з дисципліни. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2006. 44 с.

46. Олимпийский спорт: в 2 т. / В. Н. Платонов М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.]: под общ. ред. В. Н. Платонова. Київ : Олимпийская литература, 2009. Т.1. 736 с., Т.2 690 с.

47. Основи здорового способу життя: оздоровчі фітнес програми : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: І. В. Зеніна, В. Е. Добровольський, В. І. Шишацька. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 78 с.

48. П'єр де Кубертен. Олімпійські мемуари. Київ: Олімпійська література; 1997. 180 с.

49. Павлюк Є. О., Свіргунець Є. М. Олімпійський і професійний спорт : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Хмельницький : ХНУ, 2010. 255 с.

50. Паффенбаргер Р. С. Здоровый образ жизни. К. Олимпийская литература, 1999. 560 с.

51. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник: В 2-х кн. / В. Н. Платонов, С. И. Гуськов. Киев: Олимпийская литература, 1994-1997. Т.1. 496 с.; Т. 2. 384 с. 18.

52. Присяжнюк С. І., Оленев Д. Г. Курс лекцій з фізичного виховання : навч. посіб. для студентів технічних вищих навчальних закладів. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.

53. Професійний спорт : навч.-метод. посіб. / С. В. Бірюк, В. В. Бірюк. Миколаїв : МНУ, 2020. 75 с.

54. Професіональний спорт / за заг. ред. С. І. Гуськова, В. М. Платонова. Киев : Олимпийская литература, 2000. 392 с.

55. Сватъев А.В. Олімпійський та професійний спорт : навч. посіб. для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт» / Сватъев А.В., Симонік А.В., Верітов О.І., Воронкова Т.В.. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2021. 78 с.

56. Свістельник І., Бріскін Ю. А. Адаптивний спорт : анот. наук.-темат. покажч. друкованих видань трьома мовами. Вид 2-ге, перероб. і допов. Львів, 2013. 217 с.

57. Синюгіна М. Б., Літвінова-Головань О. П, Царенко К. В. Щоденник з фітнесу: науково-практичний посіб. для студентів вищих навчальних закладів напрям підготовки «Фізичне виховання», «Спорт», «Здоров'я людини». Запоріжжя: ЗНУ, 2016. 104 с.

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

58. Словник основних понять з фізичної культури : для студентів факультетів фізичного виховання вищих пед. навч. закладів / уклад. . А. Согоконь, О. В. Донець. Полтава : Сімон, 2020. 111 с.

59. Солопчук М. С., Боднар А. О. Олімпійська освіта : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 176 с.

60. Страшко С. В. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу : навч.-метод. посіб. для виклад. валеології, основ мед. знань та безпеки життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студ. вищ. пед. навч. закладів. Київ : Освіта України, 2006. 240 с.

61. Сущенко Л.П. Здоровий спосіб життя людини: довідкові матеріали. Запоріжжя: ЗДУ, 1999. 324 с.

62. Сущенко Л.П. Методика викладання основних понять фізкультурної освіти: навч.-метод. посіб. Запоріжжя: ЗДУ, 2001. 70 с.

63. Теорія і методика фізичного виховання: підр. для студ. ВНЗ фіз. виховання та спорту: В 2 т. / [ред. Т.Ю. Круцевич]. Київ : Олімпійська література, 2017. Т.1: Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. 391 с.

64. Теорія і методика фізичного виховання: підр. для студ. ВНЗ фіз. виховання та спорту: В 2 т. / [ред. Т.Ю. Круцевич]. Київ: Олімпійська література, 2017. Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. – 446 с.

65. Теорія і методика фізичного виховання школярів [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч.] Тернопіль : Навчальна книга - Богдан, 2001 - 2012. Ч. 2. / Б. М. Шиян, О. Г. Омеляненко. 2012. 303 с.

66. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів : Вид-во «Фест-Прінт». 2017. 179 с.

67. Хоули Э. Т. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Эдвард Т. Хоули, Френке Б. Дон. Киев : Олимпийская литература, 2004. 375 с.

68. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. Оздоровительный фитнес. Киев : Олимпийская литература, 2000. 367 с.

69. Черкашина Л.П. Структура класифікації спортсменів в адаптивному спорті: методичні рекомендації з дисципліни «Адаптивний спорт» для студентів факультета фізичної культури і спорту. Дніпро: ТОВ фірма «Вета», 2018. 67 с.

70. Черненко С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навч. посіб. : у 2 частинах. Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.

71. Чеховська Л. Я. Теоретичний аналіз основних дефініцій оздоровчого фітнесу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні*

- проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [збірник наукових праць.] Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 8 (116). С. 64-71.
72. Armour K, Dagkas S. Olympism and education: a critical review. *Educational Review*. 2012;64(3):261-4.
73. Binder D. Canada: Olympic education programmes as legacies of Olympic Games. In: Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. p. 104-18. 13.
74. Bronikowski M, Bronikowska M, Glapa A. Poland: Olympic education as patterns of sport institutions. In: Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. p. 222-37.
75. Coffman S. *Successful Programs for Fitness and Health Clubs 101 Profitable ideas*. Champaign: Human Kinetics, 2007. 224 p.
76. Fioranzi A, Florio G. Analysis of the Olympic ideals applied to the World of business 2010 winners. In: Chatziefstathiou D, Muller N, editors. *Olympism, Olympic education and learning legacies*. Newcastle upon Tyne: Cambridge scholars Publishing; 2014. p. 260-7. 1
77. Lenskyj H. Olympic education and Olympism: Still colonizing children's minds. *Educational Review*. 2012;64(3):265-74.
78. Muller N, editor. *Pier de Coubertin. Olimpism. Selected Writings*. Lausanne: IOC, 2000, p. 281-283.
79. Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. 361 p.
80. Organizational basics implementation of the programs of Special Olympics / Y. Prystupa, A. Perderiy, Y. Briskin, M. Pityn. *Harvard Journal of Fundamental and Applied Studies*. «Harvard University Press», 2015. No.1. (7), Vol. VIII. P. 266–272.
81. Ren Hai. China: Olympic education in the context of the Beijing Olympic Games. In: Naul R, Binder D, Rychtecky A, Culpan I, editors. *Olympic education: an international review*. New York: Taylor & Francis; 2017. p. 119-34.
82. Roztorhui M. The training system of athletes with disabilities in strength sports / M. Roztorhui, A. Perederiy, Y. Briskin, O. Tovstonoh. *Sportlogia. Banja Luka*, 2018. T. 14, N 1. P. 98–106.
83. Sharkey B, Gaskill S. *Fitness & health*. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006. 429 p.
84. Todt NS. Worldwide practices combining Olympic values and sport: encouraging transferable life skills to Disadvantaged Brazilian Communities. In: Chatziefstathiou D, Muller N, editors. *Olympism, Olympic education and learning legacies*. Newcastle upon Tyne: Cambridge scholars Publishing; 2014. p. 194-206.

Інформаційні джерела

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

85. Адаптивна фізична реабілітація. URL :
https://allref.com.ua/uk/skachaty/Adaptivna-fizichna_reabilitaciya
86. Адаптивний спорт. URL :
https://vue.gov.ua/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82.
87. Воловик Н.І. Основи оздоровчого фітнесу : навч. посібник для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. 240 с. URL :
<http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/19267>
88. Воловик Н. І. Оздоровчий фітнес : навч. посібник. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. 297 с. URL :
<http://enpuir.npu.edu.ua-/handle/123456789/36372>
89. Воловик Н. І. Оздоровчий фітнес : склад тіла : навч. посібник. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 43 с. URL :
<http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/18979>
90. Державний соціальний стандарт фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни, членів їх сімей та сімей загиблих(померлих) ветеранів війни URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-%D0%BF#Text>
91. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні» URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text>
92. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>.
93. Кібальник О. Я., Томенко О. А.. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання : навч.-метод. посіб. для студентів. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2010. 204 с. URL: <https://library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/04/19-2.pdf>.
94. Наказ Міністерство молоді та спорту України 28.10.2016 № 4080 «Про затвердження Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників, Випуск 85 «Спортивна діяльність» URL :
<https://ips.ligazakon.net/document/MUS27452>
95. Національна стратегія розвитку системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/342/2020/print>
96. Основи адаптивного фізичного виховання. URL :
<https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/24541>.
97. Серман Т. Адаптивна фізична культура осіб, що зазнали травм війни. URL : http://www.apfn-journal.in.ua/archive/52_2022/part_3/29.pdf
98. Стандарт вищої освіти зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, який затверджено наказом Міністерства освіти і науки України

*Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з
навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності»*

від 24.04.2019 р. № 567 URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2021/07/28/017-Fizkultura.sport-bakalavr.28.07.pdf>

99. Тулайдан В. Г. Оздоровчий фітнес : навч. посіб. Львів : Фест-Прінт, 2020. 143 с. URL : <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream-/lib/31641/.pdf>

100. Указ Президента України №342/2020 від 23 серпня 2020 року Питання розвитку національної системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/342/2020/print>

101. Яшна О.П. Адаптивна фізична культура в процесі відновлення й навчання дітей в умовах центрів соціальної реабілітації. URL : <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2008-10/08yopcsr.pdf>.

102. Основи адаптивного фізичного виховання. URL : <https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/24541>.

ЗМІСТ

Опис дисципліни.....	3
Основні програмні результати навчання та компетентності, які вони формують.....	4
Плани семінарських занять.....	5
Організація самостійної та індивідуальної роботи студентів.....	22
Контроль якості знань.....	24
Питання до заліку з обов'язкової дисципліни.....	30
Основні й допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу.....	31

[Введіть текст]

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

(українською мовою)

Укладачі: *Сущенко Людмила Петрівна*, завідувач кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор;

Мерзлікіна Ольга Анатоліївна, доцент кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.

Кузьменко Вікторія Юріївна, старший викладач кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

Сущенко Л.П., Мерзлікіна О.А., Кузьменко В.Ю.

Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» освітньо-професійної програми «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього рівня першого (бакалаврського) освітнього ступеня бакалавр. Запоріжжя : Крокус, 2023. 40 с.

Підписано до друку
22.03.2023 р. Формат 60*84. Папір офсетний
Друк різнограф. Умовн. друк. арк.
Замовлення №15680 Наклад 30 прим.

Видано друком ТОВ «Крокус 2018»
м.Запоріжжя, вул. Піддєноукраїнська, 7
тел. (098) 02 90 900