

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

Кафедра теорії фізичного виховання та рекреації

На правах рукопису

КАРПЮК МИХАЙЛО ФЕДОРОВИЧ

**ПРОГРАМНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
СТУДЕНТІВ**

Спеціальність: 014 Середня освіта. (Фізична культура)

Освітньо-професійна програма: Середня освіта. Фізична культура»

Робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти

Науковий керівник:
**КОЗІБРОЦЬКИЙ СЕРГІЙ
ПЕТРОВИЧ,**
кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол №
засідання кафедри теорії фізичного
виховання та рекреації
від листопада 2025 р.

Завідувач кафедри
проф. Белікова Н.О. _____

ЛУЦЬК – 2025

Анотація

Карпюк М.Ф. Програмні основи фізичного виховання студентів. В магістерській роботі здійснено дослідження програмно-нормативних основ фізичного виховання студентів на основі історико-методологічного аналізу навчальних програм фізичного виховання студентів. Мета дослідження – розкрити та узагальнити характерні тенденції розвитку структури, змісту, спрямованості програмно-нормативних основ фізичного виховання студентів закладів вищої освіти України впродовж ХХ століття. Наукова новизна полягає в тому, що комплексному історико-методологічному аналізу піддано зміст, структуру, спрямованість програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання студентської молоді. Виявлено специфіку навчальних програм з фізичного виховання студентів.

Ключові слова: програмно-нормативні основи, фізичне виховання студентів, навчальні програми, вища школа України, історико-методологічний аналіз.

Summary

Karpyuk M.F. Program foundations of physical education of students. In the master's thesis, a study of the programmatic and normative foundations of physical education of students was carried out on the basis of the historical and methodological analysis of the educational programs of physical education of students. The purpose of the – study is to reveal and generalize the characteristic trends in the development of the structure, content, and orientation of the program-normative foundations of physical education of students of higher education institutions of Ukraine during the 20th century. The scientific novelty consists in the fact that the content, structure, and direction of programmatic and normative support for the physical education of student youth are subjected to a complex historical and methodological analysis. The specifics of educational programs for physical education of students have been revealed.

Key words: program-normative fundamentals, student physical education, curriculums, higher school of Ukraine, historical-methodological analysis.

З М І С Т

Вступ	5
Розділ 1	ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ – ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....
	8
1.1.	Програмно-нормативні основи системи фізичного виховання
	8
1.2.	Принципи укладання програм з фізичного виховання для студентів
	10
1.3.	Сучасні проблеми фізичного виховання студентської молоді
	13
Висновки до першого розділу	16
Розділ 2	МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ
	17
2.1.	Методи дослідження
	17
2.2.	Організація дослідження
	19
Розділ 3	ІСТОРИКО-ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА НАВЧАЛЬНИХ ПРОГРАМ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УКРАЇНІ
	21
3.1.	Специфіка формування перших радянських навчальних програм з фізичного виховання для студентської молоді.....
	21
3.2.	Основні напрями, зміст та завдання навчальних програм з фізичного виховання міжвоєнного періоду (1928 – 1939 рр.)
	23
3.3.	Характеристика навчальних програм з фізичного виховання для студентів ВНЗ України кінця 40-80-х років XX століття
	26
3.4.	Особливості та тенденції розвитку програмно-нормативних основ фізичного виховання студентської молоді в Україні у перші роки відновлення державності
	31

3.4	Характерні тенденції формування навчальних програм з фізичного виховання для студентів	34
	Висновки до третього розділу	52
	ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	55
	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57

ВСТУП

За останні роки в Україні відбулося чимало якісних змін в ділянці розвитку правових, науково-теоретичних, програмно-нормативних, програмно-оціночних основ української системи фізичного виховання. Вперше в українській історії у грудні 1993 року прийнято Закон України “Про фізичну культуру і спорт”, згодом – цілу низку важливих нормативних документів та програм для закладів вищої освіти.

Важливою складовою програмно-нормативних основ фізичного виховання є наявність державних програм фізичного виховання [18, 31], які містять науково обґрунтовані завдання та засоби фізичного виховання, комплекси рухових умінь і навичок для засвоєння щодо конкретного контингенту, переліки відповідних норм та вимог [14, 23].

Водночас в Україні, незважаючи на більш як п’ятнадцятирічний досвід самостійного державного розвитку, наявність чималої кількості висококваліфікованих і досвідчених вчених в ділянці програмно-нормативного забезпечення [5, 10, 22] все ще проблемними залишаються стратегічні питання рівня фізкультурної освіти та фізичної підготовленості студентської молоді, організації фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Зважаючи на обов’язковість занять фізичною культурою у всіх закладах вищої освіти (Закон України “Про фізичну культуру і спорт” (стаття 12), Державна програма розвитку фізичної культури і спорту та неабиякі проблеми щодо збереження здоров’я молоді у загальноукраїнському масштабі, однією із ключових проблем формування вітчизняних основ програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання є підготовка і впровадження сучасних навчальних програм, які б забезпечували вимоги держави в сфері гармонійного розвитку, фізичного та психічного здоров’я молоді особи.

Вирішення цього назрілого і стратегічно важливого для держави завдання з розроблення та запровадження навчальних програм з фізичного виховання для студентів закладів вищої освіти України неможливе без ґрунтовного історико-методологічного аналізу еволюції програмно-нормативних основ системи фізичного виховання студентів. Саме на цьому базувався вибір теми нашого магістерського дослідження.

Мета дослідження – розкрити та узагальнити характерні тенденції розвитку структури, змісту, спрямованості програмно-нормативних основ фізичного виховання студентів закладів вищої освіти України впродовж XX століття.

Завдання дослідження:

1. Виявити теоретичні та методичні передумови програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання студентської молоді.
2. Проаналізувати зміст, структуру, спрямованість навчальних програм з фізичного виховання для студентів закладів вищої освіти України впродовж XX століття.
3. Узагальнити характерні тенденції формування й укладання навчальних програм з фізичного виховання для студентів та обґрунтувати сучасні підходи щодо програмно-нормативних основ фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.

Предмет дослідження – історико-методологічні аспекти розвитку програмно-нормативних основ фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти України.

Об'єкт дослідження – програмно-нормативні засади системи фізичного виховання.

Методи дослідження. Для вирішення окреслених завдань використано такі методи дослідження: вивчення й аналіз літературних джерел, офіційних документів довідкових матеріалів; історико-порівняльний аналіз; елементи контент-аналізу та математико-статистичного опрацювання результатів дослідження.

Практичне значення отриманих результатів полягає в обґрунтуванні підходів щодо розробки та впровадження навчальних програм з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.

Матеріали магістерської роботи можуть бути використані при розробці державного стандарту та укладанні робочої програми з фізичного виховання для студентів закладів вищої освіти; при розробці спецкурсів та спецсемінарів для студентів спеціалізованих закладів вищої освіти України; для проведення методичних об'єднань.

Апробація матеріалів магістерської роботи. Основні положення магістерської роботи апробовані на VIII Регіональній науково-практичній студентській конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я» (Луцьк, 2025р.) з доповіддю «Програмні основи фізичного виховання студентів»

Структура роботи. Магістерська робота складається із вступу, чотирьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел. Матеріали магістерської роботи викладено на 61 сторінках друкованого тексту, містять 4 таблиці та 1 рисунок. Перелік використаних джерел налічує 48 найменувань.

РОЗДІЛ 1

Програмне забезпечення навчального процесу – важлива складова фізичного виховання

1.1. Програмно-нормативні основи системи фізичного виховання .

Однією з центральних проблем системи фізичного виховання є підготовка навчальних програм, тому що вони визначають обсяг знань, умінь і навичок виконувати рухові дії, які підлягають засвоєнню за роками навчання і сприяють розвитку особистості відповідно до Державних вимог у цій галузі. [8, 32].

Державна програма, природно, не може враховувати всієї різноманітності інтересів та запитів студентів, що навчаються в різних за профілем навчальних закладах, місцевих умов, національних та регіональних традицій [17, 20, 45]. Тому для забезпечення державних інтересів у фізичному вихованні студентів, для визначення його змісту і засобів розробляються програми трьох рівнів: базові, регіональні та робочі [11, 26, 30].

Базові програми розробляються Міністерством освіти та науки України і визначають мінімальний рівень фізкультурної освіти, яку держава зобов'язується забезпечити студентській молоді.

На основі базових розробляються регіональні навчальні програми, які, враховуючи регіональні й національні особливості та традиції, кліматичні та екологічні умови, визначають рівень рухової підготовленості учнів та студентів у навчальних закладах різних регіонів України. В якості регіону може виступати область, район, група районів однієї або різних областей (наприклад, район Карпат, Криму й т.ін.). Зміст регіональних програм може розширюватись у межах регіонального ліміту часу, відведеного на предмет з поглибленим вивченням одного або декількох видів спорту [3, 28].

Навчальний матеріал регіональних програм і вимоги до підготовленості контингенту тих, хто займається, пов'язані з регіональними, національними і кліматичними особливостями, визначають регіональні й місцеві органи управління освіти [15, 29].

Робочі навчальні програми розробляються безпосередньо кафедрами фізичного виховання конкретних ЗВО на основі базових і регіональних програм

та з урахуванням матеріальної бази, спеціалізації викладацького складу, традицій навчального закладу, інтересів студентів і особливостей майбутньої професійної діяльності. Вони розкривають мету і завдання фізичного виховання студентів, можливі форми організації процесу фізичного виховання, принципи розподілу студентів за навчальними відділеннями, обсяги теоретичного і практичного матеріалу, критерії оцінювання успішності студентів; передбачають можливість додаткових занять. [12, 24].

У радянський період нормативною базою навчальних програм виступали нормативи комплексу ГПО. З розпадом СРСР цей комплекс перестав відповідати завданням часу. Тому постало питання про заміну комплексу ГПО новими нормативами [21, 48].

У 1996 році вийшли Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, які виконували функцію нормативної бази навчальних програм закладів освіти до 2008 року, коли були відмінені. А відтак, на сьогоднішній день, не існує нормативної бази для навчальних програм з фізичного виховання.

За нормативні основи для студентів, що займаються спортом править єдина спортивна класифікація (ЄСК).

Головна соціальна функція спортивної класифікації – сприяння досягненню молодим поколінням фізичної досконалості.

Спортивна класифікація є основою системи нормативних оцінок результатів спортивної підготовки. Разом з нормативами навчальних програм з фізичного виховання у навчальних закладах вона входить до нормативних вимог системи фізичного виховання.

ЄСК забезпечує єдину систему оцінки рівня спортивної майстерності і спортивних досягнень та встановлює нормативи спортивних розрядів і звань [1, 33].

ЄСК України розробляється раз на чотири роки (олімпійський цикл) і є нормативним документом у галузі фізичної культури і спорту.

Спортивна класифікація має рухливий, динамічний характер. Він обумовлений постійним її зв'язком зі спортивною практикою, з якої спортивна класифікація запозичує все нове для вдосконалення своєї структури, оновлення

застарілих умов, розрядних норм та вимог, чим забезпечує впорядкованість всієї її системи, підвищення якісного рівня.

1.2. Принципи укладання програм з фізичного виховання для студентів

Навчальні програми з фізичного виховання (фізичної культури) є основою Державного стандарту фізичного виховання в системі освіти. Вони розробляються на основі затверджених Державних стандартів освіти різних рівнів підготовки та нормативних документів, що регламентують організацію навчально-виховного процесу в закладах освіти і затверджуються Міністерством освіти і науки України як базові [4, 25]. Ці програми визначають мінімальний рівень обов'язкової фізкультурної освіти, вмінь, навичок і рухового режиму студентів, який держава гарантує на всіх етапах навчання [9, 16].

Як і до будь-якого документу, до навчальних програм є вимоги (принципи), згідно з якими вони укладаються.

Оскільки ідеологічною основою національної системи фізичного виховання є загальнолюдські і гуманістичні цінності, то й програми повинні будуватися на демократичних та гуманістичних принципах [2, 19].

Вищі заклади освіти на підставі навчального плану та базової навчальної програми з фізичного виховання (фізичної культури) розробляють робочі навчальні програми. Вони конкретизують і доповнюють зміст базової фізкультурної освіти, враховуючи регіональні, етнографічні, економічні особливості, місцеві народні традиції, географічні умови та профіль підготовки фахівців. [6, 27].

Авторські (експериментальні) програми з фізичного виховання (фізичної культури) розробляються досвідченими фахівцями закладів освіти на основі базових і відомчих. Вони одержують експертну оцінку і затверджуються відповідними структурними підрозділами відомства, якому підпорядкований заклад освіти.

Отже, зміст програми (фізичної культури) усіх рівнів і типів має відповідати державними стандартами освіти. [1, 7, 13] Він повинен мати

чітку гуманістичну і оздоровчу спрямованість, сприяти гармонійному розвитку особистості, формуванню усвідомленої потреби у зміцненні здоров'я та фізичному вдосконаленні.

Програми повинні передбачати вирішення широкого комплексу освітніх, виховних, розвиваючих і оздоровчих завдань: набуття теоретичних знань і вмінь у сфері здорового способу життя та фізичної культури, виховання потреби у фізичному вдосконаленні, забезпечення належного рівня фізичної готовності до життя і майбутньої професійної діяльності, залучення до активних занять фізкультурою і спортом [19, 21].

У програмах мають бути окреслені кінцеві результати, яких передбачається досягти, потрібний на даному етапі освіти рівень знань, умінь і навичок з фізичної культури. У них також мають бути контрольні вправи і нормативи визначення фізичної підготовленості.

Кожна програма повинна містити теоретичний, методичний, практичний і контрольний розділи, що включають два взаємопов'язані компоненти: обов'язковий (базовий) і варіативний (регіональний та шкільний).

Обов'язковий компонент забезпечує формування основ фізичної культури особистості. Він формується на основі рекомендованих для даного вікового контингенту державних вимог до програм фізичного виховання (фізичної культури), включає теоретичний і методичний матеріал з основ фізичної культури, здорового способу життя та фізичного виховання. Цей компонент містить, зокрема, основні елементи фізичних вправ із легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор, плавання, лижної підготовки та інших видів спорту, а також ефективні форми і методи використання природних факторів, що забезпечують гармонійний розвиток і підготовку особистості до повноцінної життєдіяльності.

Варіативний компонент програми формується на основі науково обґрунтованих і апробованих на практиці додаткових засобів, нетрадиційних форм, методів і прийомів організації фізичного виховання. Він ґрунтується на обов'язковому (базовому) компоненті, доповнює його і враховує специфіку спрямованості навчання в регіонах, індивідуальні особливості дітей, учнів і студентів (курсантів, слухачів), їхні спортивні інтереси, потреби, регіональні

умови і традиції народної фізичної культури.

До програм фізичного виховання (фізичної культури) мають входити види спорту та фізичні вправи, не пов'язані з невиправданим ризиком для життя і здоров'я вихованців. Не слід включати до програм види спорту і фізичні вправи, що не відповідають етичним та естетичним вимогам, які формують культ насильства, жорстокість, ведуть до моральної деградації і бездуховності [10, 11].

У навчальних програмах слід передбачити ефективні механізми їх практичної реалізації, які б ґрунтувалися на принципах індивідуалізації і демократизації навчального процесу; диференційовану організацію занять з урахуванням стану здоров'я, фізичної підготовленості та інтересів студентів; широкий вибір форм проведення занять з фізичної культури, що гарантують особистісний підхід і дотримання принципів педагогіки співробітництва.

У програмах слід визначити ефективні засоби безпеки, форми лікарсько-педагогічного контролю, самоконтролю, належне кадрове, науково-методичне, матеріально-технічне і фінансове забезпечення відповідно до встановлених державних нормативів.

Кожну програму потрібно оформляти у вигляді документа з чіткою структурою, підготовленого державною мовою з використанням загальноприйнятих спортивних термінів з теорії і методики фізичного виховання. Програма має бути зрозумілою і привабливою, доступною як для вчителів (викладачів), так і для студентів.

Кожна програма повинна бути науково обґрунтованою, мати експертний висновок, пройти апробацію і тільки після цього може впроваджуватись у практику.

Базова навчальна програма з фізичного виховання (фізичної культури) проходить експертизу у відповідних комісіях фізичного виховання Науково-методичної ради Міносвіти і затверджується Міністерством освіти України.

Перед затвердженням органами освіти типових (відомчих) і авторських програм із фізичного виховання (фізичної культури) вони повинні пройти експертизу в науково-методичних комісіях із фізичного виховання певного рівня та в Інституті змісту і методів навчання Міністерства освіти України

щодо відповідності їх змісту до Державним вимогам до навчальних програм з фізичного виховання.

1.3. Сучасні проблеми фізичного виховання студентської молоді

Інтеграція в міжнародний освітній простір, процеси демократизації і гуманізації громадського життя в умовах економічних реформ вимагають від вищої школи активного пошуку шляхів удосконалення системи освіти України. Це стосується і підсистеми фізичної культури як складової системи освіти.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, Радянський Союз був єдиною в світі індустріалізованою і порівняно розвиненою країною, яка з середини 60-х років відзначалася постійним зниженням показників здоров'я населення. Скорочувалася середня тривалість життя, частішали випадки патологій серед хворих та інвалідів. Цей негативний процес прискорився на початку 90-х років. Як відомо, за цей час населення України скоротилося на 1,5 млн. чоловік.

Така ситуація спочатку відгукнеться зниженням престижу країни на спортивних аренах світу, а невдовзі призведе до необхідності збільшення кількості лікарень, санаторіїв, притулків для інвалідів і безнадійно хворих. Таке становище викликане причинами різного характеру, серед яких економічні, екологічні, соціальні, побутові, фінансові, матеріально-технічні та інші труднощі.

Покращити ситуацію покликана фізична культура, зокрема фізична культура у вузах, але й вона переживає сьогодні не найкращі часи. Над усіма проблемами стоїть постійне недофінансування фізичної культури та скорочення надходжень у державний бюджет на її розвиток.

Таким чином, науково-методичне обґрунтування розробки та впровадження навчальних програм для студентів вищої школи України є актуальним і стратегічно важливим завданням [13, 23].

Важливою проблемою навчання є його індивідуалізація. Внаслідок відмінностей у підготовленості, розвитку інтелектуальних, психологічних, фізичних можливостей, різної динамічності (швидкості утворення

умовнорефлекторних зв'язків) нервової системи темпи засвоєння навчального матеріалу, формування вмінь і навичок неодинакові. Ефективність навчання обумовлена ступенем індивідуалізації навчального процесу щодо кожного студента [3, 17, 21].

Найкращих результатів розвитку рухової активності студентів у кожному конкретному виді фізичної культури можна досягти при максимальному врахуванні їх індивідуальних рухових характеристик, соціальнопсихологічних чинників, морфофункціональних здібностей організму.

В основу такого навчання покладено пристосування навчального матеріалу до індивідуальних можливостей студентів за рахунок диференціації методів, засобів, інтенсивності навчальної діяльності щодо груп, утворених із приблизно однакових за рівнем підготовленості студентів [14, 23, 27]. Головним принципом є відповідність змісту фізкультурної активності та її умов індивідуальному стану організму студентів, гармонізація та оптимізація фізичного тренування, лібералізація фізкультурного виховання відповідно до особистих нахилів і здібностей молодшої людини.

На сучасному етапі особливу увагу привертає індивідуалізація навчально-виховного процесу через створення індивідуальних програм на основі комп'ютеризації (результати тестування, медичного обстеження, інша інформація вводяться до комп'ютера, який відповідно до обраних цілей і завдань видає індивідуальну програму з рекомендаціями щодо вправ, пульсового режиму, добового раціону і т.ін.).

З індивідуалізацією тісно пов'язана диференціація навчання, під якою ми розуміємо цілеспрямоване формування людини з метою досягнення нею фізкультурної досконалості за допомогою розвитку індивідуальних фізкультурно-спортивних потреб та здібностей.

Зміст програми складається з двох взаємопов'язаних компонентів: базового і варіативного. У процесі навчання частка базового компоненту освіти зменшується, а варіативного зростає.

Навчальний матеріал базового компоненту відповідає вимогам Державного освітнього стандарту щодо обов'язкового мінімуму і рівню підготовки спеціаліста.

Навчальний матеріал варіативного компоненту враховує фізкультурно-спортивні інтереси і здібності студентів.

Варіативний компонент програми диференційованої фізкультурної освіти студентів передбачає наявність двох і більше видів робочих програм (відповідно до кількості груп спеціалізацій), які повинні відповідати наведеним вище структурі диференціації і на кожен її компонент мати свою міні-програму.

Сучасне суспільство переживає епоху інформатизації, що пояснює необхідність все більш широкого використання інформаційних технологій у сфері освіти.

Варто відзначити, що використання інформаційних технологій у навчальному процесі істотно змінює роль і місце викладача та студента в системі "викладач - інформаційна технологія - студент". Це призводить до зміни змісту навчальної діяльності, яка стає все більш самостійною і творчою, сприяє реалізації індивідуального підходу в навчанні.

Змінюється також зміст роботи викладача. Він перестає бути просто "репродуктором" знань і стає розробником нових технологій у навчанні. З'явився новий напрямок діяльності педагога - розробка інформаційних технологій навчання і програмно-методичних навчальних комплексів.

В основі методики і організації фізичної підготовки студентів має бути концепція тренування. Це поки що єдина науково обґрунтована концепція управління розвитком фізичних кондицій людини [8, 27, 35].

Спортивна спрямованість практичних занять з фізичної культури студентів може радикально змінити їх фізкультурну активність. Однак неадекватний фізичний розвиток, низький рівень фізичної підготовленості і розвитку фізичних якостей вимагають творчого процесу впровадження передових методик з великого спорту в практику фізкультурного виховання. Тут мова йде не про механічний перенос обсягів та інтенсивності тренувального навантаження висококваліфікованих спортсменів у практику фізкультурного виховання студентів нефізкультурних ВНЗ, а про використання найбільш ефективних прийомів досягнення цілей удосконалення рухів у біомеханічному і функціональному аспектах.

Очевидно, що така реорганізація педагогічної роботи з формування

фізичної культури студентів у ВНЗ нефізкультурного профілю буде вимагати відмови від уніфікації і стандартизації навчальних програм гуманітарних і технічних ВНЗ і створення більшого числа альтернативних програм для кожного з видів фізичної культури з урахуванням регіональних, національних, культурно-історичних традицій, матеріально-технічного оснащення спортивних комплексів кожного конкретного ВНЗ.

Висновки до першого розділу.

1. Аналіз спеціальної літератури та узагальнення практичного досвіду свідчить, що важливе значення у процесі фізичного виховання, скерованого на вдосконалення фізичних і духовних якостей молодшої особи, формування свідомої потреби у зміцненні особистого здоров'я та підготовку студента до певного виду професійної діяльності в конкретних соціально-економічних умовах, належить якісному й ефективному програмному забезпеченню.

2. Навчальні програми з фізичного виховання розробляються трьох рівнів: базові, регіональні та робочі. У них визначається мінімальний рівень фізкультурної освіти, яку держава зобов'язується забезпечити студентській молоді.

3. Зважаючи на сучасні соціально-економічні та культурно-політичні умови розвитку України та відсутність єдиних підходів щодо розробки та укладання уніфікованої, типової програми з фізичного виховання для студентів, навчальні програми з фізичного виховання повинні відповідати таким критеріям: вирішувати комплекс освітніх, розвиваючих, виховних завдань мати виразну гуманістичну і оздоровчу спрямованість, сприяти гармонійному розвитку особистості, будуватися на науково обґрунтованих підходах, вирішувати проблему індивідуалізації навчального процесу та диференційованої організації занять з урахуванням стану здоров'я, фізичної підготовленості та інтересів студентів, мати обов'язковий та варіативний компоненти, мати можливості для змін, корекції відповідно до потреб часу, контингенту, нових наукових даних, вирішувати проблему переходу до акцентованого використання окремих видів спорту як засобу фізичного виховання.

РОЗДІЛ 2

Методи та організація дослідження

2.1. Методи дослідження

Наше дослідження носить історико-порівняльний, аналітичний, узагальнювальний характер розвитку програмного забезпечення фізичного виховання студентів.

Для вирішення окреслених завдань використано такі методи дослідження: вивчення й аналіз літературних джерел, офіційних документів довідкових матеріалів; історико-порівняльний аналіз; елементи контент-аналізу та математико-статистичного опрацювання результатів дослідження.

Методологічною основою виконаної роботи був аналіз програм з фізичного виховання, виявлення їх структури та тенденцій які лежать в основі їх створення.

Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел

Вивчення наукової літератури з теорії та методики фізичного виховання, статей зі спортивних наукових журналів України та Росії, документів Міністерства освіти і науки України дало можливість виділити актуальні проблеми програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання у закладах вищої освіти: диференціація та індивідуалізація навчання, інформатизація, дистанційне навчання, оцінювання рухових умінь та навичок у студентів, спортизація фізичного виховання, проблемно-модульні технології у фізичному вихованні, ефективність “Паспорту здоров’я”, олімпіади з фізичної культури, проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки.

Аналіз документів Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України дозволив вивчити державні вимоги до створення програм з фізичної культури.

На основі аналізу та узагальнення літературних джерел були визначені об’єкт, предмет, гіпотеза, сформульовані мета та завдання дослідження.

Аналіз програм з фізичного виховання.

У вищій школі України за період існування Радянського Союзу та за період її незалежності діяло більше 30 програм, які у переважній більшості,

носили загальнодержавний, обов'язковий для всіх навчальних закладів характер (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

**ПЕРЕЛІК ПРОГРАМ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ,
ДІЮЧИХ В УКРАЇНІ з 1924 до 2025 рр.**

№ пп	Назва програми	Рік, автори	При-мітка
1.	Руководство рабочих и красноармейских кружков *	1924, К.Л.Ковзан	
2.	Программа и методика для кружков физкульту-ры	1924	Київ
3.	Руководство по проведению физкультуры в школах соцвосо и кружков клубов Екатерининской железной дороги *	1925	
4.	Программы физического воспитания молодежи *	1925, В.В.Белинович	
5.	Програм і план занять з фізкультури в установах соцвиху та в організаціях молодих ленінців	1925	Харків
6.	Програми з фізичної культури. Програми для екстернів та викладачів фізичної культури, стрілецьких справ і шахо-дамкових ігор	1929.	Харків
7.	Программы для рабфаков, по которым работали вузы *	1929	
8.	Типовая программа и материалы по физической культуре для втузов, вузов, комвузов, техникумов и рабфаков *	1931	
9.	Типова програма з фізкультури з фізкультури для технікумів УРСР	1932	Харків
10.	Загальна програма з фізкультури для технікумів	1932	
11.	Інтегральна програма фізкультури для ВИШів	1932 І.А. Бражнік	Харків
12.	Физическая культура в техникумах НКТП СССР. Программа и система средств *	1933	
13.	Физическая культура для школ ФЗУ. Программа и система средств *	1933	
14.	Программа по физической культуре для вузов *	1937	
15.	Программа по физической подготовке (для студентов высших учебных заведений) *	1940	
16.	Программа основного курса физического воспитания и спорта для студентов вузов *	1948	
17.	Программа по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений (кроме пед-ких) *	1951	
18.	Программа по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений *	1956	
19.	Программа по физическому воспитанию студентов для вузов *	1963	
20.	Физическое воспитание. Программа для высших учебных заведений *	1975	
21.	Профессионально-педагогическая подготовка студентов по физической культуре. Рабочая комплексная программа пединститут.в. *	1986 С.Б.Мельников М.П. Граждан	Проект

Закінчення таблиці 1

22.	Физическая культура. Общесоюзная базисная учебная программа для вузов *	1990	
23.	Фізична культура: Програма для середніх спеціальних навчальних закладів УРСР	1991 І.Г. Ніколенко О.О. Шевченко	Київ
24.	Фізична культура (для студентів всіх спеціальностей): програми технікумів, училищ, коледжів	1992 В.О. Кузнецов Ю.І. Тупиця	Київ Проект
25.	Фізична культура: Програма для вузів України I – II рівнів акредитації	1996 В.В.Столітенко В.О. Рощенко	Київ
26.	Фізичне виховання. Базова навчальна програма для вузів України 3-4 рівнів акредитації	1998	проект
27.	Фізичне виховання. Програма для студентів медучилищ України	1999	Київ
28.	Програма для професійно-технічних навчальних закладів. Фізичне виховання	1999 В.О. Рощенко Я.Т. Гаврих В.В.Столітенко	Київ
29.	Фізичне виховання. Програма та методичні вказівки для викладачів та студентів	2001 Б.А. Леко М.В. Мандрик	Чернівці Проект
30.	Програма з фізичного виховання для груп спортивної спеціалізації з баскетболу (для нефізкультурних ВЗО)	2001 А.І. Драчук	Вінниця
31.	Фізичне виховання: Комплексна робоча програма для вищих педагогічних навчальних закладів III-IV рівнів акредитації	2001р А.І. Шматкова Н.Д. Шошура	Київ, Суми Проект
32.	Фізичне виховання: навчальна програма для вищих навчальних закладів України III – IV рівнів акредитації	2003 Р.Т. Расвський М.О. Третьяков	Київ

* - назви програм подано без перекладу на українську мову

Аналіз вищеперерахованих програм дозволив зробити історико-порівняльну характеристику тенденцій у складанні програм та їх структурах (зміст, форми роботи, кількість годин, контрольні нормативи).

2.2 Організація дослідження

В основу дослідження були покладені програми з фізичного виховання, нормативні документи та літературні джерела, які зберігаються у фондах Волинської державної обласної бібліотеки ім. Олени Пілки, бібліотеки Волинського національного університету ім. Лесі Українки та особистих збережень керівників та викладачів фізичного виховання закладів вищої освіти.

Дослідження проводилися трьома етапами:

На *першому етапі* (грудень 2024 року – березень 2025 року) вивчалися літературні джерела, нормативна та правова база фізичного виховання у ЗВО України, обґрунтовувалася проблема дослідження, визначалися об'єкт, предмет, мета та завдання дослідження.

На *другому етапі* (квітень 2025 року – жовтень 2025 року) проводився детальний аналіз програм з фізичного виховання, які діяли у закладах вищої освіти України в період з 1924 року до 2025 року. Всього було проаналізовано 32 програми з фізичного виховання. На цьому етапі, базуючись на результатах комплексного історико-порівняльного аналізу, визначалися основні закономірності та тенденції формування й укладання навчальних програм з фізичного виховання для студентів.

На заключному *третьому етапі* (листопад 2025 року) за результатами дослідження були сформульовані загальні висновки літературно оформлявся текст магістерської роботи.

РОЗДІЛ 3

Історико-порівняльна характеристика навчальних програм з фізичного виховання студентської молоді в Україні

Відповідно до змісту проаналізованих програм нами було виділено, п'ять періодів їх розвитку:

- I. період (20-ті роки) – період формування і утвердження програмних засад фізичного виховання.
- II. період (30-ті роки) – довоєнний період.
- III. період (кінець 40 – 50-ті роки) – післявоєнний період.
- IV. період (60–80-ті роки)
- V. період (90-ті роки – до сучасних днів) – пострадянський період.

3.1. Специфіка формування перших радянських навчальних програм з фізичного виховання для студентської молоді

Велику роль у справі покращення постановки фізичного виховання, а також розробки і створення радянської системи фізичного виховання відіграла Постанова Оргбюро ЦК РКПБ(б) від 13 липня 1925 року. Фізичну культуру згідно з цією постановою необхідно розглядати не тільки з точки зору оздоровлення, культурної, професійної і військової підготовки, але і як метод комуністичного виховання народних мас.

У постанові підкреслювалося також, що фізична культура повинна поєднувати фізичні вправи, гімнастику, ігри і спорт з громадською і особистою гігієною праці і відпочинку, широке використання оздоровчого впливу сонця, повітря і правильний режим, відпочинку і харчування.

Ця постанова Центрального Комітету комуністичної партії ясно і чітко визначила ідейні основи, мету, завдання, характер, зміст і організаційні форми радянської системи фізичного виховання.

Було проаналізовано п'ять програм цього періоду. Всі ці програми відрізняються за змістом та за структурою побудови. У них ставилися різні завдання, але всі вони носили оздоровчий характер.

Особливістю цих програм є те, що в них навіть заперечувалася позитивна роль спорту. Наприклад, у “Руководстве для рабочих и красноармейских спортивных кружков” 1924 року ставилося таке завдання: “Головним завданням фізкультури є оздоровлення населення у найширшому значенні цього слова. Мета фізичного виховання полягає у підвищенні середнього рівня здоров’я населення. Відповідно до цього всі зусилля керівників фізкультури мають бути спрямовані не на досягнення кращих результатів у певному виді спорту, а до підняття фізичного розвитку населення в цілому. Будь-яка гонитва за рекордами не повинна мати місця в організаціях, які виконують завдання фізкультури. Обов’язок керівника вказати члену гуртка, який не в міру захоплюється тренуванням для побиття якогось рекорду, на ту шкоду, якої завдає його фізичному розвитку і здоров’ю гонитва за рекордами”

Засоби, які рекомендується використовувати на заняттях, приблизно однакові в усіх програмах – порядкові вправи, ходьба, метання, вправи в рівновазі, лазіння, упори, вправи в висі, біг, стрибки, ігри, дихальні вправи та інші. **Поза планом:** катання з гір, ковзани, лижі, екскурсії, ручна праця.

У інших програмах виділяються заняття з легкої атлетики, важкої атлетики, плавання, хокею, боротьби, футболу, гандболу, баскетболу.

Програма не рекомендує використовувати в цих серіях на практиці вправи на приладах, акробатичні вправи, а також вправи з підняття ваги, оскільки вони вважалися шкідливими для організму людини. Також робиться уточнення щодо видів спорту. Їхньою метою має бути фізичний розвиток, а не результати.

Хоча змагання з видів спорту допускаються як один з найкращих способів пропаганди фізичної культури, підняття інтересу до фізичних вправ, у них можуть брати участь тільки підготовлені спортсмени.

Особливе місце в цих програмах відводиться дихальним та коригувальним вправам.

“Раціональний догляд за нашими легенями (за допомогою дихальної гімнастики) робить нас здатними протистояти різним хворобам і змінам погоди і позитивно впливає на наші життєві процеси” – говориться в програмі. Далі

наводяться дихальні вправи з методикою їх застосування: шийне дихання, черевне дихання, грудне дихання, загальне дихання”.

Мета коригувальних вправ – попередження та часткове виправлення професійних відхилень у фізичному розвитку. “Коригувальними вправами будуть вважатися всі рухи, які виправляють суглоби, м’язи, легені і відновні функції всіх частин організму. Такими рухами будуть саме ті рухи, які відсутні протягом робочого дня”, – сказано в програмі і методиці для гуртків фізкультури 1924 року”.

Усі фізичні вправи, які представлені в програмах, прості за своєю будовою і легко дозуються.

Крім цього у програмах цих років наводиться багато комплексів вправ та ігри, які слід використовувати на заняттях.

Тільки в одній програмі виділений невеликий розділ: “Лікарський контроль та облік роботи”. Відповідно до його вимог лікарський контроль проводиться двічі на рік. Облік роботи ведеться керівником у формі щоденника.

Багато місця в програмі відводиться техніці антропометричних вимірів, за якою проводяться виміри зросту, обсягу грудей, ваги, сили рук.

Отже, всі програми цих років підпорядковані одному завданню – оздоровлення.

3.2. Основні напрями, зміст та завдання навчальних програм з фізичного виховання міжвоєнного періоду (1928–1939 рр.)

Зміщення акцентів в бік покращення фізичного виховання студентства відбувся із введенням курсу фізичного виховання до навчальних планів ВНЗ. Постанова про введення фізичної культури в навчальні заклади була прийнята СНК РСФСР 19 липня 1929 р. У 1929-1930 рр. проходила корінна перебудова всієї системи фізичного виховання в СРСР. Зміст, методичні основи курсу фізичного виховання визначалися директивними вказівками та програмами. Хоча програми з фізичної культури існували й раніше, але ця дата є відправною точкою у становленні програм для вищих закладів освіти.

Нами було проаналізовано шість програм цього періоду.

Загалом усі ці програми вирізняються своєю воєнізованістю. Воєнно-прикладні вправи є в кожному розділі програми. Про це також свідчать завдання, які ставляться в програмах. На відміну від програм 20-х років, програми 30-х років поряд з оздоровчим носять виражений військово-політичний характер.

Типова програма з фізкультури для технікумів УРСР 1932 р. в ряд оздоровчих завдань включає такі завдання [34, 35]:

1. Поглиблювати та зміцнювати найголовніші рухальні навички, що підготовляють до трудової та бойової діяльності.

2. Виховувати активність, ініціативу, сміливість, непосидливість, правильне обмірковування своїх сил та інших якостей, що мають безпосереднє значення в трудовій та бойовій діяльності.

3. Подати учням теоретичне значення фізкультури та організаційні і педагогічні навички в обсязі знання для організатора масових форм військово-фізкультурної роботи в процесі виробництва за комплексом ГПО.

Вперше в програмах з'являється розділ “Форми та зміст роботи”. Основною формою занять у програмах 30-х років є урок (теоретичний, практичний) тривалістю від 50 до 120 хв. У різних програмах пропонується різна тривалість занять.

На відміну від програм 20-х років набагато ширшим став розділ “Планування та облік роботи”. У цих програмах планування та облік набуває особливого значення та будується відповідно до перебудови роботи з фізичної культури на базі системи ГПО.

Місце кожного розділу фізичних вправ у навчальному плані рекомендувалось визначати залежно від підготовленості даної групи, від умов навчання, сезонних та кліматичних умов.

Залежно від місця кожного розділу складали орієнтовний річний план розподілу матеріалу. Конкретизувавши та уточнивши розподіл матеріалу, складали щомісячний план та план роботи на декаду. Погодження цих планів з загальними планами школи висувались як неодмінна умова правильної організації викладання фізкультури.

Важливого значення в програмах цього періоду набуває розділ “Лікарський контроль та самоконтроль”. Він займає досить велику частину програми. Розділ містить детальний опис методики проведення медичних оглядів. У результаті медичних оглядів студенти поділяються на три групи: I, II та III. Перша група поділяється ще на дві підгрупи: Ia та Ib. Ці групи аналогічні медичним групам 90-х років: I а – основна група; I б – підготовча група; II – спецмедгрупа; III – звільнені від занять фізкультури.

У програмах вказується, що навчальний заклад має бути прикріплений до певного медичного закладу, лікарями якого проводиться медичний огляд. Медичні довідки, видані іншими медичними закладами, не дійсні, а звільнення від занять фізичної культури повинно носити вимушений тимчасовий характер. Крім того, у програмах 30-х років чітко вказано, що всі результати огляду слід заносити до спеціальної індивідуальної карточки або журналу. Результати лікарського огляду обов’язково потрібно доводити до відома студентів.

Заняття з фізичного виховання проводилися відповідно до поділу студентів на медичні групи.

Середня кількість годин за навчальний рік становить 60 годин, а за весь період навчання – 180 годин.

У програмах є чіткий розподіл годин за розділами програми. Загалом за період навчання на теорію відводилося 20 годин, а на практику – 140 годин.

Вперше в програмах виділяється **теоретичний розділ** з чітким описом лекцій, які потрібно вчитати студентам. Ці лекції носять політичний характер, наприклад: “Основні рішення про фізкультуру партії, уряду і профспілок і їх значення”, “Класова боротьба і відображення її на фізкультурному фронті. Праві та ліві збочення.”

Також у програмах даються гігієнічні знання, наприклад: “Загартування, масаж, самомасаж”, “Режим рухової активності і працездатності.”

Крім цього, даються знання з історії фізичної культури, лікарського контролю та самоконтролю, фізіологічних основ вправ, фізичної культури на виробництві та першої медичної допомоги.

Як показує аналіз, зміст практичного розділу воєнізований, а частка прикладних та воєнізованих вправ набагато більша, ніж частка оздоровчих вправ.

Про це свідчать такі вправи, якими переповнені програми: підймання та перенесення поранених; підймання та перенесення ящика з набоями вагою 32 кг.; лазіння з гвинтівкою; метання гранати з-за укриття, на лижах; плавання з обтяженням (граната, гвинтівка, одяг); біг у протигазі; багнетний бій; вміння стріляти на ходу на лижах.

Перелік цих вправ у програмах набагато ширший.

До цього додається вивчення таких видів спорту, як стрільба, фехтування, французький бокс, джіу-джіцу, рукопашний бій.

Вперше програма встановлює чіткий перелік контрольних нормативів та тверді критерії оцінки фізичної підготовки, виділяючи їх в окремий розділ.

Звичайно, розділ “Контрольні нормативи” також включає в себе, згідно з програмами, військово-прикладні нормативні показники. Наприклад: “біг на 60 м у повному військовому спорядженні з гвинтівкою”, “перебігання зі скринькою з набоями”, “плавання з гвинтівкою за плечима”. Іншими словами ці нормативи відповідають змісту програми.

Таким чином, комплекс ГПО у 30-х роках стає нормативною основою для програм з фізичної культури, що, звичайно, суттєво змінило їх зміст, структуру і, що найголовніше, завдання програми.

3.3. Характеристика навчальних програм з фізичного виховання для студентів ВНЗ України кінця 40-80-х років XX століття

У післявоєнні роки збірні команди СРСР розпочинають виступи на міжнародній спортивній арені. Звичайно, ця подія вплинула і на програми з фізичної культури для ВНЗ. Так, особливості спортивного тренування з'являються і в програмах з фізичного виховання.

Ці програми носять виражений спортивний та професійно-прикладний характер.

Уперше в програмах ставиться завдання підвищення спортивної майстерності студентів [36, 37, 38, 39].

У розділі “Форми роботи” з’являється нова форма занять – факультативні заняття.

Факультативні заняття є органічним продовженням обов’язкових занять, на яких удосконалюється фізична підготовка студентів в обсязі вимог комплексу ГПО і професійно-прикладні навички, розширюються знання з основ теорії, методики і організації фізичного виховання, продовжується робота з підготовки інструкторів і суддів з окремих видів спорту, підвищується спортивна майстерність студентів.

Програма вперше пропонує з метою усунення втоми після напружених занять інших дисциплін ввести заняття з фізичної культури в період екзаменаційних сесій та навчальних практик.

У програмі 1975 року з’являється розділ “Залік з фізичного виховання”. У ньому йдеться про те, що студенти всіх навчальних відділень повинні здати залік, який виставляється в залікову книжку наприкінці кожного семестру за результатами засвоєння теоретичного та практичного розділів.

Немало уваги в програмі приділяється лікарському контролю за фізичним вихованням студентів.

У програмі зазначається, що медичні обстеження повинні проводитися до початку навчальних занять з фізичного виховання та повторно на всіх наступних курсах на початку кожного року, а також перед спортивними змаганнями, після перенесених захворювань, травм або тривалих перерв у заняттях фізичними вправами за скеруванням викладача або за бажанням самого студента. За результатами медичного огляду студентів поділяють на навчальні відділення, відповідно до яких виділяють такі навчальні групи: основна, спеціальна медична група та група спортивного удосконалення.

Розподіл студентів за навчальними відділеннями проводиться на початку навчального року з урахуванням статі, стану здоров’я, фізичного розвитку і підготовленості, спортивної кваліфікації і особистого бажання студентів.

Окремо в програмі виділяється об’єднана міжвузівська навчальна група спортивного удосконалення. До цієї групи входять найбільш підготовлені спортсмени з кваліфікацією не нижче I спортивного розряду, незалежно від

відомчого підпорядкування ВНЗ. Заняття в цій групі плануються в обсязі вимог до спортивних тренувань.

Поява розділу “Зміст роботи навчальних відділень” не є випадковістю. Він є логічним продовженням попереднього розділу. Такий розділ міститься тільки в одній програмі, а саме в програмі 1975 року.

Отже, до програми фізичного виховання включені теоретичний і практичний розділи.

Заняття за теоретичним розділом програми проводяться у формі лекцій. Лекції читаються в тій послідовності, яка запропонована у програмі.

Водночас з метою поглиблення теоретичних знань під час практичних занять проводяться систематичні бесіди за теоретичним і практичним розділами програми.

Перейдемо до аналізу практичного розділу програм з фізичної культури післявоєнних років. Практичний розділ цього періоду містить матеріал для підготовчої навчальної групи і групи спортивного удосконалення. У практичному розділі для підготовчої групи для вивчення пропонуються такі види спорту: гімнастика, легка атлетика, спортивні ігри, плавання, лижний спорт, ковзанярський спорт, туризм, марш-кидок, комплекс ГПО. Так, вперше у програмах з’являється туризм і марш-кидок.

У порівнянні з програмами минулих років набагато ширше представлена гімнастика. Раніше вивчалася тільки основна та спортивна гімнастика. У програмі з фізичної культури 1975 року пропонується вивчати, крім цих двох, ще й ранкову гімнастику, спортивно-прикладну гімнастику, виробничу гімнастику, фізкультурну паузу. Практичний матеріал містить програму з вивчення загальнорозвиваючих, прикладних та акробатичних вправ.

Матеріал легкої атлетики представлений такими видами: біг на короткі та середні дистанції, крос, стрибок у довжину з розбігу, стрибок у висоту з розбігу, метання гранати, метання диску, штовхання ядра. Розглянувши зміст видів легкої атлетики, ми виділили розділи, за якими вони вивчаються. Отже, у програмі пропонується вивчати техніку рухової дії та спеціальні вправи легкоатлета. Після перерви у 30-х роках у програмах знову з’являються метання диску та штовхання ядра.

Матеріал з плавання містить вивчення загальнорозвиваючих та спеціальних вправ на суші і у воді та техніку полегшених способів плавання: кроль без виносу рук, плавання на грудях, на спині, на боку з довільними рухами рук та ніг.

Зі спортивних ігор для вивчення виносяться тільки дві : баскетбол і волейбол. Вивчається техніка і тактика гри. Таким чином, навчальний матеріал у порівнянні з попередніми програмами скоротився.

Вперше у практичному розділі виділяється професійно-прикладна фізична підготовка як обов'язкова складова частина процесу фізичного виховання студентів.

Мета ППФП – підготовка майбутніх спеціалістів до виробничої діяльності.

Програма передбачає проведення ППФП протягом усього періоду навчання на всіх навчальних відділеннях у формі теоретичних та практичних занять з фізичного виховання, в оздоровчо-спортивних таборах, на виробничій практиці.

У програмі для відділення спортивного удосконалення подається навчальний матеріал з 10 видів спорту: баскетболу, волейболу, спортивної гімнастики, художньої гімнастики, ковзанярського спорту, легкої атлетики, лижного спорту, плавання, важкої атлетики, багатоборств (десятиборства, восьмиборства, шестиборства, п'ятиборства, чотириборства, триборства, багатоборства ГПО).

В цьому розділі вивчається техніка і тактика в обраному виді спорту, загальна та спеціальна фізична підготовка і тренування.

Все сказане дає змогу зробити висновок, що практичний розділ програм набуває характерних рис, які притаманні спортивному тренуванню, особливо навчальний матеріал для груп спортивного удосконалення, у якому присутні всі елементи підготовки у спорті.

У програмах цих років розділ “Розподіл навчальних годин” відсутній як самостійна одиниця. Але в них є чіткий розподіл годин за роками навчання та розділами програми.

Отже, середня кількість годин фізичної культури на навчальний рік різко збільшується з 60 годин у 30-х роках до 140 годин і відповідно за весь період навчання – з 180 до 560 годин. А програма 1948 року передбачає 640 год.

Це збільшення відбулося за рахунок годин, відведених на практичні заняття. Середня кількість годин, які відводяться на теорію, залишається на тому ж рівні, що і в 30-х роках (20 год.).

У середньому на обов'язкові заняття відводиться 70 год (на I та II курсі), а на факультативні – 70 год (на I та II курсі) та 140 год (починаючи з III курсу).

Програма 1975 року має розподіл годин на відділенні спортивного удосконалення. На тиждень припадає 8 год навчальних занять. В об'єднаних навчальних відділеннях спортивного удосконалення для спортсменів I розряду відводиться 12-16 год на тиждень, а для кандидатів у майстри спорту і майстрів спорту – 16-20 год на тиждень.

Перейдемо до аналізу розділу “Контрольні нормативи для оцінки фізичної підготовленості студентів”. Слід сказати, що контрольні нормативи внаслідок того, що змінився зміст програм та їх спрямованість, також зазнали значних змін порівняно з попередніми програмами.

Слід сказати, що змінився не тільки список нормативів, а й вимоги до їх виконання. Так, у 30-х роках дистанцію 100 м чоловікам необхідно було подолати за 14,5 с, жінкам за 16,0 с, вже у післявоєнні роки – відповідно за 13,0 с та 15,2 с. Так само змінилися вимоги з інших нормативів: стрибки у довжину з розбігу з 4,00 м (ч.) та 2,90 м (ж.) на 5,00 м (ч.) та 3,80 м (ж.), підтягування – з 6 разів і на 13 разів, плавання 100 м з 2 хв 10 с (ч.) та 2 хв 30 с (ж.) на 1 хв 50 с (ч.) та 2 хв 00 с (ж.).

Як видно з аналізу, вимоги до виконання контрольних нормативів набагато зросли.

У програмі передбачено виконання контрольних нормативів на оцінку “задовільно”, “добре”, “відмінно”. До того ж вони мають динамічний характер. Іншими словами, з кожним роком навчання збільшуються вимоги до виконання контрольних нормативів. Наприклад, норматив з підтягування на поперечині має такий вигляд (табл.3.1):

Таблиця 3.1

Вимоги до нормативу з підтягування на поперечині

<i>Курс</i>	<i>“3”</i>	<i>“4”</i>	<i>“5”</i>
<i>I</i>	7	9	10
<i>II</i>	9	10	11
<i>III</i>	10	11	12
<i>IV</i>	11	12	13

Така структура контрольних нормативів посилює інтерес студентів до занять фізичною культурою та підтримує постійну потребу у спортивному вдосконаленні.

Зазначимо, що вперше у програмі представлені контрольні нормативи для всіх медичних та навчальних груп з чіткими оцінювальними вимогами за роками навчання, крім нормативів з професійно-прикладної фізичної підготовки. Складання контрольних нормативів виховання з урахуванням особливостей майбутньої професії організовує кафедра фізичного. До того ж, нормативи втратили свій воєнно-прикладний характер і набули спортивного характеру.

3.4. Особливості та тенденції розвитку програмно-нормативних основ фізичного виховання студентської молоді в Україні у перші роки відновлення державності

В цих програмах мета фізичного виховання включає такі складові [40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47]:

- формування всебічно розвиненої особистості;
- формування фізичної культури студента;
- збереження і зміцнення здоров'я студентів;
- підготовку до професійної діяльності майбутніх фахівців;
- підготовку фахівців відповідного освітньо-кваліфікаційного рівня: “бакалавр”, “спеціаліст”, “магістр”.

Завдання, які ставляться відповідно до мети у програмах 90-х років, практично однакові за змістом із завданнями програм 70-х років.

Зупинимось більш детально на розділі “Форми занять”. У програмах 90-х років форми занять подібні до форм, які виділяються у програмах 70-х, і навіть

30-х років. Тільки у програмах 30-х років вони не мають чіткої класифікації, і подані у вигляді переліку. Разом з тим форми занять програм 90-х років мають свої особливості.

У програмі 2001 р. Чернівецького національного університету ім. Юрія Федьковича, крім теоретичних і практичних занять, виділяються методичні навчальні заняття. Серед основних видів навчальних занять, крім вищеперерахованих з програми 1998 р., проводяться заняття з інструкторсько-суддівської та тренерської практики.

З вищенаведеного аналізу можна зробити висновок, що використання різноманітних форм у процесі фізичного виховання створює умови для збільшення обсягу активної рухової діяльності студентів, необхідного для нормального функціонування організму та покращення знань з фізичної культури.

Оцінка знань та умінь з предмету “Фізичне виховання” визначається за такими розділами програми: теоретичний, практичний, методичний, професійно-прикладна фізична підготовка.

На відміну від інших програм, у сучасних програмах наводяться чіткі вимоги до оцінки знань, умінь та навичок за вищеперерахованими розділами програми з фізичної культури. Окремо виділяються вимоги до студентів усіх навчальних груп, звільнених від занять з фізичної культури, студентів, які займаються у спортивних секціях, вагітних.

Поточну оцінку з фізичної підготовки визначають індивідуальні зрушення у фізичній та технічній підготовці студентів. Приріст показників у фізичній та технічній підготовці й функціональну підготовку студентів слід оцінювати шляхом порівняння з результатами початкового тестування після визначеного тренування з урахуванням індивідуальних можливостей кожного студента.

При повторному виконанні контрольних нормативів студентами оцінка фізичної підготовленості виставляється так:

- 5 балів – за значне поліпшення результату;
- 4 бали – за покращення результату;
- 3 бали – за повторення результату.

У розділі “Лікарський контроль та самоконтроль” у програмах 90-х років виділяються такі самі форми лікарського контролю, що і в 70-х роках. Так само запланований попередній лікарський огляд на початку кожного навчального року. Проте в деяких програмах пропонується проведення двохразових лікарських оглядів на початку навчального року та в кінці, як у програмах 30-х років, а також перед спортивними змаганнями, після перенесених захворювань або після довгої перерви в заняттях фізичними вправами.

На основі даних про стан здоров'я, фізичний розвиток і підготовленість студенти розподіляються для практичних занять за програмою фізичного виховання, як і в 70-х роках, на три медичні групи: спеціальну, підготовчу та спеціальну медичну.

Як і в програмах післявоєнного періоду, студенти розподіляються на три навчальні групи: основну, спеціальну медичну та групу спортивного удосконалення.

Студентам основного та спортивного відділень надається право вільного вибору виду спорту і навчальної групи відповідно до їх інтересів.

У сучасних програмах досягнення мети і розв'язання завдань фізичного виховання студентів забезпечуються за допомогою двох взаємопов'язаних і взаємодоповнювальних дидактичних компонентів: обов'язкового базового, що формує основи фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня (бакалавр, спеціаліст, магістр), й елективного, що спирається на базовий і доповнює його з урахуванням професійної фізичної підготовки, індивідуальних мотивів, інтересів і потреб, стану здоров'я.

Розглянемо розділ “Розподіл навчальних годин”. Необхідно зазначити, що в деяких програмах чіткого розподілу годин немає. Кількість годин, що відводиться на навчальний семестр різна і коливається в межах від 108 год до 144 год. У більшості програм вона становить приблизно 140 год. Відповідно коливається і загальна кількість годин, що відводиться на фізичну культуру за весь період навчання: від 350 до 656 год. Але в основному вона відповідає рівню програм минулих років.

Порівняно з попередніми програмами кількість годин, які відводяться на вивчення теоретичного розділу програми, залишається на рівні програм

минулих років – 16-20 год за період навчання. У деяких сучасних програмах обсяг теорії збільшується до 36 год за період навчання.

Теоретичний розділ програм, передбачає засвоєння студентами впорядкованої системи соціальних, загальнонаукових, психолого-педагогічних і спеціальних знань з фізичної культури і спорту, формування професійного мислення майбутніх спеціалістів, спрямованого на активне і широке використання засобів фізичного виховання в усіх сферах життєдіяльності.

Практичний розділ передбачений для основної навчальної групи, групи спортивного удосконалення і, вперше за всі роки в декількох програмах, для спеціальної медичної групи.

Аналіз сучасних програм дав змогу виділити щонайменше два способи побудови практичного розділу для основної навчальної групи.

Перший спосіб подібний до того, який застосовано у програмі з фізичної культури для ВНЗ 1975 року, і складається з певних видів спорту.

Другий спосіб має виражений оздоровчий характер і спрямований на удосконалення фізичного розвитку та головних життєво важливих рухових якостей (витривалості, сили, швидкості, гнучкості, спритності).

Розділи програм з окремих видів спорту доповнено вправами професійно-прикладного характеру, характерними для даного виду спорту. Крім цього, як і раніше окремо виділяється розділ ППФП.

3.5. Характерні тенденції формування навчальних програм з фізичного виховання для студентів

Традиційно в Україні програми з фізичного виховання в навчальних закладах були обов'язковим для всіх. Але сьогодні такий підхід не відповідає вимогам часу. Провідні спеціалісти в галузі фізичної культури починають говорити про те щоб програми з фізичного виховання були демократичними, відображали інтереси студентів, враховували кліматичні та географічні умови, матеріальну базу закладів освіти та кадрову проблему.

Програма з фізичного виховання, що прослідковувалось в історичному аналізі, визначає мінімальний обсяг знань, умінь та навичок, які засвоюються за

роками навчання. В цьому розрізі аналізу видно, що програми вирішують комплекс завдань: освітніх, оздоровчих, виховних.

В різні історичні періоди програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання мало різну спрямованість. Так і 20-х, 30-х роках ХХ століття воно мало виражену військову спрямованість, в післявоєнні роки поряд з військовою спрямованістю мають спортивну спрямованість. В наш час програми на думку багатьох фахівців з фізичного виховання, а також за результатами аналізу повинні були б мати оздоровчу спрямованість.

Багато уваги в останній час приділяється підготовці майбутніх спеціалістів до їх професійної діяльності. Велике значення для вирішення цього завдання відводиться фізичній культурі. Розділ «Професійно-прикладна фізична підготовка» займає в програмах з фізичного виховання значне місце. Це підтверджується результатами аналізу програм останніх років.

За результатами історико-порівняльного аналізу видно, що структура навчальних програм з фізичного виховання удосконалювалась, але й зберігала відносну стабільність. Програма має таку структуру:

1. Пояснювальна записка.
2. Теоретичний розділ.
3. Практичний розділ.
4. Методичний розділ.
5. Форми та засоби контролю.

В пояснювальну записку входять такі її розділи:

1. Мета та завдання.
2. Форми та зміст роботи.
3. Планування та облік роботи.
4. Успішність, оцінка знань та умінь, залік та екзамен.
5. Лікарський контроль та самоконтроль.
6. Вимоги до знань та вмінь студентів.
7. Обов'язки студентів.
8. Поділ студентів за навчальними відділеннями.
9. Зміст роботи в навчальних відділеннях.
10. Розрахунок навчальних годин.

11. Програмний зміст предмету “Фізична культура”.

12. Керівництво фізкультурною роботою.

Зростання спостерігається в кількості годин, що відводяться на курс фізичного виховання за весь період навчання. (рис. 3.2.1.).

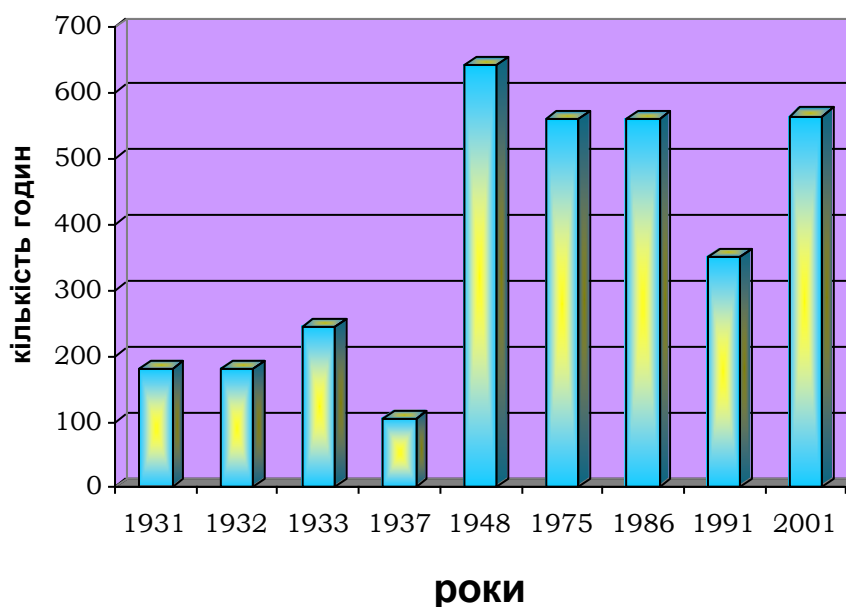


Рис. 3.1. Динаміка змін кількості навчальних годин з фізичного виховання у програмах для студентів ВНЗ України (1924-2001 рр.).

Так, в 30-х роках на фізичну культуру відводилось 180 годин (перші обов’язкові програми по фізичному вихованню). Потім спостерігалось зростання годин до 560 годин і їх відносна стабілізація на цьому до сьогоднішніх програм.

Програмний зміст предмету “Фізична культура” повинен реалізуватися за допомогою двох взаємопов’язаних і взаємодоповнювальних дидактичних компонентів:

1. Обов’язкового (базового).
2. Елективного (що спирається на базовий та доповнює його).

Сучасні програми, повинні включати розподіл навчального матеріалу для таких навчальних груп:

1. Основна медичної групи.
2. Спеціальна медичної групи.
3. Група спортивного удосконалення.

Аналіз програм з фізичного виховання та наукових літературних джерел дозволив виявити основні закономірності формування навчальних програм з фізичного виховання для студентської молоді.

Так, програма з фізичної культури повинна складатися з п'яти основних частин:

1. Пояснювальна записка.
2. Теоретичний розділ.
3. Практичний розділ.
4. Методичний розділ.
5. Контроль.

Аналіз пояснювальної записки програм з фізичного виховання дозволив виділити такі її розділи:

1. Мета та завдання.
2. Форми та зміст роботи.
3. Планування та облік роботи.
4. Успішність, оцінка знань та умінь, залік та екзамен з фізичного виховання.
5. Лікарський контроль та самоконтроль.
6. Вимоги до знань та вмінь студентів.
7. Обов'язки студентів.
8. Поділ студентів за навчальними відділеннями.
9. Зміст роботи у навчальних відділеннях.
10. Розрахунок навчальних годин.
11. Програмний зміст предмету “Фізична культура”.
12. Керівництво фізкультурною роботою.

Отже, кожна програма повинна мати мету та вирішувати відповідні завдання.

Як показав аналіз, мета навчальних програм з фізичної культури має передбачати:

- формування всебічно розвиненої особистості;
- формування фізичної культури студента;
- збереження і зміцнення здоров'я студентів;

- підготовку майбутніх фахівців на відповідному освітньо-кваліфікаційному рівні: “бакалавр”, “спеціаліст”, “магістр” до професійної діяльності.

Відповідно до мети у програмі ставляться завдання, які вона повинна вирішувати.

В історичному розрізі завдання, які ставились у програмах з фізичної культури, не завжди були однаковими і носили різний характер.

У період зародження та становлення програм з фізичного виховання (20-ті роки) завдання носили оздоровчий характер і повністю відкидалися ті завдання, які притаманні спортивному тренуванню.

У програмах 30-х років усі завдання можна класифікувати в такі групи:

1. Розвитково-оздоровчі і профілактичні завдання.
2. Прикладні завдання і завдання воєнізації.
3. Завдання громадсько-політичної активності.

Як видно з вищесказаного, завдання цих років були максимально воєнізовані та політизовані.

І тільки в програмах з фізичної культури повоєнного періоду та в сучасних програмах передбачається вирішення цілого комплексу завдань, які можна класифікувати таким чином:

1. Виховні.
2. Освітні.
3. Оздоровчі

Такі ж завдання повинні вирішуватись у програмах відповідно до Державних вимог до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти.

Перейдемо до розгляду розділу “Форми та зміст роботи”. Вперше цей розділ з’являється в програмах з фізичної культури в 30-х роках. Вже тоді окремо виділялися навчальні та позанавчальні форми організації роботи з фізичного виховання у ВНЗ. Основною формою роботи є навчальне заняття (теоретичне, практичне) тривалістю від 50 до 120 хв (у різних програмах різна тривалість занять).

У повоєнних програмах встановлюється чітка тривалість заняття – 2 академічні години. Навчальні заняття діляться на обов’язкові та факультативні.

У сучасних програмах, крім теоретичних та практичних занять, виділяються також методичні заняття.

Таким чином, у програмах останніх років навчальний процес з фізичного виховання здійснюється в таких формах:

1. Навчальні заняття:

- лекції;
- лабораторні заняття;
- практичні заняття;
- семінарські заняття;
- методичні заняття;
- індивідуальні заняття;
- консультації.

2. Позанавчальні заняття:

- заняття у спортивних клубах, фізкультурно-оздоровчих центрах, секціях, групах за інтересами;
- самостійні заняття фізичними вправами, спортом, туризмом;
- спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи;
- заняття протягом дня із забезпечення працездатності, післяробочого відновлення, психорегуляції, корекції.

3. Виконання індивідуальних завдань.

4. Контрольні заняття.

Така велика кількість різноманітних форм організації процесу фізичного виховання в навчальному закладі створює умови для збільшення обсяг рухової активності студентів та покращення знань в галузі фізичної культури та спорту.

Розглянемо розділ “Планування та облік роботи з фізичної культури”.

З’являється цей розділ у перших програмах (20-ті роки), але він не має чіткої класифікації документів планування та обліку роботи з фізичного виховання.

У програмах 30-х років розділ набуває чіткої структури та будується на базі системи ГПО.

Планування документів цього розділу ділиться на чотири відділи:

1. Навчально-педагогічний відділ.
2. Лікарсько-педагогічний відділ.
3. Організаційно-господарський відділ.
4. Навчальний план.

У наступні роки даний розділ у програмах з фізичної культури не зустрічається, а з'являється тільки в сучасних програмах. До планування в цих програмах належать такі документи:

1. Програма. Може бути базисною, регіональною або робочою.
2. Навчальний план. Складається на кожну спеціальність окремо і передбачає не менше 4 год на тиждень занять з фізичного виховання протягом усього періоду навчання.
3. Графік навчального процесу. Складається на підставі навчального плану. У ньому має бути зазначено проведення заліків та поточного тестування.
4. Робочий план. Складається відповідно до графіку навчального процесу і розкриває методику послідовного проходження програмового матеріалу.
5. План-конспект. Складається кожним викладачем окремо на кожне заняття.

Крім цих документів планування навчальної роботи, у ВНЗ має плануватися позанавчальна робота та лікарські огляди:

1. Планування спортивних змагань та туристичних походів.
2. Планування заходів із підготовки інструкторів та суддів з фізичної культури.
3. Планування роботи спортивних секцій.
4. Планування періодичних лікарських оглядів.
5. Календар повторних і поточного лікарського огляду.

Щодо обліку роботи фізичного виховання у ВНЗ, то він має бути однією з основних ланок роботи, оскільки є засобом самоконтролю викладача і дає можливість оцінити результати роботи як студентів, так і викладачів.

У сучасних програмах з фізичного виховання виділяються такі основні документи обліку результатів навчального процесу:

1. Груповий журнал успішності студентів. До нього заносять результати попереднього, поточного та підсумкового обліку успішності та стан відвідування занять студентами.

2. Відомості семестрових заліків та випускних екзаменів.

3. Щоденник самоконтролю, де ведеться облік суб'єктивних показників здоров'я студентів для всіх медичних груп.

Всі документи обліку та планування повинні мати єдину форму, передбачену програмою фізичної культури.

Цей розділ повинен займати особливе місце, оскільки від вдалої роботи з планування та обліку роботи з фізичної культури залежить успіх усієї програми та підготовленість студентів.

У програмах повоєнного періоду та сучасних програмах з'являється розділ “Успішність, оцінка знань та умінь студентів, залік з фізичного виховання”. Розглянувши цей розділ, ми виділили такі форми оцінки знань, умінь та навичок студентів:

1. Залік.
2. Диференційований залік (не рідше одного разу на рік).
3. Екзамен (по закінченні курсу фізичного виховання у ВНЗ).

Оцінка знань, умінь та навичок з предмету “Фізичне виховання” визначається за чотирибальною системою (“відмінно”, “добре”, “задовільно”, “незадовільно”) за такими розділами програми:

1. Теоретичний розділ.
2. Практичний розділ.
3. Методичний розділ.
4. Розділ ППФП.

У програмах з практичного розділу рекомендується планувати не більше п'яти тестів, з методичного – не більше двох тестів і з розділу ППФП – не більше двох тестів в кожному семестрі.

Крім цього, у програмах мають бути зазначені умови оцінювання студентів, які пропустили навчальні заняття з фізичної культури без поважної причини, студентів, які регулярно займаються у спортивних секціях і входять до збірних команд навчального закладу, підготовчої групи та спеціальної

медичної групи, студентів, які звільнені від практичних занять на тривалий період та тимчасово звільнені з фізіологічних чи інших причин та вагітних студенток.

Терміни та порядок виконання контрольних нормативів має визначати кафедра фізичного виховання на весь навчальний рік і доводити їх до відома студентів.

Однією з актуальних проблем програмування є врахування індивідуальних особливостей студентів при засвоєнні навчального матеріалу, оскільки цей процес у різних студентів відбувається неоднаково і нерівномірно.

Тому поряд з оцінкою за контрольні нормативи рекомендується виставляти оцінку за індивідуальну фізичну підготовку. Зараховується краща оцінка. Оцінюються індивідуальні зрушення у фізичній, технічній та функціональній підготовці за спеціальною шкалою, шляхом порівняння з початковим тестуванням. Початкове тестування проводиться на I курсі у вересні.

При повторному виконанні контрольних нормативів студентами оцінка з фізичної підготовленості виставляється так:

5 балів – за значне поліпшення результату;

4 бали – за покращення результату;

3 бали – за повторення результату.

Такі основні положення повинні використовуватися при формуванні розділу “Успішність, оцінка знань та умінь, залік та екзамен з фізичного виховання” у сучасних програмах.

Розглянемо ще один важливий розділ програм з фізичного виховання “Лікарський контроль та самоконтроль”. Розділ з’явився в програмах ще в 30-х роках і за своїм змістом мало змінився порівняно з відповідним розділом сучасних програм. Різниця лише в тому, що в програмах 30-х років рекомендувалося проводити дворазові лікарські огляди протягом навчального року, а в сучасних програмах передбачається один лікарський огляд за навчальний рік.

Організація лікарського контролю за фізичним вихованням студентів покладається на адміністрацію навчального закладу, лікарів медпункту ВНЗ та

поліклініку закріплену, за навчальним закладом. Медичні довідки, видані на звільнення від занять з фізкультури іншими лікувальними установами, вважаються недійсними.

Програма з фізичного виховання має передбачати проведення таких форм лікарського контролю студентів:

1. Лікарські обстеження студентів, які проводяться за встановленою формою.
2. Додаткові огляди студентів перед спортивними змаганнями, після перенесених захворювань і травм.
3. Лікарсько-педагогічні спостереження в процесі навчальних занять з фізичного виховання і змагань, самоконтроль.
4. Лікарські консультації з питань фізичної культури і спорту.
5. Санітарний нагляд за місцями та умовами проведення занять.
6. Профілактика спортивного травматизму і патологічних станів, які виникають при нераціональній організації занять з фізичної культури і спорту.
7. Фізична реабілітація після спортивних травм.

На основі даних про стан здоров'я, фізичного розвитку і підготовленості студенти розподіляються для проведення практичних занять за програмою фізичного виховання на три медичні групи:

- основна медична група;
- підготовча медична група;
- спеціальна медична група.

Без висновку лікаря про стан здоров'я студентів їх не допускають до практичних занять з фізичного виховання.

Суб'єктивні дані про зміни у стані здоров'я студентів реєструються у щоденнику самоконтролю.

Перейдемо до розгляду розділу “Вимоги до знань, умінь та навичок студентів”. Цей розділ з'явився в останніх сучасних програмах. Його можна умовно поділити на три підрозділи:

1. Студенти повинні знати...
2. Студенти повинні уміти виконувати...
3. Студенти повинні уміти використовувати...

За програмами з фізичної культури, студент повинен:

1. Володіти певним рівнем знань з історії фізичного виховання та спорту, знати зміст їх національного спрямування.
2. Знати основи спортивної та фізичної підготовки спортсмена.
3. Знати загальні положення методики підготовки в обраному виді спорту.
4. Володіти навичками здійснення профілактики нервово-психічних та фізичних перенапружень.
5. Уміти провести ранкову гігієнічну гімнастику та виробничу гімнастику.
6. Уміти провести підготовчу, основну та заключну частину заняття.
7. Уміти провести тренування та суддівство з обраного виду спорту.
8. Мати добру фізичну підготовку.
9. Застосовувати отримані психологічні, фізіологічні, медичні спеціальні знання, уміння та навички практичної роботи (у тому числі з конкретного виду спорту) у відповідних сферах діяльності (освіта, спорт, соціальні служби, медичні та правоохоронні заклади).
10. Надавати першу медичну допомогу в екстремальних ситуаціях та при ушкодженнях під час занять з фізичного виховання, тренувань.

Розділ “Обов’язки студентів” також відносно недавно з’явився в програмах з фізичної культури. Вперше зустрічається він у програмі з фізичної культури 1975 року, а також є в сучасних програмах з фізичного виховання. Аналіз розділу дозволив виділити такі обов’язки студентів для всіх навчальних відділень:

1. Систематично відвідувати навчальні заняття з фізичного виховання (теоретичні і практичні) у дні й години, передбачені розкладом.
2. Повністю виконувати завдання викладача.
3. Проходити медичне обстеження у визначені часові терміни, здійснювати самоконтроль стану свого здоров’я та фізичного розвитку, фізичної підготовленості, інформувати викладача про всі відхилення у стані здоров’я.

4. Підвищувати свою фізичну підготовку, удосконалювати спортивну майстерність, розвивати професійно необхідні фізичні якості.

5. Виконувати контрольні вправи і нормативи.

6. Виконувати домашні завдання.

7. Здавати залік з фізичного виховання в установлені строки.

8. Вчасно інформувати кафедру фізичного виховання в разі неможливості з поважних причин відвідувати заняття, складати (перескладати) заліки та іспити, виконувати практичні завдання.

9. Активно оволодівати знаннями з основ теорії та методики фізичного виховання, уміти їх застосовувати в майбутньому житті та професії.

10. Дотримуватися раціонального режиму харчування, навчання і відпочинку.

11. Регулярно робити гігієнічну та виробничу гімнастику, самостійно займатися фізичною культурою та спортом.

12. Мати спортивний костюм та спортивне взуття, які відповідають виду занять.

13. Вважати заняття з фізичного виховання не додатковим навантаженням, а засобом збереження та зміцнення свого здоров'я.

14. Активно брати участь у масових оздоровчих фізкультурних та спортивних заходах, захищати честь університету (у складі збірних команд) на обласних, державних, європейських, світових рівнях.

15. Повноцінно використовувати засоби фізичної культури та спорту для профілактики захворювань.

Як показав аналіз розділів “Поділ студентів за навчальними відділеннями” та “Зміст роботи в навчальних відділеннях”, вперше вони з’являються в програмах повоєнних років. Студенти відповідно до статі, стану здоров’я, фізичного розвитку і підготовленості, спортивної кваліфікації і особистого бажання поділяються на такі навчальні відділення:

1. Основна група.

2. Спеціальна медична група.

3. Група спортивного удосконалення.

4. Міжвузівська група спортивного удосконалення.

У програмах передбачається можливість перевodu з одного навчального відділення до іншого наприкінці семестру або навчального року. До спецмедгрупи у зв'язку із хворобою студенти можуть переводитися в будь-який час навчального року.

Крім цього, програми містять вимоги до чисельного складу навчальних груп:

- 12 – 15 чоловік – в основній навчальній групі;
- 8 – 15 чоловік – у спеціальній медичній групі;
- 4 – 8 чоловік (залежно від спортивної кваліфікації спортсменів) – у групі спортивного удосконалення.

Плануючи зміст роботи у навчальних відділеннях, потрібно враховувати, що навчальний процес у спеціальному відділенні повинен мати таке спрямування:

1. Поступове і послідовне укріплення здоров'я, загартування організму і підвищення рівня фізичної працездатності студентів.
2. Усунення функціональних відхилень і недоліків у фізичному розвитку, ліквідація залишкових явищ після захворювань.
3. Набуття необхідних професійно-прикладних навичок.

В основному навчальному відділенні:

1. Всесторонній фізичний розвиток студентів і загальна фізична підготовка.
2. Набуття професійно-прикладних, спортивно-технічних навичок та інтересу до занять спортом.

У групі спортивного удосконалення на:

1. Підвищення спортивної майстерності студентів з обраного виду спорту на основі всебічної фізичної підготовки відповідно до вимог Єдиної спортивної класифікації.
2. Набуття професійно-прикладних навичок.

Також програма дає можливість студентам засвоювати навчальний матеріал за індивідуальним графіком.

Крім цього, програма повинна забезпечити вільний вибір студентами основного відділення та відділення спортивного удосконалення навчального матеріалу для вивчення.

У програмах з фізичної культури зазначається, що навчальні відділення є самостійними структурними підрозділами у складі кафедри фізичного виховання. Кожне відділення має керівника, викладачів, робочу програму, графік проходження навчального матеріалу, контрольних іспитів.

У сучасних програмах розділ “Програмний зміст предмету “Фізична культура”” реалізується за допомогою двох взаємопов’язаних і взаємодоповнювальних дидактичних компонентів:

3. Обов’язкового (базового).
4. Елективного (що спирається на базовий та доповнює його).

Навчальний матеріал кожного з компонентів реалізується через такі розділи програми:

1. Теоретичний розділ.
2. Практичний розділ:
 - фізична підготовка;
 - методична підготовка;
 - професійно-прикладна фізична підготовка;
 - лікувальна фізична культура;
 - індивідуальна підготовка.
3. Контроль.

Розділ “Керівництво фізкультурною роботою у ВНЗ” вперше зустрічається в програмах 30-х років, потім у програмі 1948 року та в сучасних програмах.

Як показав аналіз програм, загальне керівництво фізкультурною роботою у ВНЗ покладається на адміністрацію, зокрема на ректора.

Безпосереднє керівництво здійснюють:

1. Кафедра фізичного виховання.
2. Спортивний клуб.

Як показав аналіз, у більшості програм з фізичної культури є розділ “Розподіл навчальних годин”. У чотирьох програмах указується тільки

кількість годин, які відводяться на фізичну культуру на тиждень. В усіх інших є чіткий розподіл годин за розділами програми.

Загальна кількість годин, що відводяться на фізичну культуру за весь період навчання, досить різна і має тенденцію до збільшення.

У програмах 30-х років на фізичну культуру за весь період навчання відводилось у середньому 180 год (60 год за весь навчальний рік). А в післявоєнних та сучасних програмах загальна кількість годин у середньому вже становить 560 год (140 год за весь навчальний рік).

Кількість годин, що відводяться на теоретичну підготовку, у сучасних програмах зростає до 32 – 36 год, а в одній програмі навіть до 64 год від кількості годин у програмах попередніх років – 20 год.

Немає єдиного підходу до розподілу годин на методичну підготовку. Їх кількість коливається від 32 до 132 год за весь період навчання.

Не розподіляються години на професійно-прикладну фізичну підготовку.

Усе вищесказане дає змогу зробити висновок, що даний розділ має бути представлений у програмі чіткою градацією годин за розділами програми і має передбачати не менше 560 год фізичної культури за весь період навчання, що становить не менше 140 год за навчальний рік.

Перейдемо до аналізу теоретичного розділу програм з фізичного виховання. Наш аналіз показав, що теорії завжди надавали чималу увагу, і такий розділ виокремлюється як самостійний вже в програмах 30-х років ХХ століття. Зміст цього розділу традиційний і передбачає використання таких форм подачі матеріалу, як лекції, бесіди під час практичних занять, самостійне опрацювання літературних джерел.

Аналіз програм підтвердив наявність теоретичного розділу в програмах для всіх навчальних відділень. Зазначимо, що в багатьох програмах для спеціальних медичних груп теоретичний матеріал не виступає окремим розділом, хоча з аналізу літературних джерел випливає, що це є необхідною умовою.

Нами виявлено традиційну структуру теоретичного розділу, яку складають:

1. Теоретичний курс для основної групи.

2. Теоретичний курс для спеціальної медичної групи.
3. Теоретичний курс для групи спортивного удосконалення.
4. Елективний компонент теоретичного курсу.

Теми теоретичного курсу для спеціальної медичної групи мають доповнювати теоретичний курс для основної групи.

У кожному з цих підрозділів містяться дві групи тем:

1. Теми для лекційного читання.
2. Теми, які вивчаються в процесі практичних занять.

У програмах останніх років помітною є увага до елективного (регіонального) компонента теоретичного курсу, що підтверджує думку сучасних фахівців з фізичного виховання про те, що в обов'язковому теоретичному матеріалі не враховуються соціально-економічні, екологічні та географічно-кліматичні особливості зон, у яких розташовані навчальні заклади. Тому програма має на давати можливість ВНЗ доповнювати обов'язковий теоретичний матеріал темами, що будуть відображати специфіку закладу, його традиції, матеріальну базу, наявність викладацького складу. Перелік таких тем визначає кафедра фізичного виховання.

Підсумовуючи вищесказане, слід ще раз відзначити, що теоретичний розділ програми з фізичного виховання є обов'язковим для всіх навчальних груп (основна, спеціальна медична, спортивного удосконалення). Однак зміст його має бути різний і відповідати тим завданням, що вирішуються в цих групах.

Перейдемо до аналізу практичного розділу програм з фізичного виховання.

Зміст практичного розділу програм з фізичного виховання в українських ВНЗ змінювався доволі істотно впродовж ХХ століття, що виявлялося у різних співвідношеннях елементів спортивної, військово-прикладної, професійно-прикладної підготовки, рекреаційно-оздоровчих та реабілітаційних вправ.

Як показав аналіз програм повоєнних років та сучасних програм, навчальний матеріал у них виділяється окремо для таких груп:

4. Основна медичної групи.
5. Спеціальна медичної групи.

6. Група спортивного удосконалення.

У кожній з цих груп навчальний матеріал читається з різних напрямків підготовки, а саме:

1. Фізична підготовка.
2. Методична підготовка.
3. Професійно-прикладна фізична підготовка.
4. Індивідуальна підготовка.

Для кожного з цих розділів у програмі виділяється навчальний матеріал обов'язкового та елективного компонента.

За основу навчального матеріалу беруться окремі види спорту, з яких ведуться заняття з фізичного виховання.

Зміст практичного розділу програми має бути спрямований на формування у студентів єдності знань і практичних умінь з фізичної культури, фізичних, психомоторних, професійно важливих якостей, рухових умінь та навичок, активне використання яких необхідне для організації здорового способу життя.

Підсумовуючи вище сказане, можна зробити висновок про те, що зміст практичного розділу для різних навчальних відділень має бути різний, оскільки вони виконують різні завдання. Зміст практичного розділу має носити оздоровчий характер. Студенти всіх навчальних відділень, крім спеціальної медичної групи, повинні мати можливість самостійно вибирати навчальний матеріал (вид спорту) для вивчення.

Розглянемо зміст розділу “Контроль”. Так, контрольні нормативи фізичної підготовленості відображають зміст практичного розділу програм. На підставі отриманих даних ми зробили висновок, що вимоги до виконання контрольних нормативів зростають порівняно з програмами попередніх років. Наприклад, для виконання нормативу з підтягування в 30-х роках пропонувалося виконати його 4 – 6 разів в залежності від програми, у післявоєнні роки – 10 разів, а в сучасних програмах – 13 – 15 разів. Така ж картина прослідковується у складанні інших нормативів. Це говорить про те, що зміст програм з фізичного виховання та процес фізичної підготовки студентів постійно вдосконалюється.

Як показав аналіз, у програмах з фізичного виховання контрольні нормативи укладені за окремими групами: основна навчальна група, спеціальна медична група, група спортивного удосконалення.

Контрольні нормативи обов'язково мають бути розроблені за всіма розділами програми: фізична підготовка, методична підготовка, професійно-прикладна фізична підготовка.

Структура оцінки контрольних нормативів у різних програмах різних років є різна. Так, у програмах 30-х років ставляться різні вимоги до виконання контрольного нормативу за роками навчання. У сучасних програмах найчастіше ставляться однакові вимоги до виконання контрольного нормативу незалежно від року навчання на оцінку “відмінно”, “добре”, “задовільно”.

Найбільш досконала структура оцінювання за контрольним нормативами рекомендується в програмі 1975 року. Наприклад, оцінювання нормативу з підтягування має такий вигляд (табл. 3.2):

Контрольні нормативи в групах спортивного удосконалення добираються з урахуванням специфіки виду спорту. Вони мають ту ж структуру оцінювання, що і в основній групі.

Таблиця 3.2

Контрольні нормативи в групах спортивного удосконалення

Курс	“3”	“4”	“5”
I	7	9	10
II	9	10	11
III	10	11	12
IV	11	12	13

Тільки оцінювання з профільної вправи проводиться за виконанням спортивних розрядів. Наприклад, оцінювання з плавання має такий вигляд (табл. 3.3).

Кількість таких нормативів коливається від чотирьох до семи в залежності від виду спорту.

Крім того, у програмі обов'язково наводяться контрольні нормативи, виконання яких є необхідною умовою для зарахування в групи спортивного удосконалення.

Таблиця 3.3

**Контрольні нормативи для зарахування в групи спортивного
удосконалення**

<i>Курс</i>	“3”	“4”	“5”
<i>I</i>	-	III	III-II
<i>II</i>	III	III-II	II
<i>III</i>	III-II	II	II-I
<i>IV</i>	II	II-I	I

Перелік цих контрольних нормативів розробляється відповідно до специфіки виду спорту. Їх кількість також коливається від чотирьох до семи в залежно від виду спорту.

Як висновок зазначимо, що контрольні нормативи у програмах з фізичної культури для всіх навчальних відділень мають розробляти окремо за всіма розділами програми. Система оцінювання має посилювати інтерес студентів до занять фізичною культурою та підтримувати постійну потребу у спортивному вдосконаленні. У програмі з фізичної культури має бути встановлена чітка кількість контрольних нормативів, які необхідно скласти студентам.

На закінчення зазначимо, що в програмах має бути розроблений приблизний мінімальний тижневий руховий обсяг занять окремими фізичними вправами (для студентів основної та підготовчої медичних груп) окремо для хлопців та дівчат.

Крім цього, програма повинна містити список літературних джерел для самостійного їх вивчення та мінімальний орієнтовний перелік типового обладнання і спортивного інвентаря, який потрібний для засвоєння навчального матеріалу.

У додатках до програми з фізичного виховання має бути наведений єдиний зразок “Паспорту здоров’я” та щоденника самоконтролю.

Висновки до третього розділу

1. Аналіз програм дозволив виділити п’ять періодів розвитку програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання студентів, зумовлених соціально-історичними, військово-політичними, економічними, загальноосвітніми та культурними умовами відповідного часового відтинку

історії. Це, зокрема, такі періоди: 20-х років; 30-х років; 40–50-х років; 60–80-х років ХХ століття та сучасний пострадянський період. Кожен період мав свої характерні особливості, пов'язані з стратегічними державними завданнями, які ставилися загалом перед галуззю фізичної культури. В програмному забезпеченні 20-х років ХХ ст. спостерігалась воєнізована спрямованість фізичних вправ та виразне нехтування спортом як ефективним засобом фізичного виховання. Основна увага у фізичному вихованні приділялася дихальним вправам та коригувальним вправам. На зміст навчальних програм з фізичного виховання студентів на початку 30-х років істотно вплинуло запровадження в державі комплексу ГПО та введення фізичного виховання обов'язковою дисципліною в навчальні плани вищої школи України. Програмно-нормативні основи продовжують базуватися на військовій спрямованості системи фізичного виховання колишнього Радянського Союзу. Вперше в програмному забезпеченні виділяється навчальний матеріал для основної групи, групи спортивного удосконалення й спеціальної медичної групи та вводиться теоретичний розділ з фізичного виховання. В післявоєнні періоди істотно зростає кількість годин для загального курсу з фізичного виховання: з 180 годин у 1933 році до 640 годин у 1948 році, виокремлюється розділ професійно-прикладної фізичної підготовки, як обов'язкової складової частини фізичного виховання студентів. Програми поряд із воєнною набувають спортивної спрямованості. У більшості авторських (вузівських) програм пострадянського періоду, які потрапили в коло нашого аналізу, спостерігається тенденція до збільшення частки вправ оздоровчого характеру. Нового трактування набувають розділи “Планування та облік роботи” та “Залік з фізичного виховання”. В програмах істотно розширюється кількість видів рухової активності для студентів різних груп та різного рівня підготовленості. Вперше з'являються в програмах і користуються популярністю шейпінг, стретчинг, спортивні танці, спортивне орієнтування, різні види національних єдиноборств. Розширюється роль та значення професійно-прикладної фізичної підготовки. Для більшості програм характерне чітке опрацювання змісту практичного розділу для спеціальних медичних груп.

Аналіз програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання студентів протягом тривалого історичного періоду засвідчує їх еволюційний розвиток, відносну стабільність структури та помітну різницю в змісті програмного матеріалу, спрямованості процесу фізичного виховання, кількісних параметрах навчального навантаження.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

1. За даними науково-методичної літератури встановлено, що однією із найактуальніших проблем подальшого розвитку системи фізичного виховання в Україні є вдосконалення програмно-нормативних основ. Важливою складовою програмно-нормативних засад є наявність державних програм фізичного виховання, які містять науково обґрунтовані завдання та засоби фізичного виховання, комплекси рухових умінь і навичок для засвоєння щодо конкретного контингенту, переліки відповідних норм та вимог. Сучасний процес фізичного виховання студентської молоді характеризується відсутністю типової (базової) програми. Водночас, в літературі майже недослідженими залишаються питання розвитку вітчизняних програмно-нормативних основ фізичного виховання студентів в історико-методологічному аспекті, що може слугувати неабияким підґрунтям для оптимізації програмно-методичного забезпечення навчально-вихованого процесу у вищій школі України. Навчальні програми з фізичного виховання повинні визначають мінімальний обсяг знань, умінь та навичок, що підлягають засвоєнню за роками навчання і сприяють розвитку особи відповідно до державних вимог у цій галузі, та вирішувати комплекс виховних, оздоровчих, освітніх та розвиваючих завдань.
2. Результати історико-порівняльного аналізу показали, що зміст, структура, цільова спрямованість навчальних програм з фізичного виховання для студентів закладів вищої освіти України розвивалися еволюційним шляхом, зберігаючи відносну стабільність у структурі й помітно відрізняючись за змістом програмного матеріалу, метою і завданнями фізичного виховання, кількісними параметрами навчального навантаження.
3. У процесі дослідження виявлено п'ять періодів розвитку програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання студентів, зумовлених соціально-історичними, військово-політичними, економічними, загальноосвітніми та культурними умовами відповідного часового відтинку історії. Це, зокрема, такі періоди: 20-х років; 30-х років; 40–50-х

років; 60–80-х років XX століття та сучасний пострадянський періоди. Кожен період мав свої характерні особливості, пов'язані з стратегічними державними завданнями, які ставилися загалом перед галуззю фізичної культури.

4. Узагальнення характерних тенденцій формування і укладання навчальних програм з фізичного виховання для студентів дозволило визначити, що навчальні програми з фізичного виховання в умовах сьогодення повинні мати оздоровчу спрямованість; враховувати інтереси та уподобання учасників навчально-виховного процесу; відповідати регіональним традиціям; матеріальним, кліматичними та природним умовам та максимально враховувати майбутню професію студентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєва, О. В. Фізична рекреація різних груп населення : монографія. 2014. НУФВСУ. 268 с.
2. Андрєєва, О. В. Історичні, теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2015. (2), 19-23.
3. Берест, О. О. Особливості організації рекреаційної діяльності в системі фізичної культури та спорту. *Збірник наукових праць [Херсонського державного університету]. Педагогічні науки*, 2016. (72 (2)), 67-71.
4. Булавенко Ю.К. Фізичне виховання у схемах: навчально-методична розробка для студентів, викладачів і тренерів закладів фахової передвищої освіти. Ніжин. 2020, 104 с.
5. Булавенко Ю.К., Лисенко М.М., Організація самостійної роботи студентів з дисципліни «Фізичне виховання»: методичні рекомендації для студентів закладів фахової передвищої освіти. Ніжин. 2020, 66 с.
6. Бурень Н. Дозування фізичних навантажень студентів під час самостійних занять фізичним вихованням. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Збірник наукових праць*. – Луцьк, 2015. – С.197-200.
7. Вацеба О.М. Нариси з історії західноукраїнського спортивного руху. Івано-Франківськ : Лілея - НВ, 1997. 232 с.
8. Використання кейс-методів у навчальному процесі / С.В. Іванов та ін. *Наукові праці НУХТ*. 2012. № 3. С. 107-112
9. Вовк В.М. Пути совершенствования физического воспитания студентов. Луганск : Изд. ВУГУ, 2000. – 176 с.
10. Гостішев В. М., Сватъєв А. В., Богдановська Н. В. Оздоровчі види фізичної культури: навчальний посібник. Запоріжжя: Запорізький НУ, 2010. 180 с
11. Деделюк Н.А. Наукові методи дослідження у фізичному вихованні: навч. посібник для студентів. Луцьк: ВНУ імені Лесі Українки, 2009. – 198с.

12. Деделюк Н.А. Організація масових фізкультурно-спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання: навч. посібник для самостійної роботи студентів. Луцьк: ВНУ імені Лесі Українки, 2008. – 78с.
13. Драчук А., Романенко В. Шляхи підвищення фізичної підготовленості студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Збірник наукових праць*. – Луцьк, 2015. – С.212-215.
14. Дубенчук А. Фізична культура: змінюємо пріоритети. *Фізичне виховання в школі*. 1999. № 2. С. 36 – 40.
15. Гнітецька Т. В. Теорія та методика фізичного виховання. Практикум: навчальний посібник для студентів закладів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 296 с.
16. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології: навч. посібник. Київ: Академвидав, 2004. 352 с.
17. Іващенко В.П., Безкопильний О.П. Теорія і методика фізичного виховання: Підручник. Ч.1. Черкаси: Видавництво, 2006. 420 с.
18. Іващенко В.П., Безкопильний О.П. Теорія і методика фізичного виховання: Підручник. Ч.2. Черкаси: Видавництво ЦНТЕІ, 2006. 467 с.
19. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства. К. : ІЗМН, 1999. 70 с.
20. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. ВНЗ. - К.: Олімпійська література, 2008. – 393 с.
21. Козіброцький С.П. Ретроспективний аналіз змісту практичного розділу програм з фізичного виховання для студентської молоді. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Л. : Вид. дім “Панорама”, 2002. Вип. 6. Т 1. С. 47–52.
22. Козіброцький С.П. Програмно-нормативні основи фізичного виховання студентів (історико-методологічний аналіз) : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту. Львів, 2002. 16 с.

23. Литвиненко О. М., Твеліна А. О. Організація та методика масової оздоровчої фізичної культури : навчально-методичний посібник. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2016. 130 с.
24. Педагогічні технології в підготовці вчителів : навчальний посібник / кол. авторів ; за ред. І. Ф. Прокопенка. 3-є вид., допов. і переробл. Харків : ХНПУ, 2018. 457 с.
25. Рибалко П.Ф., Гвоздецька С.В., Прокопова Л.І. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2016, № 3 (57). С. 156-161.
26. Савицкий П.Ф. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи. Київ: КДІФК, 1992. 32 с
27. Сергієнко В. М., Полтавцева Т. І. Технології організації спортивно-масової і фізкультурнооздоровчої роботи: навч. посібн. для студентів спец. “Фізична культура”. 2-е вид., перероб. і доп. Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2008. 164 с.
28. Солтик О.О. Формування професійної надійності майбутніх вчителів фізичної культури: теорія і практика: монографія. – Хмельницький: ХНУ, 2018. –371с.
29. Суббота В. В. Оздоровчі рухові програми самостійних занять фізичною культурою і спортом: практичний посібник. Випуск 1. Київ: Кондор, 2011. 164 с.
30. Сучасні здоров’язберезувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. Харків : Оригінал, 2018. 724 с.
31. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / Черненко С. О. – Краматорськ : ДДМА, 2021. – Частина 1. – 215 с.
32. Теорія і методика фізичного виховання: в 2-х томах. / Під ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2012. Т.1. 392 с.

33. Теорія і методика фізичного виховання: в 2-х томах. / Під ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2012. Т.2. 368 с.
34. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів, «Фест-Прінт». 2017. 179 с.
35. Усик С.Л., Богданович Л.М. Інноваційні технології навчання: метод. реком. Волинь: Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Волинської області, 2019. 22 с.
36. Фізична культура : програма для середніх і спеціальних навчальних закладів УРСР / І.Г. Ніколенко, О.О. Шевченко. К., 1991. 36 с.
37. Фізична культура (для студентів всіх спеціальностей) : програми технікумів, училищ, коледжів / В.О. Кузнєцов, Ю.І. Тупиця : проект. К., 1992. 39 с.
38. Фізична культура : Програма для вузів I – II рівнів акредитації / В.В. Столітенко, В.О. Рощенко. К., 1996. 31 с.
39. Фізичне виховання : Програма та методичні вказівки (для викладачів та студентів) / Б.А. Леко, М.В. Мандрик. : проект. Чернівці, 2001. 50 с.
40. Фізичне виховання : базова навчальна програма для вузів України III–IV рівнів акредитації : проект. К., 1998. 25 с.
41. Фізичне виховання : програма для студентів медичних училищ України. К., 1999. 25 с.
42. Фізичне виховання : програма для професійно-технічних навчальних закладів / В.О. Рощенко, Я.Т. Гаврих, В.В. Столітенко. К., 1999. 29 с.
43. Фізичне виховання : комплексна робоча програма для вищих педагогічних навчальних закладів III–IV рівнів акредитації / авт.-укл. А.І. Шматкова, Н.Д. Шошура, О.Р. Сидоренко, Т.Є. Криводуд. : проект. К. : НМЦ ВО; Суми : СумДПУ, 2001. 163 с.
44. Фотинюк В.Г. Інтегративний підхід у вирішенні завдань професійно-прикладної фізичної підготовки студентів. Збірник наукових статей II Міжнародної конференції “Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи”. – Дрогобич: Коло, 2013. – С.359-364.

45. Цибульська В. В., Безверхня Г. В. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. Посібник. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.
46. Шалепа О. Г., Золочевський В. В. Організація та методика проведення масових фізкультурно-спортивних заходів у системі фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в навчальних закладах: навч. посіб. Харків : Харк. гуманітарно-педагогічний ін-т, 2008. 120 с. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів [Текст] : підруч. для студ. ВНЗ. [Частина 1, 2]. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2001, 2006. Ч.1 272 с. Ч. 2. 247 с.
47. Шиян Б.М., Омеляненко І.О. Теорія і методика фізичного виховання школярів школярів [Текст] : навч. посіб. Ч. 2 . Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2012. 304 с.
48. Яловик В. Т., Сергієнко В. М.. Інноваційні технології викладання легкої атлетики у вищих навчальних закладах: моногр.— Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. – 228 с.