

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Історія фізичної культури

Освітня програма Фізична культура і спорт
перший (бакалаврський) рівень
Спеціальність А7 Фізична культура і спорт
Галузь знань А Освіта

Затверджено на засіданні кафедри
спортивно-педагогічних дисциплін
Протокол № 1 від “26” серпня 2025 р.

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Історія фізичної культури
Викладач	Тягур Роман Степанович - кандидат педагогічних наук, доцент
Контактний телефон викладача	+380969198380
E-mail викладача	tyagur.roman@gmail.com
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/
Консультації	Консультації здійснюються згідно розкладу, який затверджується на кафедрі спортивно-педагогічних дисциплін на початку семестру. Асинхронна комунікація здійснюється впродовж усього періоду вивчення дисципліни, в межах робочого часу на https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/

2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна призначена для студентів I (бакалаврського) рівня спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» та покликана прищепити студентам знання про генезис фізичної культури і спорту в Україні, зарубіжних країнах; поширення вправ, засобів, форм, методів, ідей, теорій і систем фізичного виховання; вміння розглядати їх в історичному аспекті суспільно-політичних, економічних процесів на всіх етапах розвитку людського суспільства. На основі співставлення та аналізу нагромадженого історичного досвіду, шляхів розвитку фізичної культури і спорту використовувати його в сучасній практиці фізичного виховання і спорту України. Сформувати систему знань у студентів щодо витоків, закономірностей і специфічних принципів розвитку олімпійського руху, розвивати професійну самосвідомість, виховувати морально-етичні та ідейно-патріотичні переконання майбутніх фахівців, прищеплювати усвідомлення причетності до світової історичної спадщини

3. Мета і завдання навчальної дисципліни

Формувати систему знань щодо виникнення і розвитку засобів, форм, методів, ідей та теорій фізичного виховання і спорту; розвивати професійну самосвідомість майбутніх фахівців; виховувати морально-етичні та ідейно-патріотичні переконання фахівців, усвідомлення причетності до світової історичної спадщини та традицій в галузі фізичної культури; навчити практичних навичок роботи з історичною і науковою літературою, критичного осмислення документів та першоджерел; прищеплювати фахівцям навички наукового аналізу, що забезпечать самостійне осмислення закономірностей історичного розвитку фізичної культури і спорту; сформувати уміння застосовувати набуті знання у професійній діяльності, для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту, оцінки спортивних явищ і подій.

4. Програмні компетентності та результати навчання

Інтегральна компетентність - бакалавр фізичної культури і спорту здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у галузі фізичної культури і спорту, у тренерській діяльності в обраному виді спорту, та у процесі навчання, що передбачає застосування теоретичних та методичних аспектів з фізичного виховання і спорту.

Загальні компетентності:

ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.

ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

Фахові компетентності:

ФК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.

ФК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.

Програмні результати навчання

ПРН1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспектива розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критичні проблеми у галузі та на межі галузей знань.

ПРН12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни			
Форма заняття	Загальна кількість годин 90		
лекції	12		
практичні заняття	18		
самостійна робота	60		
Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативна/вибіркова
1	A7 Фізична культура і спорт	1	Нормативна

Тематика навчальної дисципліни

Теми	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота
Тема 1. Історія фізичної культури як навчальна та наукова дисципліна	2	2	10
Тема 2. Фізична культура у родовому суспільстві (3 млн. – 4 тис. р. до н. е.).	2	2	10
Тема 3. Фізична культура країн Стародавнього Сходу, Античної Греції, Риму, Північного Причорномор'я, стародавніх слов'ян	2	4	10
Тема 4. Фізична культура в епоху феодалізму (476–1492 pp.) .	2	2	10

Тема 5. Фізична культура у перший період нової історії (1492–1783 рр.).	2	4	10
Тема 6. Фізична культура у другий період нової історії (1775/1783–1914/1918 рр.). Виникнення національних систем фізичного виховання.	2	4	10
Всього	12	18	60

6. Система оцінювання навчальної дисципліни.

Підсумкова оцінка з дисципліни формується з урахуванням **поточної навчальної діяльності та екзамену.**

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне заняття	30
Самостійна робота	10
Індивідуальне завдання	10
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Види навч. роботи	Графік навчального процесу						Разом
	Номер практичного заняття					КСР	
	1-2	3-4	5-6	7-8	9		
ТК, УВ,Т	100	100	100	100	100		30
СР	100	100	100	100	100	100	10
ІЗ	100	100	100	100	100		10
Екзамен							50
Разом							100

Примітка. Позначено:

ТК – тестовий контроль знань;

УВ – усна відповідь;

Т – термінологія;

СР – самостійна робота;

ІЗ – індивідуальне завдання;

КСР - контроль самостійної роботи.

Підсумкова оцінка з дисципліни формується з урахуванням **поточної навчальної діяльності (максимальна кількість балів за поточну навчальну діяльність становить 50 балів)** та **екзамену (максимальна кількість балів за екзамен становить 50 балів).**

Оцінювання відповідей студентів на практичних заняттях відбувається за **100 бальною шкалою**. По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок на практичних заняттях у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,3, відповідно – максимальний бал за усі отриманні оцінки на практичних заняттях у підсумку може скласти **30 балів**. Оцінка за **поточну навчальну діяльність** складається із математичної суми балів за **роботу на практичних заняттях** (максимально – 30 балів), отриманих балів за **самостійну роботу** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал за самостійну

роботу може скласти 10 балів), оцінки за **виконання індивідуального завдання** (оцінка виставляється у 100 - бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал може скласти 10 балів). **Максимальна кількість балів за поточну навчальну діяльність становить 50 балів.**

Умови допуску до екзамену. Студент допускається до екзамену за умови:

1. Виконання на практичних заняттях всіх видів робіт, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни, виконання самостійної роботи та індивідуальних завдань.

2. Відпрацювання пропущених занять.

Екзамен передбачає складання **письмового тестування** на паперових носіях. **Максимальна кількість балів за екзамен становить 50 балів.**

Під час виставлення **підсумкової оцінки** враховується рівень теоретичних знань та практичних навичок з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, написання рефератів, опрацювання завдань, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.

Тестовий контроль рівня знань студентів проводиться під час кожного практичного заняття і реалізується в системі дистанційного навчання або на паперових носіях. Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на кожному практичному занятті, становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей). Проходження всіх тестових завдань є обов'язковим для кожного студента.

На кожному практичному занятті студент може отримати оцінку за **усну відповідь** (УВ), участь у дискусії, згідно контрольних запитань, розв'язуванні проблемних ситуацій тощо. Під час підготовки до практичних занять здійснюється розвиток у студента навичок самостійної роботи над навчальним матеріалом, першоджерелами, запам'ятовування базових термінів, уміння здійснювати інтелектуальні операції. Максимально можлива кількість балів під час кожного заняття – 100

Контроль знання термінології здійснюється на практичних заняттях. Для цього студент має самостійно вивчити базові терміни у відповідності до тем. У методичних рекомендаціях щодо організації самостійної роботи вказуються терміни та їх визначення, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності. Контроль знання термінології реалізується шляхом усної відповіді. Максимально можлива кількість балів, яку студент може набрати під час усної відповіді з базових термінів – 100.

Оцінка **самостійної роботи студентів** здійснюється шляхом тестування, згідно з навчальним матеріалом, що виноситься на **самостійну роботу** та виконання **індивідуальних завдань**.

Максимальна кількість балів за кожен вид роботи становить – **10 балів**.

Індивідуальне завдання (ІЗ) є обов'язковим для виконання кожним студентом. Реалізується виконання індивідуального завдання шляхом підготовки та оприлюднення презентації-доповіді згідно обраної тематики.

Тематика для індивідуальних завдань є розроблена у відповідності до актуальних питань галузі та згідно програмового матеріалу навчального предмету.

Можливе формулювання індивідуальної теми за межами пропонованої тематики з урахуванням бажання студентів, згідно їх умінь, навичок та уподобань, імовірного майбутнього працевлаштування, а також спортивної спеціалізації. Відбувається це за результатами індивідуальної співбесіди.

Максимально можлива кількість балів за індивідуальне завдання -100.

Індивідуальні завдання оприлюднюються у вигляді доповіді - презентації на відповідному практичному занятті згідно встановлених дат і термінів. Якщо індивідуальне завдання не було представлено вчасно без поважної причини, отримати максимальну кількість балів неможливо.

Контроль самостійної роботи (КСР) відбувається згідно затвердженого університетом графіка навчального процесу за розкладом.

Для цього студент має самостійно опрацювати програмові питання у відповідності до теми. З темами, які виносяться на контроль самостійної роботи, студент знайомиться на початку семестру. У методичних рекомендаціях щодо організації самостійної роботи вказується тема (и), перелік програмових питань, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності. Контроль самостійної роботи реалізується шляхом проходження тестування на платформі дистанційного навчання, паперових носіях або усно.

Максимально можлива кількість балів, яку студент може набрати під час тестового контролю самостійної роботи – 100.

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

90-100 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.

80-89 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

70-79 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою, допускаючи незначні помилки.

60-69 балів – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово; ознайомлений з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді плутає поняття, непереконливо відповідає, додаткові питання викликають невпевненість; планує та виконує частину завдань з допомогою викладача.

50-69 балів – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

Менше 50 балів – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

7. Політика навчальної дисципліни

Академічна доброчесність	Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету: ➤ Наказ 255 від 31.03.2025 про внесення змін до складу Комісії з питань етики і академічної доброчесності ➤ Наказ 1099 від 31.12.24р. Про зміну в складі Комісії з етики та академічної доброчесності ➤ Наказ №529 від 27.09.2022 р. “Про внесення змін і доповнень до діючих положень університету” ➤ Наказ №530 від 27.09.2022 р. “Про введення в дію нової редакції Кодексу честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника” ➤ Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. ➤ Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника. ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. ➤ Наказ 1093 про створення комісії ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника ➤ Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності” ➤ Корисні посилання ➤ Національне агентство із забезпечення якості вищої освіти: https://naqa.gov.ua/академічна-доброчесність/ ➤ Ініціатива академічної доброчесності та якості освіти https://academiq.org.ua/
--------------------------	--

	➤ Закон України “Про запобігання корупції” – https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18 ➤ Закон України «Про внесення змін до Закону України “Про запобігання корупції” щодо викривачів корупції» – https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/198-IX ➤ Викривачі корупції (відповіді на поширені запитання на сайті Національного агентства з питань запобігання корупції) – https://nazk.gov.ua/uk/departament-organizatsiyi-roboty-iz-zapobigannya-ta-vyyavlennya-koruptsiyi/metodychni-rekomendatsiyi/ ➤ Вебінари “Академічна доброчесність” – https://academiq.org.ua/vebinari-akademichna-dobrochesnist/ ➤ Інформаційні бюлетені “Академічна доброчесність Infobulletin” в межах проєкту сприяння академічній доброчесності в Україні (Strengthening Academic Integrity in Ukraine Project – SAIUP) – https://academiq.org.ua/novyny/informatsiini-bulleteni/ Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/
Пропуски занять (відпрацювання)	Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.): Пропуски семінарських, практичних, лабораторних занять відпрацьовуються в обов’язковому порядку. Студент зобов’язаний відпрацювати пропущене заняття, щоб бути допущеним до здачі екзамену. Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7. Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019)» – стор. 4-5. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Невідповідна поведінка під час заняття	Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» – ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується « Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника » (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
--------------------	---

8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Підручники, навчальні посібники, електронні ресурси (доступні в локальній мережі університету), дистанційна технологія навчання, мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми, таблиці).
Література Основна 1. Балущок В.Г. Обряди ініціацій українців та давніх слов'ян. Львів – Нью-Йорк : Видавництво М. П. Коць, 2020. 85–101 с. 2. Бондар А.С., Приходько Г.І. Історія фізичної культури: навч. посібн. Харків: ХДАФК, 2019. 220 с. 3. Вербицький В.А., Бондаренко І.Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні: навч. посібн. Миколаїв: ЧДУ ім. Петра Могили, 2020. 340 с. 4. Гнатюк В. Народні оповідання про опришків :Етнографічний збірник. Львів, 1910. т. XXVI. 5. Донесення венеціанця Альберта Віміна про козаків і Богдана Хмельницького. Київська старовина. № 1. 1900. 6. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / за ред. Булатової М. М.. К. : Олімпійська л-ра, 2009. 400 с. 7. Закон України “Про фізичну культуру і спорт”. К., 1994. 22 с. 8. Каляндрук Т. Згадки козацьких характерників. Львів : ЛА “Піраміда”, 2019. 8 с. 9. Каляндрук Т. Таємниці бойових мистецтв України .Львів : ЛА “Піраміда”, 2003. 275 с. 10. Кащенко А. Оповідання про славне Військо Запорозьке Низове. Дніпропетровськ : Січ, 1991. 320 с. 11. Пилат В. С. Бойовий гопак . Львів : Галицька Січ, 1994. 281 с. 12. Приступа Є. Народна фізична культура українців. Львів , 1995. 254 с.. 13. Сірополко С. Історія освіти на Україні. Львів, 1937. 5–9 с. 14. Тягур Р. С. Історія олімпійського руху : базові терміни, таблиці, схеми .Івано-Франківськ, Видавець В. Дяків. 2020. 275 с. 15. Тягур Р. С., Тягур Т. Р. Історія фізичної культури і олімпійського руху: словник термінів. Івано-Франківськ : Видавець В. Дяків, 2021. 374 с. 16. Тягур Р. С., Тягур Т. Р. Історія фізичної культури і олімпійського руху:180 базових термінів. Івано-Франківськ : Видавець В. Дяків, 2019. 115 с. 17. Тягур Р. С. Історія фізичної культури і спорту : курс лекцій .Івано-Франківськ : Видавець В. Дяків, 2019. 276 с. 18. Тягур Р. С. Історія фізичної культури і спорту : навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ :ТЗОВВГЦ «Просвіта», 2025. 125 с. 19. Цюс А.В. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку XIX ст.: навч. посібн. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. 456 с.	

Додаткова

1. Вацеба О. М. Нариси з історії західноукраїнського спортивного руху: монографія. Івано-Франківськ : Лілея - НВ, 1997. 232 с.
2. Літопис руський / пер. з давньорус. Л. Є. Махновця ; відп. ред. О. В. Мишанич. К. : Дніпро, 1989. 237 с.
3. Мандзяк О.С. Воїнсько-фізичне виховання аріїв. Народні ігри в практиці українських бойових мистецтв. Тернопіль: Мандрівець, 2007. 208 с.
4. Олімпійська хартія: Міжнародний олімпійський комітет. К.: Олімпійська л-ра, 1999. 96 с.
5. Попеску І .К. Малий античний олімпійський словник. К. : Олімпійська л-ра, 1999. 142 с.
6. Тягур Р.С. Жінки в олімпійському спорті. Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. Вип. І. 2005. 16-23 с.
7. Тягур Р.С. Дугчак М.В. Ігри ХХІХ Олімпіади: підсумки, складові українського феномену та уроки для національної збірної України. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. №9. С. 46-54.
8. Філь С. М., Худолій О. М., Малка Г. В. Історія фізичної культури : навчальний посібник . Харків : “ОВС”, 2003. 160 с.
9. Школа О.М., Золочевський В.В. Історія фізичної культури: навч. посібн. Харків: ХГПА, 2013. 217 с.

Викладач:

Роман Тягур