

**ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ «ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»**

Хмельницький фаховий коледж

Циклова комісія з фізичної культури і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор

Хмельницького фахового коледжу
Університету „Україна”



Ольга ПОЛЬОВИК Ольга ПОЛЬОВИК

„01” 09 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА ПРАКТИКИ

ПР 2. Навчальна (професійно-орієнтована) практика

(шифр і назва навчальної дисципліни)

для здобувачів освіти

спеціальності A7 Фізична культура і спорт
(шифр і назва спеціальності (тей))

галузь знань A Освіта
(шифр і назва галузі знань)

освітнього рівня фаховий молодший бакалавр
(назва освітнього рівня)

освітня програма Фізична культура і спорт
(назва освітньої програми)

Хмельницький 2025 рік

Робочу програму навчальної (професійно-орієнтованої) практики складено на підставі [Положення про практичну підготовку здобувачів фахової передвищої освіти у навчально-виховних підрозділах Університету «Україна»](#), освітньої програми «Фізична культура і спорт» рівня фахової передвищої освіти «фаховий молодший бакалавр» спеціальності А7 Фізична культура і спорт

Розробники:

Дрюков Олександр Володимирович – спеціаліст вищої категорії, викладач циклової комісії з фізичної культури і спорту

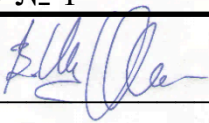
Пуча Володимир Іванович – спеціаліст вищої категорії, викладач циклової комісії з фізичної культури і спорту

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичної культури і спорту

Протокол від „28” серпня 2025 року № 1

Голова циклової комісії

З фізичної культури і спорту



Володимир ПУЧА

(підпис)

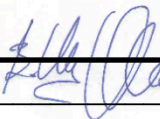
(прізвище та ініціал)

Робочу програму погоджено з керівником групи з розробки і розвитку освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт»

Керівник групи з розробки і

розвитку ОПП Фізична культура і спорт

„29” серпня 2025 року



Володимир ПУЧА

Програму практики перевірено

Завідувач відділу освітньої діяльності

Хмельницького фахового

коледжу Університету «Україна»

„29” серпня 2025 року



Наталія ЛУЦКЕВИЧ

Пролонговано:

на 20_/20__ н.р. _____ (_____) _____, «___» 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ІПШ)

на 20_/20__ н.р. _____ (_____) _____, «___» 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ІПШ)

на 20_/20__ н.р. _____ (_____) _____, «___» 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ІПШ)

на 20_/20__ н.р. _____ (_____) _____, «___» 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ІПШ)

Матеріали до курсу розміщено на сайті Інтернет-підтримки освітнього процесу <http://vo.uu.edu.ua/> за адресою:

1. ОПИС ПРАКТИКИ

Найменування показників	Характеристика практики за формами здобуття освіти	
	денна	заочна
Вид практики	навчальна (професійно-орієнтована)	
Загальний обсяг кредитів / годин	6 / 180	
Курс	2 (3)	2
Семестр	3-4-й	3-4-й
Кількість змістових компонентів	3	
Тривалість (у тижнях)	4	4
Форма семестрового контролю	д.залік	

2. БАЗИ ПРАКТИКИ

Відокремлений структурний підрозділ закладу вищої освіти «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» Хмельницький фаховий коледж.

3. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРАКТИКИ

Анотація практики. Навчальна (професійно-орієнтована) практика є невід'ємною складовою професійної підготовки здобувачів фахової передвищої освіти, які навчаються за спеціальністю A7 Фізична культура і спорт.

Навчальна (професійно-орієнтована) практика - необхідний етап у підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту. Вона проходить в умовах максимально наближених до справжніх умов майбутньої професійної діяльності. Практична діяльність спонукає студентів шукати питання щодо змісту, методів і форм професійної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту, а саме виконання обов'язків тренера з обраного виду спорту.

Навчальна (професійно-орієнтована) практика спрямована на закріплення знань теоретичного курсу з теорії спортивного тренування та на практичне пізнання закономірностей і принципів професійної діяльності. Вона сприяє інтеграції знань, отриманих студентом під час теоретичного навчання.

На проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики відводиться 6,0 кредитів ЕКСТ (180 годин), тривалість 4 тижні.

Практика розпочинається з проведення обов'язкової для всіх здобувачів передвищої освіти настановної конференції, де вони отримують інструктаж

щодо проходження практики.

Метою навчальної (професійно-орієнтованої) практики є ознайомлення студентів з основними напрямками роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл, функціональними обов'язками посадових осіб навчального закладу, а також елементарними уявленнями про тренерсько-викладацьку діяльність і на цій основі формування інтересу до своєї майбутньої спеціальності.

Завдання практики:

1. Ознайомлення студентів з навчально-тренувальним та виховним процесом в дитячо-юнацькій спортивній школі.
2. Ознайомлення студентів з матеріально-технічною базою дитячо-юнацької спортивної школи.
3. Формування навиків проведення спортивно-масових заходів з юними спортсменами.
4. Формування навиків помічника тренера-викладача.
5. Навчання студентів спостереженню й аналізу навчально-тренувального та виховного процесу в ДЮСШ.

Змістовий модуль 1.

Організаційно-методичний етап навчальної (професійно-орієнтованої) практики майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту.

Тема 1. Настановча конференція з навчальної (професійно-орієнтованої) практики.

Участь в інструктажі з техніки безпеки, вивчення основних правил охорони праці. Ознайомлення з метою та завданнями практики. Вивчення вимог до оформлення звіту про проходження практики та оцінки виконання завдань. Оформлення документів, пов'язаних з проведенням навчальної (професійно-орієнтованої) практики.

Змістовий модуль 2.

Методичний етап навчальної (професійно-орієнтованої) практики майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту.

Тема 2. Організаційна робота.

Знайомство з керівним складом спортивної організації, тренерсько-викладацьким складом, спортивними секціями баз практики та їх спортивно-матеріальним станом. Ознайомлення з діяльністю спортивної організації - об'єкта практики. Ознайомлення з організацією тренувального процесу, структурою і змістом підготовки спортсменів.

Тема 3. Навчально-тренувальна робота.

Ознайомлення з плануванням та обліком роботи груп ДЮСШ. Спостереження і аналіз відкритих тренувальних занять тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального процесу. Ознайомитись з індивідуальними планами вихованців ДЮСШ.

Тема 4. Виховна та спортивно-масова робота.

Надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики. Ознайомитись з організацією та методикою проведення змагань та тестування з фізичної та технічної підготовки. Ознайомитись з планом виховної роботи в ДЮСШ протягом навчального року

Тема 5. Науково-дослідницька робота

Проведення педагогічного аналізу навчально-тренувального заняття.

Аналіз методів тренувального процесу.

Проведення контролю рівня фізичного навантаження на тренуванні за допомогою антропометрії.

Тема 6. Документальне забезпечення праці менеджера.

Роль та місце документальної інформації в управлінні підприємством. Документування та документальне забезпечення діяльності підприємства. Визначення документа. Види документів, з яким працюють та їх види.

Змістовий модуль 3.

Підсумкова-аналітична діяльність здобувача освіти спеціальності „Фізична культура і спорт” за результатами проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики.

Тема 7. Індивідуальне завдання.

Здобувачі освіти виконують сім індивідуальних завдань, а також обов'язкове індивідуальне навчально-дослідне завдання. Тематика індивідуального навчально-дослідного завдання визначається відповідно до порядкового номера здобувача освіти у списку. Як альтернативу виконанню індивідуального навчально-дослідного завдання допускається проходження сертифікаційних курсів з менеджменту на українських та міжнародних освітніх платформах з обов'язковим підтвердженням отриманого сертифіката.

Тема 8. Підготовка звіту про навчальну практику. Захист звіту.

Збір та аналіз матеріалів, отриманих під час практики. Оформлення звіту, відповідно до вимог навчального закладу. Підготовка до захисту звіту: висновки, відповіді на можливі питання.

4. РЕЗУЛЬТАТИ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ, ВІДПОВІДНІСТЬ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИКИ КОМПОНЕНТАМ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ

За результатами проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики здобувачі освіти повинні

знати:

- теоретичні особливості проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно-спортивних, оздоровчих заходів;
- будову та функціонування організму людини для ефективної розробки індивідуальних та групових оздоровчих, навчально-тренувальних програм;

- застосування методів, засобів, прийомів та організаційних форм під час організації і проведення фізичної культури і спорту;
- аналіз проявів психоемоційного стану людини під час і після занять фізичною культурою і спортом;
- **вміти:**
- здійснювати контроль стану організму під впливом фізичних навантажень за функціональними показниками;
- здійснювати планування та контроль навчально-виховного процесу в умовах школи;
- здійснювати керівництво пізнавальною діяльністю школярів: висувати та вирішувати освітні виховні та оздоровчі задачі, свідомо вибирати та застосовувати засоби, форми та методи навчання руховим діям, вихованню фізичних якостей;
- самостійно проводити виховну роботу з учнями та спрямовувати процес їх самовиховання (використовувати різноманітні методи та прийоми педагогічного впливу), пропагувати фізичну культуру та спорт серед школярів та їх батьків;
- вивчати та формувати особливості школяра, колектив учнів з урахуванням вікових та індивідуально-типологічних та соціально-психологічних особливостей умов проведення занять фізичними вправами;
- аналізувати та узагальнювати передовий педагогічний досвід у сфері фізичної культури та спорту.

Список відповідності загальних програмних компетентностей компонентам освітньої програми

ЗК 3. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 8. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Список відповідності спеціальних (фахових) програмних компетентностей компонентам освітньої програми

СК 2. Здатність до проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно-спортивних, оздоровчих заходів.

СК 4. Здатність до використання знань про будову та функціонування організму людини для ефективною розробки індивідуальних та групових оздоровчих, навчально-тренувальних програм.

СК 6. Здатність до застосування методів, засобів, прийомів та організаційних форм під час організації і проведення фізичної культури і спорту.

СК 7. Здатність до аналізу проявів психоемоційного стану людини під час і після занять фізичною культурою і спортом.

СК 8. Здатність до проведення контролю стану організму під впливом фізичних навантажень за функціональними показниками.

СК 9. Здатність до формування мотивації у фізичному самовдосконаленні.

СК 10. Здатність розв'язувати професійні завдання в умовах

інклюзивного підходу до фізкультурно-спортивної діяльності.

Список забезпечення програмних результатів навчання (ПРН) відповідними компонентами освітньої програми

ПРН 1. Аналізувати особливості розвитку сфери фізичної культури і спорту для удосконалення процесу фізичного розвитку людини.

ПРН 2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією, дотримуватися етики ділового спілкування.

ПРН 3. Обробляти статистичні дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

ПРН 4. Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та саморозвитку.

ПРН 5. Аналізувати та застосовувати передовий досвід колег.

ПРН 6. Застосовувати базові знання із проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці.

ПРН 7. Вміти провадити процес навчання фізичної культури і спорту в різних формах організації занять.

ПРН 8. Дотримуватися вимог охорони праці і безпеки життєдіяльності, правил поведінки на спортивному об'єкті, використання інвентаря та обладнання.

ПРН 9. Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення.

ПРН 10. Зміцнювати особистісне та громадське здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя.

ПРН 11. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми оздоровчої та профілактичної мети, організовувати та проводити спортивні та фізкультурно-оздоровчі заходи.

ПРН 13. Проводити роз'яснювальну роботу серед різних груп населення щодо ведення здорового способу життя.

ПРН 14. Організовувати заняття масовими видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН 15. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомо-фізіологічних особливостей організму людини під час планування занять фізичною культурою і спортом.

ПРН 16. Визначати та здійснювати контроль функціонального, психоемоційного, фізичного станів організму людини до, під час та після занять фізичною культурою і спортом.

ПРН 18. Знати сутність принципів, методів, форм та організації процесу навчання і фізичного виховання людини.

ПРН 19. Аналізувати психологічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичними вправами.

ПРН 20. Використовувати нормативно-правові акти, що регламентують професійну діяльність у сфері фізичної культури і спорту.

ПРН 21. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію інклюзивного фізкультурно-спортивного середовища.

5. СТРУКТУРА ПРАКТИКИ

Навчальна (професійно-орієнтована) практика здобувачів фахової передвищої освіти організовується та проводиться у чотири взаємопов'язані етапи

Етапи проходження практики та види діяльності здобувачів освіти	Розподіл годин між видами робіт
Етап 1. Підготовчо-організаційний етап (проведення настановчої конференції)	
1) проходження інструктажу з охорони праці та техніки безпеки	2
2) ознайомлення здобувачів освіти з метою, завданнями, змістом і календарним планом практики	2
3) вивчення вимог до ведення щоденника практики та оформлення підсумкового звіту	1
4) оформлення організаційної документації, пов'язаної з проходженням навчальної (професійно-орієнтованої) практики	1
Разом	6
Етап 2. Аналітично-ознайомчий етап.	
1) знайомство з керівним складом спортивної організації, тренерсько-викладацьким складом	14
2) знайомство з спортивними секціями баз практики та їх спортивно-матеріальним станом	14
3) ознайомлення з діяльністю спортивної організації - об'єкта практики	14
4) ознайомлення з організацією тренувального процесу, структурою і змістом підготовки спортсменів	12

5) вивчення загального річного плану роботи груп ДЮСШ	12
Разом	66
Етап 3. Практично-аналітичний етап.	
1) ознайомлення з плануванням та обліком роботи груп ДЮСШ	12
2) спостереження і аналіз відкритих тренувальних занять тренерами з виду спорту,	12
3) вивчення процесу підготовки до тренувального процесу	14
4) надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики	12
5) виконання індивідуальних та індивідуальних навчально-дослідного завдання відповідно до програми практики	24
6) систематичного ведення щоденника навчальної (професійно-орієнтованої) практики	4
Разом	78
Етап 4. Підсумково-звітний етап.	
1) систематизація та аналіз матеріалів, зібраних під час проходження практики	4
2) оформлення звіту, відповідно до вимог навчального закладу.	20
3) підготовка до захисту звіту: висновки, відповіді на можливі питання	4
4) захист практики	2
Разом	30
Усього	180

Тематичний план

Назви змістових модулів і видів робіт	Розподіл годин між видами робіт					Форми та методи контролю знань
	У сь о г о	у тому числі				
		Під керівництвом керівника від ЗО	В присутності керівника від бази практик и	Ко нсу льт ації	Без участі керівника	

1	2	3	4	5	6	7
Змістовий модуль 1.						
Організаційно-методичний етап навчальної (професійно-орієнтованої) практики майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту						
Тема 1. Настановча конференція з навчальної (професійно-орієнтованої) практики	6	2			4	складання календарного графіку проходження практики та його узгодження з керівником практики; вивчення методичних рекомендацій до проходження практики
Разом за змістовим модулем 1	6	2			4	
Змістовий модуль 2.						
Методичний етап навчальної (професійно-орієнтованої) практики майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту						
Тема 2. Організаційна робота.	24	8			16	оформлення щоденника практики; збір інформації для звіту
Тема 3. Навчально-тренувальна робота	24	8			16	оформлення щоденника практики; збір інформації для звіту
Тема 4. Виховна та спортивно-масова робота	24	8			16	оформлення щоденника практики; збір інформації для звіту
Тема 5. Науково-дослідницька робота	24	8			16	оформлення щоденника практики; збір інформації для звіту
Тема 6. Документальне забезпечення праці тренера	24	8			16	оформлення щоденника практики; збір інформації для звіту
Разом за змістовим модулем 2	120	40			80	
Змістовий модуль 3.						
Підсумкова-аналітична діяльність здобувача освіти спеціальності „Фізична культура і спорт” за результатами проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики						
Тема 7. Індивідуальне завдання	24	8			16	оформлення щоденника практики; збір інформації для звіту
Тема 8. Підготовка звіту про навчальну (ознайомчу) практику. Захист звіту	30	8			22	підготовка до захисту результатів практики
Разом за змістовим модулем 3	54	16			38	
Усього годин	180	58			122	

Календарно – тематичний план навчальної (професійно-орієнтованої) практики

Тижні		Назва розділу, теми і зміст практики	К-сть год.			Місце та об'єкт проведення	Інструменти, матеріали, та обладнання	Завдання на самостійне опрацювання
№	Дата		всього	ауди-торних	СРС			
1	19.01	Тема 1. Наставочна конференція з навчальної (професійно-орієнтованої) практики. Участь в інструктажі з техніки безпеки, вивчення основних правил охорони праці. Ознайомлення з метою та завданнями практики. Вивчення вимог до оформлення звіту про проходження практики та оцінки виконання завдань. Оформлення документів, пов'язаних з проведенням навчальної (професійно-орієнтованої) практики.	6	2	4	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси	Оформлення щоденника практики.
1	20.01 – 21.01	Тема 2. Організаційна робота. Знайомство з керівним складом спортивної організації, тренерсько-викладацьким складом, спортивними секціями баз практики та їх спортивно-матеріальним станом. Ознайомлення з діяльністю спортивної організації - об'єкта практики. Ознайомлення з організацією тренувального процесу, структурою і змістом підготовки спортсменів.	24	8	16	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси	Оформлення щоденника практики. Збір інформації для звіту.
1	22.01 – 23.01	Тема 3. Навчально-тренувальна робота. Ознайомлення з плануванням та обліком роботи груп ДЮСШ. Спостереження і аналіз відкритих тренувальних занять тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального процесу. Ознайомитись з індивідуальними планами вихованців ДЮСШ.	24	8	16	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси	Оформлення щоденника практики. Збір інформації для звіту..
2	26.01 – 27.01	Тема 4. Виховна та спортивно-масова робота. Надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики. Ознайомитись з організацією та методикою проведення змагань та тестування з фізичної та технічної підготовки. Ознайомитись з планом виховної роботи в ДЮСШ протягом навчального року	24	8	16	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси	Оформлення щоденника практики. Збір інформації для звіту.
2	28.01 – 29.01	Тема 5. Науково-дослідницька робота Проведення педагогічного аналізу навчально-тренувального заняття. Аналіз методів тренувального процесу. Проведення контролю рівня фізичного навантаження на тренуванні за допомогою антропометрії.	24	8	16	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси	Оформлення щоденника практики. Збір інформації для звіту..

3	30.01 – 02.02	Тема 6. Документальне забезпечення праці менеджера. Роль та місце документальної інформації в управлінні підприємством. Документування та документальне забезпечення діяльності підприємства. Визначення документа. Види документів, з яким працюють та їх види.	24	8	16	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси	Оформлення щоденника практики. Збір інформації для звіту.
3	03.02-06.02	Тема 7. Індивідуальне завдання. Усі здобувачі освіти виконують 7 індивідуальних завдань. Також кожен здобувач освіти виконує індивідуальне навчально-дослідне завдання. Тема обирається згідно порядкового номеру у списках здобувачів освіти.	24	8	16	Аудиторія	Дошка, підручники, інтернет-ресурси, калькулятор	Оформлення щоденника практики. Збір інформації для звіту..
4	09.02-13.02	Тема 8. Підготовка звіту про навчальну практику. Захист звіту. Збір та аналіз матеріалів, отриманих під час практики. Оформлення звіту, відповідно до вимог навчального закладу. Підготовка до захисту звіту: висновки, відповіді на можливі питання.	30	8	22	Аудиторія	Підручники, інтернет-ресурси, телевізор, ноутбук	Підготовка до захисту щоденника практики.
Всього			180	58	122			

6. ЗМІСТ ПРАКТИКИ

6.1. Особливості організації і проведення практики

Навчальна (професійно-орієнтована) практика студентів спеціальності 017 „Фізична культура і спорт» складається з трьох основних етапів:

1) організаційний:

- настановча конференція;
- знайомство студентів з програмою практики;
- опрацювання студентами необхідного теоретичного матеріалу;
- розподіл студентів по групах, закріплення баз проходження практики;
- складання календарного графіку проходження практики;
- ознайомлення з правилами ведення звітної документації.

2) основний:

- ознайомлення з базовою установою, визначеною для проходження практики;
- ознайомлення з основними відомчими нормативно-правовими актами, які регламентують діяльність працівника в установі (організації);
- ознайомлення з функціональними обов'язками працівника установи (організації);
- присутність під час проведення бесід, консультування різних категорій клієнтів;
- систематичне внесення записів до щоденнику практики.

3) підсумковий:

- оформлення щоденника практики та подання його на затвердження керівнику від бази практики та керівнику від ЗВО для отримання характеристика практиканта;
- оформлення звіту Виробничої практики.
- аналіз ефективності практики і пропозиції по удосконаленню її проведення;
- презентації діяльності однієї з установ, організації (за вибором), яку відвідав студент.

6.2. Завдання практики

Індивідуальні завдання

Для студентів, які навчаються за індивідуальним планом, або з поважних причин не можуть виконувати основну програму практики, або навчаються дистанційно. До індивідуальних завдань віднесено:

- Оформлення звітної документації відповідно до програми практики.
- Розробка 3 розгорнутих планів-конспектів навчально-тренувальних занять зі спортсменами на етапі попередньої базової/спеціалізованої базової підготовки, текст бесіди, план спортивних та/або фізкультурно-оздоровчих заходів тощо.

Завдання для самостійної роботи

Складання документації є одним із основних розділів діяльності студента-практиканта під час проходження навчально-ознайомчої практики у спортивному закладі.

Основними документами планування тренувань і змагань є річний план, навчально-тренувальна програма і календар змагань.

Усі документи планування розробляються на основі цих документів і повинні бути логічно і змістовно пов'язані між собою.

Під час практики студенти повинні:

1) бути спостерігачем відкритих навчально-тренувальних занять у спортивній групі протягом 1 тижня.

2) провести не менш:

- двох підготовчих та заключних частин навчально-тренувальних занять протягом 2-х тижнів;

- одну бесіду з питань фізичного виховання та спорту;

- один спортивний або фізкультурно-оздоровчий захід у спортивній групі (в якості помічника).

3) підготувати:

- один план спортивного або фізкультурно-оздоровчого заходу у спортивній групі;

- текст однієї бесіди з питань фізичної культури і спорту зі спортсменами (профорієнтаційна робота);

- текст однієї бесіди з питань фізичної культури і спорту зі спортсменами (профорієнтаційна робота); - одну схему структури федерації;

- одну схему структури спортивної бази, де проходить практика;

- одну презентацію про проходження навчально-ознайомчої практики;

- залікову документацію (щоденник практиканта, відомість характеристику тощо).

6.3. Обов'язки здобувачів освіти під час проходження практики

Основними обов'язками здобувачів фахової передвищої освіти під час проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики є:

1. Розпочати та завершити навчальну (ознайомчу) практику у строки, визначені навчальним планом і календарним графіком.

2. Виконувати програму практики в обсязі, передбаченому освітньо-професійною програмою та робочою програмою практики.

3. Якісно та своєчасно виконувати всі завдання навчальної (професійно-орієнтованої) практики, у тому числі індивідуальні та індивідуальні навчально-дослідні завдання; невиконання вимог програми практики є підставою для неатестації здобувача освіти.

4. Дотримуватися вимог і рекомендацій керівника практики від закладу освіти.

5. Дотримуватися норм академічної доброчесності, правил етичної поведінки та загальноприйнятих норм професійної етики.

6. Дотримуватися встановлених вимог з охорони праці та безпеки життєдіяльності (у межах організації навчальної діяльності).

7. Систематично та коректно вести щоденник навчальної (професійно-орієнтованої) практики з відображенням виконаних завдань і результатів роботи.

8. Своєчасно підготувати, належним чином оформити та подати звіт з навчальної (професійно-орієнтованої) практики відповідно до встановлених вимог.

9. Взяти участь у захисті звіту з навчальної (професійно-орієнтованої) практики на підсумковій конференції.

Після завершення навчальної (професійно-орієнтованої) практики в закладі фахової передвищої освіти проводиться підсумкова конференція, під час якої здійснюється захист звітів та підбиття підсумків практики.

6.4. Обов'язки керівників практики від Університету та від бази практики

Керівництво навчальною (професійно-орієнтованою) практикою здійснюється керівниками практики від закладу освіти, які координують організацію та проходження практики здобувачами фахової передвищої освіти.

Головним завданням керівника практики від закладу освіти є організація та методичний супровід проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики з обов'язковим забезпеченням досягнення її мети та завдань. Керівник практики:

- координує діяльність здобувачів освіти під час проходження практики;
- надає індивідуальні та групові консультації з питань аналізу діяльності підприємства та системи управління;
- контролює своєчасність та якість виконання завдань практики;
- перевіряє щоденники практики та підсумкові звіти;
- організовує прийом і захист звітів з навчальної (професійно-орієнтованої) практики та здійснює їх оцінювання відповідно до встановлених критеріїв.

7. КОНТРОЛЬ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ

Контроль за проходженням навчальної (професійно-орієнтованої) практики здійснюється керівником практики від закладу фахової передвищої освіти з метою оцінювання рівня виконання програми практики та сформованості початкових професійних умінь і навичок здобувачів освіти.

Під час проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики здобувачі освіти систематично ведуть щоденник практики, у якому

відображаються виконані завдання, результати аналітичної роботи, опрацьовані інформаційні джерела та власні спостереження. Матеріали щоденника використовуються для підготовки підсумкового звіту з практики.

Основними **формами та методами контролю** є:

- поточний контроль виконання завдань практики (консультації, перевірка щоденника практики);
- перевірка повноти та якості виконання індивідуальних і індивідуальних навчально-дослідних завдань;
- аналіз дотримання календарного графіка проходження практики;
- підсумковий контроль у формі перевірки та захисту звіту з навчальної (професійно-орієнтованої) практики.

Після завершення навчальної (професійно-орієнтованої) практики здобувачі освіти подають керівникові практики від закладу освіти такі **документи**:

- належним чином оформлений щоденник навчальної (професійно-орієнтованої) практики, який містить календарний (індивідуальний) план-графік проходження практики;
- звіт з навчальної (професійно-орієнтованої) практики, який містить результати аналізу діяльності обраного підприємства, висновки та пропозиції щодо вдосконалення управлінської діяльності та виконані індивідуальні завдання та індивідуальне навчально-дослідне завдання.

Оцінювання результатів навчальної (професійно-орієнтованої) практики здійснюється за результатами аналізу поданої звітної документації та захисту звіту на підсумковій конференції відповідно до встановлених критеріїв оцінювання.

7.1. Система оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти

Види робіт/діяльності здобувача освіти	Максимальна кількість балів звітності
1. Оформлення звітної документації	70
Правильність та повнота ведення щоденника практики	5
Відповідність вступу та змісту звіту вимогам програми практики	4
Відповідність розділів звіту вимогам	30
Виконання індивідуальних завдань	10
Виконання індивідуального науково-дослідного завдання	10
Логічність побудови та обґрунтованість висновків за	6

результатами практики	
Дотримання вимог до оформлення звіту	5
2. Захист результатів практики	30
Подання звіту на перевірку та захист у встановлені строки	4
Повнота та змістовність доповіді	15
Дотримання регламенту захисту	2
Наявність ілюстративного матеріалу (презентації, схем, таблиць)	5
Повнота та аргументованість відповідей на запитання комісії	4
Разом:	100

7.2. Перелік звітної документації

1. Щоденник студента-практиканта, де фіксується уся документація і щоденна робота протягом практики.
2. Індивідуальний план роботи на три тижні з підписом тренера та методиста.
3. три розгорнутих планів-конспектів підготовчої та заключної частин навчально-тренувальних занять спортивної групи.
4. План проведення спортивного або фізкультурно-оздоровчого заходу у спортивному закладі (1 захід).
5. Текст бесіди з питань фізичної культури і спорту у спортивній групі (1 бесіда).
6. Схема структури федерації.
7. Схема структури спортивної бази, де проходить практика.
8. Відомість-характеристика підписана тренером, директором спортивного закладу, методистом, керівником практики.
9. Презентація про проходження навчальної практики.
10. Звіт студента-практиканта.

7.3. Вимоги до звіту про практику

Після завершення навчальної (професійно-орієнтованої) практики здобувачі фахової передвищої освіти звітують про виконання програми практики та індивідуального (індивідуального навчально-дослідного) завдання. Звітна документація оформлюється кожним здобувачем освіти **індивідуально** відповідно до встановлених вимог.

Звітна документація за результатами проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики включає такі структурні елементи:

1. Щоденник навчальної (професійно-орієнтованої) практики. Щоденник практики має бути належним чином оформлений і містити:

- календарний (індивідуальний) графік проходження практики;
- щоденні записи про виконання завдань відповідно до програми практики;

- короткі аналітичні висновки та власні спостереження здобувача освіти;
- підпис та зауваження (відгук) керівника практики від закладу освіти із зазначенням підсумкової оцінки.

2. Звіт за результатами проходження навчальної (професійно-орієнтованої) практики. Звіт з навчальної (професійно-орієнтованої) практики є завершальним етапом практичної підготовки здобувачів фахової передвищої освіти. Він відображає виконання теоретичної, аналітичної та проектної частини практики та повинен бути логічно пов'язаний із проблематикою досліджень, поставлених завдань і тематикою навчального плану.

Звіт оформлюється відповідно до вимог, установлених закладом фахової передвищої освіти, і включає такі структурні частини:

1. **Титульний лист** (Додаток А).
2. **Зміст** – відображає послідовність розділів та підрозділів звіту із зазначенням сторінок (Додаток Б).
3. **Вступ** – включає обґрунтування мети, завдань та об'єкта практики, коротку характеристику підприємства або сфери діяльності, очікувані результати практики.
4. **Основна частина**, що містить:
 - Загальну характеристику обраного підприємства або моделі підприємства для практичного аналізу;
 - Аналіз системи управління та організаційної структури;
 - Характеристику ролі менеджера, його функціональних обов'язків;
 - Аналіз професійних та особистісних вимог до тренера;
 - Виконання індивідуальних завдань навчальної (професійно-орієнтованої) практики;
 - Виконання самостійних завдань навчальної (професійно-орієнтованої) практики.
5. **Висновки** – містять узагальнення результатів проходження практики, самоаналіз набутих знань, умінь і навичок, визначення труднощів під час виконання завдань та пропозиції щодо вдосконалення організації практики.
6. **Список використаних джерел** – оформлюється відповідно до державного стандарту та містить усі джерела інформації, на які посилається здобувач освіти у тексті звіту. Посилання на джерела у тексті вказуються у квадратних дужках із порядковим номером і сторінкою, наприклад: [8, с. 2].

7. **Додатки (за наявності)** – включають матеріали, що ілюструють управлінську діяльність підприємства або моделі підприємства: організаційну структуру, зразки управлінських документів, схеми, таблиці, фотографії тощо. Кожен додаток починається з нової сторінки і позначається великою літерою української абетки (за винятком літер Г, Є, І, Ї, О, Ч, Ь), наприклад: «Додаток А».

Звіт оформлюється на аркушах формату А4, містить наскрізну нумерацію сторінок, прошитий, шрифт Times New Roman 14 кегль, міжрядковий інтервал – 1,5; поля: з лівого боку 20 мм, з правого 15 мм, зверху і знизу – 20 мм.

Ілюстрації та таблиці розміщуються безпосередньо після першого згадування в тексті або на наступній сторінці. Ілюстрації позначаються словом «Рис.» із нумерацією у межах розділу (наприклад: «Рис. 2.2»), підпис розміщується після рисунка. Таблиці нумеруються аналогічно (наприклад: «Таблиця 4.2»), їхні назви розміщуються над таблицею посередині. Формули виділяються вільними рядками і нумеруються у межах розділу (наприклад: (4.2)), пояснення символів наводяться під формулою.

Оформлений звіт перевіряється та затверджується керівником практики від закладу фахової передвищої освіти. Оцінка і підпис керівника проставляються на титульному аркуші.

7.4. Система контролю та критерії оцінювання

Після завершення навчальної (професійно-орієнтованої) практики здобувачі освіти подають керівнику практики від закладу освіти всі звітні документи для попередньої перевірки та оцінювання.

Упродовж тижня після завершення практики в закладі фахової передвищої освіти проводиться підсумкова конференція, під час якої здобувачі освіти здійснюють захист звіту з навчальної (професійно-орієнтованої) практики перед комісією.

На підсумковій конференції присутні всі здобувачі освіти, які проходили навчальну (ознайомчу) практику.

Для підбиття підсумків практики та визначення кінцевої оцінки керівник практики інформує комісію про строки проходження практики, виконання програми, рівень самостійності та відповідальності здобувачів освіти, якість поданої звітної документації.

До захисту практики допускаються здобувачі освіти, які повністю виконали завдання програми навчальної (професійно-орієнтованої) практики та вчасно оформили та подали всю звітну документацію.

Кінцева оцінка з навчальної (професійно-орієнтованої) практики визначається з урахуванням результатів перевірки звітної документації, якості підготовленого звіту та результатів захисту звіту на підсумковій конференції.

Результати практичної діяльності здобувачів фахової передвищої освіти оцінюються за 100-бальною шкалою.

Оцінка за 100-бальною системою		Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
90 – 100	<i>відмінно</i>	5	A	<i>відмінно</i>
82 – 89	<i>добре</i>	4	B	<i>добре (дуже добре)</i>
75 – 81	<i>добре</i>	4	C	<i>добре</i>
64 – 74	<i>задовільно</i>	3	D	<i>задовільно</i>
60 – 63	<i>задовільно</i>	3	E	<i>задовільно (достатньо)</i>
35 – 59	<i>незадовільно</i>	2	FX	<i>незадовільно з можливістю повторного складання</i>
1 – 34	<i>незадовільно</i>	2	F	<i>незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни</i>

За результатами захисту здобувачу освіти виставляється диференційована оцінка, яка є сумою балів за усі види робіт передбачені програмою практики.

Відповідна оцінка фіксується у заліковій книжці та щоденнику практики, де керівником практики від закладу освіти також зазначаються короткі висновки щодо проходження практики та захисту звіту.

7.5. Шкала відповідності оцінок

Рейтингова оцінка	Оцінка за стобальною шкалою	Значення оцінки
A	90 – 100 балів	Відмінно – відмінний рівень знань/умінь/навичок у межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками
B	82-89 балів	Дуже добре – достатньо високий рівень знань/умінь/навичок у межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75-81 балів	Добре – в цілому добрий рівень знань/умінь/навичок із незначною кількістю помилок
D	69-74 балів	Задовільно – посередній рівень знань/умінь/навичок зі значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо – мінімально можливий допустимий рівень знань/умінь/навичок

F, FX	1-59 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним проходженням – досить низький рівень знань/умінь/навичок, що вимагає повторного проходження
-------	---------------	--

8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

Основна література:

1. Воробйов М. І., Круцевич Т.Ю. Практика в системі фізкультурної освіти. Київ : Олімпійська література, 2021. 190 с.
2. Данилко М. Т. Планування та оформлення документації з педагогічної практики в школі: метод. посіб. Луцьк : «Волинська обл. д-ня», 2021. 140 с.
3. Єрмолова В.М., Іванова Л.І., Дерев'яненко В.В. Навчаємо гратись : метод. посібник. для вчителів фізич. культури загальноосвіт. навч. закладів. Київ : Літера ЛТД, 2012. 208 с.
4. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Практикум для тренерів: [метод. посіб.]. – Львів : СПОЛОМ, 2021. – 224 с.

Допоміжна література:

1. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Практикум для тренерів: [метод. посіб.]. – Львів : СПОЛОМ, 2021. – 224 с.
2. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Технологія проведення тренінгів: [метод. посіб.]. – Львів : СПОЛОМ, 2021. – 280 с.
3. Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності різних програм фізичного виховання в школі, їх змісту та технології реалізації / [Т.Ю. Круцевич, О.Л. Благій, Г.Г. Смолюс, О.В. Андреева]. Київ: Наук. світ, 2023. 25 с.
4. Москаленко Н.В. Кожедуб Т.Г. Інноваційні підходи до теоретичної підготовки у фізичному вихованні: навчальний посібник. Дніпропетровськ, 2015. 107 с.
5. Москаленко Н.В., Борисова Ю.Ю., Сидорчук Т.В., Лядська О.Ю. Інформаційні технології у фізичному вихованні: навч. посібник. Дніпропетровськ: інновація, 2022. 128 с.

6.

1.

Перелік періодичних видань

Назва видання	Засновник Дані про видання	Анотація	URL-адреса
Науковий журнал «Фізичне виховання та спорт»	Запорізький національний університет Видавничий дім «Гельветика».	Метою журналу є розвиток науки і практики у сфері фізичної культури, спорту та суміжних галузей, створення відкритої платформи для академічного діалогу українських і міжнародних дослідників. Видання	https://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/issue/archive

		<p>спрямоване на інтеграцію українських наукових результатів у світовий науковий простір, поширення інноваційних методик та практик, а також підтримку молодих учених у розбудові їхнього дослідницького потенціалу.</p> <p>Програмні цілі журналу «Фізичне виховання та спорт»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - популяризація новітніх досягнень науки; - опублікування результатів наукових досліджень у галузі фізичної культури та спорту; - сприяння покращенню вітчизняного обміну науковою інформацією в галузі фізичної культури та спорту; <p>- імплементація української науки у міжнародний науковий простір.</p>	
Вісник «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»	Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка	У віснику висвітлюються результати наукових досліджень з актуальних проблем, що пов'язані з педагогічними аспектами фізичного виховання різних груп населення, валеології, ерготерапії, підготовки спортсменів та менеджменту у фізичній культурі. Матеріали друкуються в авторській редакції.	https://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/issue/archive
Науково-теоретичний журнал «Теорія і методика фізичного виховання і спорту»	Національний університет фізичного виховання і спорту України	Науково-теоретичний журнал для спеціалістів у галузі фізичного виховання і спорту: наукових працівників, викладачів закладів вищої освіти, тренерів, докторантів, аспірантів, студентів, спортсменів. Журнал містить наукові статті, спрямовані на вирішення актуальних завдань галузі фізичної культури і спорту. Журнал охоплює такі напрями:	https://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/issue/archive
		<ul style="list-style-type: none"> - теорія і методика підготовки спортсменів; - здоров'я людини, фітнес і рекреація, фізичне виховання різних груп населення, фізична реабілітація; - спортивна медицина, 	

		фізіологія та біохімія спорту; - історія, психологія, право, соціологія і філософія у сфері фізичного виховання і спорту; - рецензії.	
Науковий журнал: «Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія»	Національний університет фізичного виховання і спорту України	Науковий журнал для висвітлення результатів наукових досліджень у галузі спортивної медицини та фізіології, медико-біологічних проблем спорту вищих досягнень та масового спорту, фізичної терапії та ерготерапії.	https://sportmedicine.uni-sport.edu.ua/issue/archive
Слобожанський науково-спортивний вісник	Харківська державна академія фізичної культури	Рецензований журнал відкритого доступу, який розглядає статті з усіх аспектів спорту та фізичних вправ. Метою журналу є поширення матеріалів сучасних наукових досліджень у галузі фізичної культури та спорту: теорії та методики фізичного виховання, фізичної активності та здоров'я, спортивної науки, біомеханіки, кінезіології, рухового контролю та навчання, громадського здоров'я (що стосується спорту та фізичних вправ), а також фізичної реабілітації та відпочинку. Мова видання – англійська.	https://shssjournal.com/index.php/journal/issue/archive
Здоров'я, спорт, реабілітація	Харківський національний педагогічний університет ім. Г. С. Сковороди Незалежний видавець	У журналі представлені статті з актуальних проблем фізичного виховання та спорту, а також проблем формування, відновлення, зміцнення та збереження здоров'я представників різних груп населення, фізичної реабілітації та рекреації, лікувальної та оздоровчої фізичної культури. Також відображено засоби фізичного виховання, його форми та методи, основні принципи здоров'язберігаючих технологій та профілактики захворювань. Поле та проблеми: спорт, фізичне виховання, навчання рухам, організація фізичного виховання, фізична терапія, реабілітація, спортивна медицина.	https://hsr-journal.com/index.php/journal/issue/archive
Науковий журнал «Фізичне	Запорізький національний	Метою журналу є розвиток науки і практики у сфері фізичної культури, спорту та	https://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/issue/archive

виховання та спорт»	університет Видавничий дім «Гельветика».	суміжних галузей, створення відкритої платформи для академічного діалогу українських і міжнародних дослідників. Видання спрямоване на інтеграцію українських наукових результатів у світовий науковий простір, поширення інноваційних методик та практик, а також підтримку молодих учених у розбудові їхнього дослідницького потенціалу. Програмні цілі журналу «Фізичне виховання та спорт»: - популяризація новітніх досягнень науки; - опублікування результатів наукових досліджень у галузі фізичної культури та спорту; - сприяння покращенню вітчизняного обміну науковою інформацією в галузі фізичної культури та спорту; - імплементація української науки у міжнародний науковий простір.	
---------------------	--	--	--

Інформаційні ресурси

1. Положення про ДЮОШ. <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/>; <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show>.
2. www.mon.gov.ua - сайт Міністерства освіти і науки України.
3. www.nbu.gov.ua - сайт бібліотеки ім. Вернадського.
4. Державні вимоги до навчальних програм з фізичного виховання в процесі освіти: Наказ Міністерства освіти України № 188 від 25.05.1998 р. // Міністерство освіти і науки України [сайт]. – Режим доступу: www.mon.gov.ua/laws/_188.doc (08.11.2010)

9. ДОДАТКОВІ РЕСУРСИ

Універсальні та спеціалізовані інформаційні системи і програмні продукти для проходження практичної підготовки

Програмне забезпечення	Призначення	Умови використання
Пакети офісних програм (Microsoft Office, LibreOffice)	Для створення звіту, таблиць, презентацій та графіків	придбані ліцензії

Excel, Google Sheets, Google Data Studio, Power BI	Інструменти для роботи з даними та візуалізації	придбані ліцензії
Zoom / Google Meet / Microsoft Teams	https://zoom.us/ https://meet.google.com/ https://www.microsoft.com/uk-ua/microsoft-teams/group-chat-software	вільний доступ в Інтернеті

10. МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Форми занять	Наявне матеріально-технічне забезпечення	Необхідне матеріально-технічне забезпечення
Робота під керівництвом керівника від ЗО	Дошка, наочні та роздаткові матеріали, підручники, комп'ютери, доступ до мережі Інтернет	Дошка, наочні та роздаткові матеріали, підручники, комп'ютери, доступ до мережі Інтернет
Робота без участі керівника	Підручники, комп'ютер, доступ до мережі Інтернет	Підручники, комп'ютер, доступ до мережі Інтернет
Захист звіту	Комп'ютер, доступ до мережі Інтернет	Комп'ютер, доступ до мережі Інтернет



Додаток А

ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ «ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»
Хмельницький фаховий коледж

Циклова комісія з фізичної культури
і спорту

ЗВІТ ПРО ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ
навчальна (ознайомча)
(назва практики)

здобувача освіти _____
(ім'я та прізвище здобувача освіти)

Освітньо-професійний ступінь «фаховий молодший бакалавр»
Спеціальність А7 Фізична культура і спорт

1 курс, група ФКІС-25-1фмб-hm

Термін проходження практики:
початок «__» _____ 2026 р.
кінець «__» _____ 2026 р.

Керівник практики:

(ім'я та прізвище керівника)

Допущено до захисту:
«__» _____ 2026 р.

Захищено з оцінкою:

(підпис керівника)

Хмельницький, 2026



ЗМІСТ

с.

ВСТУП.....	
РОЗДІЛ 1. Загальна характеристика підприємства	
РОЗДІЛ 2. Аналіз системи управління.....	
РОЗДІЛ 3. Характеристика ролі менеджера та його функціональних обов'язків	
РОЗДІЛ 4. Аналіз професійних та особистісних вимог до тренера...	
РОЗДІЛ 5. Документальне забезпечення управлінської діяльності.....	
РОЗДІЛ 6. Індивідуальні завдання.....	
РОЗДІЛ 7. Індивідуальне науково-дослідне завдання.....	
ВИСНОВКИ	
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	
ДОДАТКИ	