

**Відокремлений структурний підрозділ закладу вищої освіти
«Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»
Хмельницький інститут соціальних технологій
Хмельницький фаховий коледж**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Хмельницького
фахового коледжу
Університету „Україна”



О.В. Польовик

„10” березня 2026 р.

ПРОТОКОЛ

відвідування відкритого заняття

Викладач Криштофор Ігор Тадеушович

Циклова комісія з фізичної культури і спорту

Інститут Хмельницький фаховий коледж

Форма навчання денна, спеціальність D6 Секретарська та офісна справа, I10

Соціальна робота та консультування, D3 Менеджмент

Курс 1, група СС-25-1фмб-hm, СР-25-1фмб-hm, МН-25-1фмб-hm

Навчальна дисципліна Фізична культура (Фізичне виховання. Основи здорового способу життя. Психологія стресу і стресостійкості особистості.)

Вид заняття практичне заняття

Тема заняття Здоровий спосіб життя – основний шлях зміцнення здоров'я

Дата 02.03.2026 Початок заняття 13.10 Аудиторія С/з.

Короткий аналіз відкритого заняття

Заняття було проведено на належному методичному рівні та спрямоване на формування в здобувачів освіти свідомого ставлення до власного здоров'я, розвитку навичок здорового способу життя та відповідальності за його збереження. Тема «Здоровий спосіб життя – основний шлях зміцнення здоров'я» була розкрита послідовно, змістовно й у доступній для аудиторії формі.

До заняття вдало інтегровано практичні вправи та інтерактивні методи роботи: обговорення складових здорового способу життя, виконання рухових вправ, аналіз корисних і шкідливих звичок, розв'язання ситуаційних завдань щодо збереження здоров'я. Це сприяло усвідомленню здобувачами освіти важливості раціонального харчування, фізичної активності, дотримання режиму дня та відмови від шкідливих звичок.

Заняття було змістовним, структурованим і практично орієнтованим. Викладач успішно поєднав освітній, виховний та оздоровчий компоненти, сприяв формуванню в здобувачів розуміння того, що здоровий спосіб життя є основою зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та покращення якості життя.

Висновки

1. Загальна констатація навчального та науково-методичного рівня заняття: Викладач володіє методикою проведення практичного заняття.

2. Рівень проведення заняття: «високий», «достатній», «низький» (потрібне підкреслити або доповнити) **близький до високого**



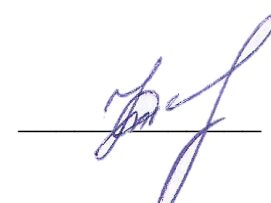
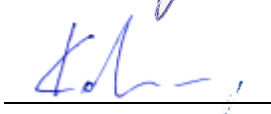
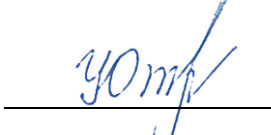
Пропозиції щодо вдосконалення рівнів проведення відкритого заняття:

професійного підвищувати рівень професійної майстерності
наукового стимулювати здобувачів освіти до участі у конкурсах наукових робіт та олімпіад зі спеціальності

методичного В кінці заняття доцільно пов'язати закінчення з початком, щоб підкреслити вичерпність змісту даної теми, більш рівномірно розподіляти час між питаннями плану лекційного заняття.

організаційного стимулювати здобувачів освіти до самостійної роботи на платформі Інтернет-підтримки навчального процесу Moodle

Відкрите заняття відвідали: посада, ПП, підпис:

- | | | | |
|----|---|--|--------------------|
| 1 | Директор коледжу |  | Ольга ПОЛЬОВИК |
| 2. | Начальник відділу освітньої діяльності |  | Наталія ЛУЦКЕВИЧ |
| 3. | Викладач циклової комісії соціально-економічних та загальноосвітніх дисциплін |  | Світлана КОНДРАТЮК |
| 4. | Викладач циклової комісії соціально-економічних та загальноосвітніх дисциплін |  | Олександр КОВТУН |
| 5. | Завідувач науково-методичного відділу |  | Уляна ОЛІЙНИК |

Думка викладача:

З висновками згоден (не згоден – обґрунтувати):

З висновками комісії повністю погоджуюся, всі зауваження прийму до уваги

З відгуком ознайомлений: «10» березня 2026 року



Ігор КРИШТОФОР

підпис

Результати відвідування відкритого заняття обговорені на засіданні циклової комісії з права

Протокол № 8 від «10» березня 2026 р.

Голова циклової комісії
з фізичної культури і спорту



Володимир ПУЧА