



І. М. Шоробура
(прізвище та ініціали)

Міністерство освіти і науки України
Хмельницька обласна рада

Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія

НАВЧАЛЬНИЙ ПЛАН

Підготовка за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти
у галузі знань А Освіта
спеціальність А4 Середня освіта
з предметною спеціалізацією А4.11 Фізична культура
форма навчання денна
за освітньо-професійною програмою Середня освіта (Фізична культура)

Затверджено вченою радою ХГПА
(протокол № 8 від 27 серпня 2026 р.)
Голова вченої ради

І. М. Шоробура

Освітня кваліфікація:

Бакалавр середньої освіти (Фізична культура)

Строк навчання: 3 роки 10 місяців

на основі повної загальної середньої освіти або освітньо-кваліфікаційного рівня молодшого спеціаліста, освітньо-професійного ступеня фахового молодшого бакалавра, освітнього ступеня молодшого бакалавра.

І. ГРАФІК НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Курс	Вересень				Жовтень				Листопад				Грудень				Січень				Лютий				Березень				Квітень				Травень				Червень				Липень				Серпень							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
	01-07	08-14	15-21	22-28	29.09-05.10	06-12	13-19	20-26	27.10-02.11	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.12-04.01	05-11	12-18	19-25	26.01-01.02	02-08	09-15	16-22	23.02-01.03	02-08	09-15	16-22	23-29	30.03-05.04	06-12	13-19	20-26	27.04-03.05	04-10	11-17	18-24	25-31	01-07	08-14	15-21	22-28	29.06-05.07	06-12	13-19	20-26	27.07-02.08	03-09	10-16	17-23	24-31
1																Е	Е	К	К																		Е	Е	Н П	Н П	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	
2																Н П	Н П	Е	Е	К	К															Е	Е	Н П	Н П	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К
3						В П	В П											Е	Е	К	К											В П	В П	В П							Е	Е	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К
4										В П	В П	В П							Е	К	К	П П	П П	П П	П П	П П	П П													Е	А	А										

ПОЗНАЧЕННЯ:  – теоретичне навчання; Е – екзаменаційна сесія; НП – навчальна практика; ВП – виробнича практика; ПП – переддипломна практика; К – канікули; А – підсумкова атестація.

II. ЗВЕДЕНІ ДАНІ ПРО БЮДЖЕТ ЧАСУ, ТИЖНІ

Курс	Теоретичне навчання	Екзаменацій-на сесія	Практика	Підсумкова атестація	Канікули	Разом
1	33	4	2	-	13	52/52
2	31	4	4	-	13	52/52
3	32	4	5	-	11	52/52
4	28	2	9	2	2	43/43

III. ПРАКТИКА

Назва практики	Семестр	Тижні
Підготовка до роботи в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку (навчальна практика)	2	2
Ознайомлювальна практика в школі (навчальна практика)	3	2
Практика в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку (педагогічна практика)	4	2
Практика з організації та проведення навчальних та фізкультурно-оздоровчих заходів (педагогічна практика)	5	2
Практика з проведення різних форм організації фізкультурної роботи в школі (педагогічна практика)	6	3
Виробнича практика з проведення уроків фізичної культури в закладах загальної середньої освіти	7	3
Виробнича практика професійної діяльності вчителя фізичної культури закладу загальної середньої освіти	8	6

IV. ПІДСУМКОВА АТЕСТАЦІЯ

Назва освітнього компонента	Форма підсумкової атестації	Семестр
Теорії і методика фізичного виховання	Комплексний кваліфікаційний іспит	8
Педагогіка і психологія	Комплексний кваліфікаційний іспит	

V. ПЛАН НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Шифр за ОПП	НАЗВА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	Розподіл за семестрами				Кі ль к і с т ь к р е д и т і в	Кількість годин						Розподіл годин на тиждень за курсами і семестрами								
		Екзамени	Заліки	Курсові			кредитів	Загальний обсяг	Аудиторних				Самостійна робота	I курс		II курс		III курс		IV курс	
				проекти	роботи				у тому числі:					С е м е с т р и							
									Всього	лекції	Практичні/се мінарські			1	2	3	4	5	6	7	8
														Кількість тижнів в семестрі							
														15	18	15	16	15	17	15	13*

1. Обов'язкові освітні компоненти

1.1. Освітні компоненти загальної підготовки

ЗП 01	Українська мова (за професійним спрямуванням)	1				4	120	60	20	40	60	4							
ЗП 02	Філософія з основами релігієзнавства	2				3	90	36	20	16	54		2						
ЗП 03	Іноземна мова (за професійним спрямуванням)	6	5			5	150	66	6	60	84					2	2		
ЗП 04	Інформаційно-комунікаційні технології (з медіа грамотністю)		1			3	90	30	2	28	60	2							
ЗП 05	Історія української державності		1			3	90	30	20	10	60	2							
ЗП 06	Історія української культури		1			3	90	30	20	10	60	2							
Всього		3	4			21	630	252	88	164	378	10	2	0	0	2	2	0	0

1.2. Освітні компоненти професійної підготовки

ПП 01	Педагогіка (за професійним спрямуванням)	2	1			8	240	114	40	74	126	4	3						
ПП 01.1	Педагогіка фізичного виховання		1			4	120	60	16	44	60	4							
ПП 01.2	Педагогічна майстерність вчителя фізичної культури з основами наукових досліджень	2				4	120	54	24	30	66		3						
ПП 02	Психологія (за професійним спрямуванням)		1			3	90	45	30	15	45	3							
ПП 03	Теорія і методика здоров'я	2	1, 2			9	270	111	50	61	159	2	5						
ПП 03.1	Основи здоров'збереження учнівської молоді		1			3	90	30	14	16	60	2							
ПП 03.2	Долікарська медична допомога		2			3	90	36	16	20	54		2						
ПП 03.3	Формування культури здорового способу життя	2				3	90	45	20	25	45		3						
ПП 04	Медико-біологічні основи фізичного виховання:	2, 5, 7	4			13,5	405	174	101	73	231		3		2	3		3	
ПП 04.1	а) Анатомія людини	2				4	120	54	34	20	66		3						
ПП 04.2	б) Біохімія та біохімічні основи фізичного виховання		4			3	90	32	22	10	58				2				

ПП 04.3	в) Фізіологія фізичних вправ	5			3	90	45	30	15	45				3			
ПП 04.4	г) Медико-біологічний контроль у фізичному вихованні	7			3,5	105	45	15	30	60						3	
ПП 05	Інклюзивна освіта	8	6, 7		11,5	345	164	62	102	181					4	3	4
ПП 05.1	а) Адаптивна фізична культура		6		4,5	135	67	25	42	68					4		
ПП 05.2	б) Фізичне виховання дітей з особливими потребами		7		3	90	45	15	30	45						3	
ПП 05.3	в) Корекція фізичного розвитку школярів	8			4	120	52	22	30	68							4
ПП 06	Вступ до спеціальності		1		4	120	45	15	30	75	3						
ПП 07	Теорія і методика фізичного виховання	5	2, 3, 4	5	16	480	234	80	154	246		3	4	4	4		
ПП 07.1	Теоретичні основи системи фізичного виховання школярів		2		4	120	54	20	34	66		3					
ПП 07.2	Розвиток рухових здібностей школярів		3		4	120	60	20	40	60			4				
ПП 07.3	Форми організації занять з фізичного виховання в закладах середньої освіти		4		4	120	60	20	40	60				4			
ПП 07.4	Методика організації та проведення занять з фізичного виховання в Новій українській школі	5		5	4	120	60	20	40	60					4		
ПП 08	Методика навчання	3, 4, 5, 6	2, 3, 3, 4, 5		39	1170	578	119	459	592		3	13	10	7	4	
ПП 08.1	Рухливі і спортивні ігри з методикою навчання	5	2, 3, 4		17	510	255	34	221	255		3	4	5	4		
ПП 08.2	Гімнастика з методикою навчання	4	3		9	270	135	30	105	135			4	5			
ПП 08.3	Легка атлетика з методикою навчання	3			5	150	75	20	55	75			5				
ПП 08.4	Плавання з методикою навчання		5		3	90	45	15	30	45					3		
ПП 08.5	Фітнес технології у фізичному вихованні з методикою навчання	6			5	150	68	20	48	82						4	
ПП 09	Фізкультурно-оздоровчий туризм:	7	6, 7		10	300	135	56	79	165					4	5	
ПП 09.1	а) Організація молодіжного спортивно-оздоровчого туризму		6		4	120	60	16	44	60					4		
ПП 09.2	б) Рекреаційні ресурси оздоровлення школярів		7		3	90	30	20	10	60							2

ПП 09.3	в) Методика організації туристичної роботи у закладах загальної середньої освіти	7			3	90	45	20	25	45							3	
ПП 10	Курсова робота з фахових дисциплін		7		7	3	90	0	0	0	90						0	
ПП 11	Європейські системи фізичного виховання школярів		8			4	120	52	20	32	68							4
ПП 12	Управління у сфері фізичної культури	8				3	90	39	22	17	51							3
***	Основи національного супротиву		2			5	150	110	46	64	40	4	4					
Всього		16	24		2	150	4500	2053	729	1324	2447	26	23	17	16	16	14	11

2. Види практики

П 1	Підготовка до роботи в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку (навчальна практика)		2			3	90				90		*					
П 2	Ознайомлювальна практика в школі (навчальна практика)		3			3	90				90			*				
П 3	Практика в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку (педагогічна практика)		4			3	90				90				*			
П 4	Практика з організації та проведення навчальних та фізкультурно-оздоровчих заходів (педагогічна практика)		5			3	90				90					*		
П 5	Практика з проведення різних форм організації фізкультурної роботи в школі (педагогічна практика)		6			4,5	135				135						*	
П 6	Виробнича практика з проведення уроків фізичної культури в закладах загальної середньої освіти		7			4,5	135				135							*
П 7	Виробнича практика професійної діяльності вчителя фізичної культури закладу загальної середньої освіти		8			9	270				270							*
Всього			7			30	900				900							

3. Вибіркові освітні компоненти

ВОК 01			3			5	150	60			90			4				
ВОК 02			3			5	150	60			90			4				

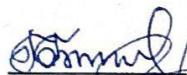
ВОК 03		4		5	150	75			75				5				
ВОК 04		4		5	150	75			75				5				
ВОК 05		5		5	150	75			75				5				
ВОК 06		5		5	150	75			75				5				
ВОК 07		6		5	150	75			75					5			
ВОК 08		6		5	150	75			75					5			
ВОК 09		7		5	150	75			75						5		
ВОК 10		7		5	150	75			75						5		
ВОК 11		8		5	150	75			75							5	
ВОК 12		8		5	150	75			75							5	
Всього		12		60	1800	870			930			8	10	10	10	10	10
Всього за навчальним планом				240	7200	2923			4277	26	23	25	26	26	24	21	21
Загальна кількість годин				240	7200												
Кількість екзаменів		16								1	4	1	1	3	2	2	2
Кількість заліків			44							7	5	6	6	5	5	6	4
Кількість курсових робіт				2										1		1	

Примітки:

*** ОНС (теоретичний курс) – освітній компонент, який є обов'язковим для представників чоловічої статі і вибірковим для осіб жіночої статі.

ПОГОДЖЕНО

Декан гуманітарного факультету

 Г. В. Бучківська

Гарант освітньо-професійної програми

 О. М. Мозолев

Проректор з науково-педагогічної роботи

 О. С. Полішук