



Ректор ХГПА

«Затверджую»

І. М. Шоробура
(прізвище та ініціали)

«28» серпня 2026 року

Міністерство освіти і науки України
Хмельницька обласна рада
Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія

НАВЧАЛЬНИЙ ПЛАН

Підготовка за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти
у галузі знань 01 Освіта / Педагогіка
спеціальність 014 Середня освіта
з предметною спеціалізацією 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	
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	Кількість годин						Розподіл годин на тиждень за курсами і семестрами							
		Екзамени	Заліки	Курсові			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	60	4	56	90					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					3	90	30	20	10	60	2							
Всього						21	630	250	86	164	380	10	2	0	0	2	2	0	0

1.2. Освітні компоненти професійної підготовки

ПП 01	Педагогіка					12	360	192	102	90	168	4	4	4					
ПП 01.1	Педагогіка (за професійним спрямуванням)		1			4	120	60	40	20	60	4							
ПП 01.2	Педагогіка фізичного виховання з основами наукових досліджень		2			4	120	72	32	40	48		4						
ПП 01.3	Основи педагогічної майстерності вчителя фізичної культури	3				4	120	60	30	30	60			4					
ПП 02	Психологія (за професійним спрямуванням)		1			5	150	60	40	20	90	4							
ПП 03	Теорія і методика здоров'язбереження	2	1, 2			11	330	138	54	84	192	2	6						
ПП 03.1	Здоров'язбереження учнівської молоді		1			3	90	30	14	16	60	2							
ПП 03.2	Безпека життєдіяльності		2			3	90	36	16	20	54		2						
ПП 03.3	Теорія і методика здоров'я	2				5	150	72	24	48	78		4						
ПП 04	Морфофункціональні та метаболістичні основи фізичного виховання:					13,5	405	199	120	79	206		4		2	3		4	

ПП 04.1	а) Анатомія людини	2			4	120	72	48	24	48		4					
ПП 04.2	б) Біохімія та біохімічні основи фізичного виховання		4		3	90	30	22	8	60			2				
ПП 04.3	в) Фізіологія фізичних вправ	5			3	90	45	20	25	45				3			
ПП 04.4	г) Медико-біологічний контроль у фізичному вихованні	7			3,5	105	52	30	22	53						4	
ПП 05	Інклюзивна освіта	8	6, 7		10,5	315	153	50	103	162					4	4	4
ПП 05.1	а) Адаптивна фізична культура		6		4,5	135	66	24	42	69					4		
ПП 05.2	б) Фізичне виховання дітей з особливими потребами		7		3	90	45	14	31	45						3	
ПП 05.3	в) Корекція фізичного розвитку школярів	8			3	90	42	12	30	48							4
ПП 06	Теорія і методика фізичного виховання	6	2, 3, 4, 5		5	20	600	312	102	210		4	4	4	4	4	
ПП 06.1	а) Вступ до спеціальності		2		4	120	72	22	50	48		4					
ПП 06.2	б) Теоретичні основи системи фізичного виховання школярів		3		4	120	60	20	40	60			4				
ПП 06.3	в) Форми організації занять з фізичного виховання в закладах середньої освіти		4		4	120	60	20	40	60			4				
ПП 06.4	г) Розвиток рухових здібностей школярів		5		5	4	120	60	20	40	60				4		
ПП 06.5	д) Методика організації та проведення занять з фізичного виховання в Новій українській школі	6			4	120	60	20	40	60					4		
ПП 07	Рухливі ігри з методикою навчання		1		5	150	60	20	40	90	4						
ПП 08	Спортивні ігри з методикою навчання	4	2, 3		12	360	196	48	148	164		4	2	4			
ПП 09	Гімнастика з методикою навчання	5	4		8	240	120	30	90	120				4	4		
ПП 10	Легка атлетика з методикою навчання	3			4	120	60	16	44	60			4				
ПП 11	Плавання з методикою навчання		5		3	90	45	15	30	45					3		
ПП 12	Фітнес технології фізичного виховання	4			5	150	75	24	51	75				4			
ПП 13	Фізкультурно-оздоровчий туризм:	7	6, 7		11	330	150	70	85	180					5	5	

ПП 13.1	а) Організація молодіжного спортивно-оздоровчого туризму		6			5	150	75	20	45	75						5		
ПП 13.2	б) Рекреаційні ресурси оздоровлення школярів		7			3	90	30	20	10	60							2	
ПП 13.3	в) Методика організації туристичної роботи у закладах загальної середньої освіти	7				3	90	45	15	30	45							3	
ПП 14	Курсова робота з фахових дисциплін		7			3	90	0	0	0	90							2	
ПП 15	Управління у сфері фізичної культури	8				3	90	42	12	30	48								4
Всього						147	4410	2052	789	1263	2358	24	24	16	18	16	15	15	8

2. Види практики

П 1	Підготовка до роботи в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку (навчальна практика)					3	90				90		*					
П 2	Ознайомлювальна практика в школі (навчальна практика)					3	90				90			*				
П 3	Практика в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку (педагогічна практика)					3	90				90				*			
П 4	Практика з організації та проведення навчальних та фізкультурно-оздоровчих заходів (педагогічна практика)					3	90				90					*		
П 5	Практика з проведення різних форм організації фізкультурної роботи в школі (педагогічна практика)					4,5	135				135						*	
П 6	Виробнича практика з проведення уроків фізичної культури в закладах загальної середньої освіти					4,5	135				135							*
П 7	Виробнича практика професійної діяльності вчителя фізичної культури закладу загальної середньої освіти					9	270				270							*
Всього						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	64			86				4			

ВОК 04		4		5	150	64		86			4						
ВОК 05		5		5	150	60		90			4						
ВОК 06		5		5	150	60		90			4						
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								6	
ВОК 12		8		5	150	75		75								6	
	Всього	12		60	1800	818		982	-	-	8	8	8	10	10	12	
***	БЗВП (теоретичний курс)***			3	90	60		30			4						
Всього за навчальним планом				240	7200	2930		4270	24	24	26	26	24	25	25	20	
Загальна кількість годин				240	7200												
Кількість екзаменів		15							1	3	2	2	2	2	1	2	
Кількість заліків			37						7	4	5	4	5	4	6	2	
Кількість курсових робіт				2									1		1		

Примітки:

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

ПОГОДЖЕНО

Декан гуманітарного факультету

Гарант освітньо-професійної програми

Проректор з науково-педагогічної роботи

 Г. В. Бучківська
 О. М. Мозолев
 О. С. Поліщук