

«Затверджую»

Ректор ХГПА

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	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	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	2	2
Ознайомлювальна практика в школі	3	2
Практика в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку	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				Кількість кредитів ECTS	Кількість годин				Розподіл годин на тиждень за курсами і семестрами							
		Екзамени	Заліки	Курсові			Загальний обсяг	Аудиторних		Самостійна	I курс		II курс		III курс		IV курс	
				проекти	роботи			у тому числі:			С е м е с т р и							
											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			4	120	64	2	62	56				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						20	600	250	84	166	350	10	2	0	0	2	2	0

1.2. Освітні компоненти професійної підготовки

ПП 01	Педагогіка	3	1,2			8	240	120	70	50	120	4	4	4				
ПП 01.1	Педагогіка (за професійним спрямуванням)		1			4	120	60	40	20	60	4						
ПП 01.2	Основи педагогічної майстерності вчителя фізичної культури	3				4	120	60	30	30	60			4				
ПП 02	Педагогіка фізичного виховання з основами наукових досліджень		2			4	120	72	32	40	48		4					
ПП 03	Психологія (за професійним спрямуванням)		1			5	150	60	40	20	90	4						
ПП 04	Безпека життєдіяльності		1			3	90	30	18	12	60	2						
ПП 05	Основи екології		2			3	90	36	18	18	54		2					
ПП 06	Теорія і методика здоров'я		2			5	150	72	40	32	78		4					
ПП 07	Морфофункціональні та метаболістичні основи фізичного виховання:	2, 5, 7	3			13,5	405	207	126	81	198		4	2		4		3
ПП 07.1	а) анатомія людини	2				4	120	72	48	24	48		4					

ПП 07.2	б) біохімія та біохімічні основи фізичного виховання		3			3	90	30	22	8	60			2				
ПП 07.3	в) фізіологія	5				3	90	60	40	20	30					4		
ПП 07.4	г) медико-біологічний контроль у фізичному вихованні	7				3,5	105	45	16	29	60						3	
ПП 08	Інклюзивне фізичне виховання школярів	8	6, 7			10,5	315	143	48	95	172					4	3	3
ПП 08.1	а) лікувальна фізична культура в школі		6			3,5	105	56	16	40	49					4		
ПП 08.2	б) фізичне виховання дітей з особливими потребами		7			3	90	45	16	29	45						3	
ПП 08.3	в) корекція фізичного розвитку школярів	8				4	120	45	16	29	75							3
ПП 09	Вступ до спеціальності		2			4	120	72	48	24	48		4					
ПП 10	Теорія і методика фізичного виховання	6	3, 4, 5		5	16	480	252	120	132	228			4	4	4	4	
ПП 10.1	а) Теоретичні основи системи фізичного виховання школярів		3			4	120	60	30	30	60			4				
ПП 10.2	б) Форми організації занять з фізичного виховання в закладах середньої освіти		4			4	120	64	30	34	56			4				
ПП 10.3	в) Розвиток рухових здібностей школярів		5		5	4	120	60	30	30	60					4		
ПП 10.4	г) Методика організації та проведення занять з фізичного виховання в Новій українській школі	6				4	120	68	30	38	52						4	
ПП 11	Рухливі ігри з методикою навчання		1			5	150	60	20	40	90	4						
ПП 12	Спортивні ігри з методикою навчання	4	2, 3			12	360	196	64	132	164		4	4	4			
ПП 13	Гімнастика з методикою навчання	5	4			8	240	120	32	88	120				4	4		
ПП 14	Легка атлетика з методикою навчання	3				4	120	60	16	44	60			4				
ПП 15	Плавання з методикою навчання		5			3	90	45	15	30	45					3		
ПП 16	Фітнес технології фізичного виховання	4				5	150	75	26	49	75				5			
ПП 17	Фізкультурно-оздоровчий туризм:	7	6, 7			11	330	150	70	85	180						5	5
	а) Організація молодіжного спортивно-оздоровчого туризму		6			5	150	75	24	51	75						5	

	б) Рекреаційні ресурси оздоровлення школярів		7			3	90	30	20	10	60						2		
	б) Методика організації туристичної роботи у закладах освіти	7				3	90	45	15	30	45						3		
ПП 18	STEM-технології у фізичному вихованні		5			4	120	60	30	30	60					4			
ПП 19	Управління у сфері фізичної культури	8				3	90	45	20	25	45							3	
ПП 20	Курсова робота з фахових дисциплін					3	90	0	0	0	90								
ПП 21	Дистанційна освіта у фізичному вихованні		8			4	120	45	20	25	75							3	
Всього						150	4500	2098	925	1173	2402	24	24	18	17	21	15	11	9
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	180				180							*	
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	68		82						4			
ВОК 08		6		5	150	68		82						4			
ВОК 09		7		5	150	60		90							4		
ВОК 10		7		5	150	60		90							4		
ВОК 11		8		5	150	75		75								5	
ВОК 12		8		5	150	75		75								5	
Всього		12		60	1800	774		1026	-	-	8	8	8	8	8	10	
Всього за навчальним планом				240	7200	2872		4328	24	24	26	25	26	23	19	19	
Загальна кількість годин				240	7200												
Кількість екзаменів		15							1	2	2	2	2	2	2	2	
Кількість заліків		39							6	5	5	4	6	4	5	4	
Кількість курсових робіт			2										1			1	

ПОГОДЖЕНО

Декан гуманітарного факультету

Гарант освітньо-професійної програми

Проректор з науково-педагогічної роботи

 Г. В. Бучківська

 О. М. Мозолєв

 О. С. Поліщук