

1.9. Теорія та методика оздоровчої фізичної культури

Тип дисципліни:

обов'язкова.

Семестр:

другий, третій.

Обсяг дисципліни:

загальна кількість годин – 180 (кредитів ЄКТС – 6), аудиторні години: лекції – 34, семінарські – 32.

Лектор:

к. п. н., доцент Логвиненко О.Б.

Результати навчання:

- знати нормативно-правові і науково-методичні основи оздоровчої фізичної культури;
- володіти методикою реалізації фізкультурно-оздоровчих завдань у позакласних і позашкільних формах роботи;
- знати особливості науково-дослідницької діяльності з оздоровчої фізичної культури;
- вміти обирати технологію реалізації конкретних науково-методичних та організаційно-навчальних завдань;
- вміти застосовувати існуючі методики моніторингу стану здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості учнів та студентів

Спосіб навчання:

аудиторне.

Необхідні обов'язкові попередні та супутні дисципліни:

- теорія і методика фізичного виховання;
- оздоровчі види гімнастики;
- оздоровчі види єдиноборств;
- оздоровчі заняття на воді;

Зміст навчальної дисципліни:

Розділ 1. Оздоровча фізична культура в системі навчально-виховної роботи з дошкільниками та учнями загальноосвітньої школи.

Предмет і завдання навчальної дисципліни. Організація і методика оздоровчої фізичної культури з дошкільнятами. Фізкультурно-оздоровча діяльність у системі роботи загальноосвітньої школи. Методика здійснення фізкультурно-оздоровчих завдань у позакласній діяльності. Методика формування здорового способу життя учнів засобами фізичної культури. Діагностика стану здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів.

Розділ 2. Оздоровча фізична культура як важливий складовий компонент навчально-виховного процесу вищого навчального закладу.

Правові, організаційні та програмно-нормативні основи оздоровчої фізичної культури у вищих навчальних закладах. Особливості здійснення фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів у зарубіжних країнах. Теоретичні засади здійснення оздоровчих функцій в процесі фізичної підготовки у ВНЗ. Методика розвитку фізичних здібностей студентів у процесі їх фізичної підготовки у ВНЗ. Фізкультурно-оздоровча діяльність у позанавчальних формах занять ВНЗ. Фізкультурно-оздоровча діяльність у позааудиторних (позаучбових) формах навчально-виховного процесу у ВНЗ.

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) / В. Г. Арєф'єв, Г.А.Єдинак. – Кам'янець-Подільський, 2001. – 384 с.
2. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: Навчальний посібник. – К.: «Освіта України», 2008. – 256 с.
3. Книга вчителя фізичної культури: Довідково-методичне видання [упор. С.І.Операйло, В.М.Єрмолова, Л.І.Іванова]. – Харків, 2006. – 560 с.
4. Шиян Б. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. Шиян. – Ч.І. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.

Форми та методи навчання:

лекції, семінарські заняття, самостійна робота.

Методи і критерії оцінювання:

- поточний контроль: підготовка та відповіді на семінарських заняттях, виконання самостійних та контрольних робіт.
- підсумковий контроль: співбесіда з лектором, залік у другому семестрі, екзамен – у третьому. 100-бальна шкала оцінювання.

Мова навчання:

українська.

Кафедра:

теорії та методики фізичного виховання.