

ДРОГОБИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної роботи

В. Л. Шаран

Ініціали та прізвище

16 лютого 2021 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія і методика фізичного виховання

Галузь знань: 01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура)
Освітня програма: Середня освіта (Фізична культура)
Статус дисципліни: обов'язкова
Навчально-науковий інститут фізичної культури і здоров'я
Кафедра: теорії та методики фізичного виховання
Мова навчання: українська
Дані про вивчення дисципліни

Форма здобуття освіти	Курс	Семестр	Загальний обсяг дисципліни	Кількість годин						Курсова робота	Вид семестрового контролю	
				Аудиторні заняття					Самостійна робота		Залік	Екзамен
			Кредити ЕКТС	Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семінарські заняття				
Денна	I	1	150/5	60	30			30	90		-	+
Заочна	I	1	150/5	14	8			6	136		-	+

Робоча програма складена на основі освітньої програми та навчального плану підготовки магістрів (обсягом 120 кредитів ECTS).

Розробники:

Р. В. Чопик, к. пед. н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
І. Х. Турчик, к. фіз. вих., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

Схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від 28.01.21 р.

Зав. кафедри теорії та методики фізичного виховання Герасименко С.Ю.

Погоджено гарантом освітньої програми

Лук'янченко М. І. д-р. пед. наук, професор, професор кафедри теорії та методики фізичного виховання

Схвалено на засіданні науково-методичної ради навчально-наукового інституту фізичної культури і здоров'я

Протокол № 1 від 29.01.2021 р.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради університету

Протокол № 2 від 16.02.2021 р.

1. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни – вивчення теоретико-методичних основ фізичного виховання як складової системи формування професійних компетенцій здобувачів вищої освіти і підготовка до майбутньої педагогічної діяльності у сфері фізичної культури та керівництва процесом фізичного виховання осіб різного віку.

Розвинути у здобувачів вищої освіти відповідні компетентності.

Загальні компетентності:

- здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях;
- здатність діяти соціально відповідально та свідомо;
- завички використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- здатність до пошуку, опрацювання та аналізу інформації з різних джерел;
- здатність приймати обґрунтовані рішення;
- здатність працювати в команді та автономно.

Фахові компетентності:

- здатність фахово здійснювати педагогічну діяльність у закладах освіти, володіти формами і методами та інноваційними освітніми технологіями навчання;
- здатність до організації продуктивної самоосвіти та презентації власних професійних здобутків;
- здатність використовувати інформаційні та комунікативні технології при спілкуванні, обміні інформацією, зборі, обробці, аналізі, інтерпретації даних;
- здатність використовувати відповідну термінологію для обговорення фактів, концепцій та їх інтерпретації;
- здатність надавати консультації з практичних питань організації здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, вивчення та вдосконалення життєво важливих рухових навичок та навичок самоконтролю, загартування;
- здатність використовувати методи фізичного виховання і самовиховання для підвищення адаптаційних резервів організму і зміцнення здоров'я учнівської молоді;
- здатність використовувати базові знання в процесі планування, організації, моделювання та аналізу педагогічного процесу, володіти індивідуальними і груповими технологіями прийняття конструктивних рішень щодо організації та управління.

2. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“Теорія і методика фізичного виховання” як обов’язкова навчальна дисципліна є складовою циклу професійної підготовки магістрів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), які здобувають вищу освіту на умовах перехресного вступу на основі ОС бакалавра, магістра, ОКР спеціаліста, здобутого за іншою спеціальністю (напрямом підготовки). “Теорія і методика фізичного виховання” використовує та інтерпретує попередні знання

студентів із гуманітарних, медико-біологічних, психолого-педагогічних та спортивних дисциплін й передбачає можливість застосування отриманих знань у процесі вивчення наступних навчальних курсів із проблем галузі фізичної культури: “Методика викладання фізичної культури у закладах середньої освіти III ступеня”; “Теорія і методика фізичного виховання дорослих”; “Організація та методика спортивно-туристичної роботи”; “Професійна діяльність у сфері фізичної культури”; “Організація та методика масової фізичної культури”; “Теорія та методика оздоровчої фізичної культури”; “Методика навчання спортивних дисциплін у профільних класах”; “Професійно-прикладна фізична підготовка у профільних класах”; “Інтегративне та інклюзивне фізичне виховання школярів”. Компетенції, набуті у процесі вивчення “Теорія і методика фізичного виховання”, застосовують під час педагогічної практики у закладах середньої освіти III ступеня та виконання кваліфікаційної роботи.

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Згідно з вимогами освітньої програми здобувачі вищої освіти повинні **знати:**

- основні поняття теорії і методики фізичного виховання;
- законодавчі документи у галузі фізичної культури;
- елементи системи фізичного виховання і спорту в Україні;
- принципи системи фізичного виховання;
- засоби і методи системи фізичного виховання;
- методологічні основи теорії навчання руховим діям;
- процеси, які проходять в організмі під час навчання та контролю рухових дій;
- сучасні підходи до технології формування рухових дій;
- основи методик розвитку рухових якостей;
- основи планування процесу фізичного виховання;
- технологію контролю та самоконтролю у під час занять фізичними вправами;
- завдання фізичного виховання дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку;
- теоретико-методичні основи організації фізичного виховання дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку.

Здобувачі вищої освіти повинні **вміти:**

- використовувати знання змісту теорії і методики фізичного виховання як науки і навчального предмету для подальшого формування професійно-педагогічних компетенцій;
- оцінювати педагогічні можливості різних форми фізичної культури і оптимально використовувати їх функції;
- добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання для вирішення навчально-виховних завдань;
- визначати принципи фізичного виховання, дотримання яких сприяє оптимізації освітнього процесу;

- планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям;
- добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей;
- добирати адекватні методи контролю за розвитком рухових якостей;
- визначати різні типи і види урочних форм занять фізичними вправами та характеризувати завдання і зміст їх частин;
- характеризувати педагогічні можливості неурочних форм занять фізичними вправами;
- визначати передумови планування процесу фізичного виховання, характеризувати і складати різні види документів планування;
- характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні;
- навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ;
- організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня;
- визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку;
- проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку;
- здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку;
- здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Оцінювання здійснюється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

A (90 – 100) – оцінку «**відмінно**» – «**5**» отримує здобувач, який виявив глибокі міцні і системні знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься у основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми методики фізичної культури, її мету та завдання. Вміє творчо застосувати набуті теоретичні знання у всіх видах практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю

у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

В (82 – 89) – оцінку «добре» – «4» отримує здобувач, який виявив глибокі міцні знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, володіє загальними і спеціальними компетентностями, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки у наведених прикладах. Вміє застосувати набуті теоретичні знання з елементами творчості у всіх видах практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

С (75 – 81) – оцінку «добре» – «4» отримує здобувач, який виявив міцні знання навчального матеріалу, відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; добре знає програмний матеріал у повному обсязі, має практичні вміння, однак не завжди вміє ефективно поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичного виховання. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями щодо особливостей застосування засобів, форм, методів та методик фізичного виховання осіб різних вікових категорій. Вміє застосувати набуті теоретичні знання у всіх видах практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього

шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

D (67 – 74) – оцінку «задовільно» – «3» отримує здобувач, який виявив недостатньо міцні знання навчального матеріалу, з певними труднощами відтворює програмний матеріал, рідко звертається до матеріалів, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики, але допускає помилки в термінології, відповіді неповні, мають помилки, серед яких є значна кількість суттєвих, які стосуються основних засобів, методів, принципів та форм організації фізичного виховання. Вміє застосувати набуті теоретичні знання у всіх видах типових практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль

за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

Е (60 – 66) – оцінку «задовільно» – «3» отримує здобувач, який виявив слабкі знання навчального матеріалу, важко відтворює програмний матеріал, зовсім не спирається на матеріали, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями дати визначення понять та категорій. Вміє застосувати набуті теоретичні знання у більшості типових практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

FX (35 – 59) – оцінка «незадовільно» – «2» виставляється здобувачеві вищої освіти, який виявив незнання значної частини навчального матеріалу, допускає істотні помилки у відповідях на запитання, не вміє застосувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач, не спирається на матеріали, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичного виховання в єдину структуру. Вміє застосувати набуті теоретичні знання у окремих видах типових практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього

шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

Г (0 – 34) – оцінка «незадовільно» – «2» виставляється здобувачеві, який фрагментарно володіє необхідними знаннями, уміннями, навичками та науковими термінами; демонструє низький рівень теоретико-методичної підготовленості з дисципліни. Вміє застосувати набуті теоретичні знання лише в окремих видах або частинах типових практичних завдань, що стосуються використання засобів фізичного виховання дошкільників та учнів молодшого і середнього шкільного віку: добирати адекватні засоби і методи фізичного виховання; керуватися принципами фізичного виховання; планувати, організовувати і здійснювати процес навчання руховим діям; добирати і застосовувати адекватні методики розвитку рухових якостей та здійснювати контроль рівня їхнього розвитку; характеризувати педагогічні можливості урочних і неурочних форм занять фізичними вправами; визначати передумови, характеризувати і складати різні види документів планування з фізичного виховання; характеризувати види і методи педагогічного контролю у фізичному вихованні; навчати дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку основних фізичних вправ; організовувати і проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня; визначати рівень рухової підготовленості та стан здоров'я дітей дошкільного, молодшого і середнього шкільного віку; проводити урочні і неурочні форми занять фізичними вправами з учнями молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати системне планування процесу фізичного виховання дошкільників, учнів молодшого і середнього шкільного віку; здійснювати педагогічний контроль за процесом фізичного виховання учнів молодшого і середнього шкільного віку, використовуючи адекватні засоби і методи контролю.

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Рівень засвоєння студентами теоретичного матеріалу з дисципліни перевіряється під час семінарських занять, індивідуальними завданнями, контрольною роботою та екзаменом.

Перевірка теоретичних знань студентів під час проведення семінарських занять здійснюється у формі усного та письмового опитування, тестового контролю, виступів студентів при обговоренні теоретичних питань, запланованих на самостійне опрацювання.

6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Розділ 1. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання

Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна. Соціальна обумовленість виникнення та розвитку фізичного виховання. Джерела та етапи виникнення теорії і методики фізичного виховання. Базові поняття теорії і методики фізичного виховання. Теорія і методика фізичного виховання як наука і навчальний предмет, її зв'язок з іншими дисциплінами. Розділи теорії і методики фізичного виховання.

Форми і функції фізичної культури. Система фізичного виховання. Форми фізичної культури. Специфічні функції фізичного виховання. Неспецифічні функції фізичного виховання. Поняття системи фізичного виховання. Основи (компоненти) системи фізичного виховання України. Мета і основні завдання фізичного виховання.

Засоби фізичного виховання. Фізична вправа – головний засіб фізичного виховання. Техніка фізичної вправи. Характеристики рухів. Класифікація фізичних вправ. Чинники зовнішнього середовища (оздоровчі сили довкілля) та гігієнічні чинників, як засоби фізичного виховання.

Методи фізичного виховання. Визначення терміну «методи». Класифікація методів фізичного виховання. Методи наочного впливу. Методи словесного впливу. Структурні основи методів практичної вправи: навантаження і відпочинок. Методи практичної вправи: методи суворо-регламентованої вправи, методи ігрової вправи, методи змагальної вправи. Методи організації діяльності під час занять фізичними вправами.

Принципи побудови процесу фізичного виховання. Поняття «принципи» у фізичному вихованні. Загально-соціальні принципи у фізичному вихованні. Загально-педагогічні принципи у фізичному вихованні. Специфічні принципи фізичного виховання.

Розділ 2. Основи методики розвитку фізичних якостей

Загальна характеристика рухових якостей людини. Визначення поняття. Перенесення рухових якостей. Засоби розвитку рухових якостей. Методи розвитку рухових якостей. Адаптація і компенсаторика як найважливіші закономірності розвитку рухових якостей. Вплив природних і гігієнічних чинників на ефективність розвитку рухових якостей.

Основи методики розвитку силових якостей. Загальна характеристика сили як рухової якості людини. Чинники, що зумовлюють силові можливості людини. Вікова динаміка розвитку сили. Методика розвитку максимальної, швидкісної, вибухової сили та силової витривалості. Контроль за розвитком сили.

Основи методики розвитку швидкості. Загальна характеристика швидкості як рухової якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв швидкісних якостей. Вікова динаміка розвитку швидкісних якостей. Методики розвитку швидкісних якостей. Контроль за розвитком швидкісних якостей.

Основи методики розвитку витривалості. Загальна характеристика витривалості як рухової якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв

витривалості. Вікова динаміка розвитку витривалості. Методики розвитку загальної та швидкісної витривалості. Контроль за розвитком витривалості.

Основи методики розвитку гнучкості. Загальна характеристика гнучкості як рухової якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв гнучкості. Вікова динаміка розвитку гнучкості. Методики розвитку пасивної та активної гнучкості. Контроль за розвитком гнучкості.

Основи методики розвитку спритності. Загальна характеристика спритності як рухової якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв координаційних здібностей. Вікова динаміка розвитку координаційних здібностей. Методики розвитку координаційних здібностей. Контроль за розвитком координаційних здібностей.

Розділ 3. Основи процесу навчання руховим діям. Форми занять, планування та педагогічний контроль у фізичному вихованні

Основи процесу навчання руховим діям. Загальна характеристика рухового уміння та навички та закономірності і механізми їх формування. Перенесення рухових навичок. Передумови та етапи навчання. Загальна характеристика процесу навчання. Етап початкового розучування фізичної вправи. Етап поглибленого розучування. Етап закріплення та удосконалення.

Форми організації занять фізичними вправами. Загальна характеристика форм організації занять фізичними вправами. Структура занять фізичними вправами, завдання та зміст їх частин. Урочні форми організації занять. Загальна характеристика занять неурочного типу.

Планування і контроль у фізичному вихованні. Сутність системного планування процесу фізичного виховання. Загальна характеристика, види і функції планування процесу фізичного виховання. Сутність системного контролю у фізичному вихованні. Загальна характеристика, види і функції контролю у фізичному вихованні. Методи контролю, що використовуються у фізичному вихованні.

Розділ 4. Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання дітей дошкільного, молодшого та середнього шкільного віку

Особливості занять фізичними вправами з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку. Вікові особливості розвитку організму дошкільників і дітей молодшого шкільного віку як передумова організації процесу занять фізичними вправами. Сприятливі періоди розвитку рухових якостей дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Особливості методик навчання техніки рухових дій дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Особливості методик розвитку рухових якостей дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Особливості занять фізичними вправами з учнями середнього шкільного віку. Вікові особливості розвитку організму дітей середнього шкільного віку як передумова організації процесу занять фізичними вправами. Сприятливі періоди розвитку рухових якостей дітей середнього шкільного віку. Особливості методик навчання техніки рухових дій учнів середнього

шкільного віку. Особливості методик розвитку рухових якостей учнів середнього шкільного віку.

Основи методики фізичного виховання школярів із послабленим здоров'ям. Розподіл школярів на медичні групи для занять з фізичної культури. Особливості змісту навчальної програми “Фізична культура для спеціальних медичних груп” для учнів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи (СМГ). Особливості методики проведення різних форм фізичного виховання для учнів СМГ.

Теми семінарських занять

1. Форми і функції фізичної культури. Система фізичного виховання.
2. Засоби фізичного виховання.
3. Методи фізичного виховання.
4. Принципи побудови процесу фізичного виховання.
5. Загальна характеристика рухових якостей людини.
6. Основи методики розвитку силових якостей.
7. Основи методики розвитку пружкості.
8. Основи методики розвитку витривалості.
9. Основи методики розвитку гнучкості. Основи методики розвитку спритності.
10. Основи процесу навчання руховим діям.
11. Форми організації занять фізичними вправами.
12. Планування і контроль у фізичному вихованні.
13. Особливості занять фізичними вправами з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку.
14. Особливості занять фізичними вправами з учнями середнього шкільного віку.
15. Основи методики фізичного виховання школярів із послабленим здоров'ям.

7. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Засвоєння студентами теоретичного матеріалу з дисципліни перевіряється під час семінарських занять, індивідуальними завданнями, контрольною роботою та екзаменом.

Кількість балів, набраних за відповіді на семінарських заняттях визначається за формулою: $x_I = \frac{A \cdot K}{n \cdot 5}$, де: A – сума балів набраних на семінарських заняттях за чотирибальною шкалою; n – кількість оцінок, отриманих на семінарських заняттях за семестр; $K=60$ – максимальна кількість балів, яку можна отримати на семінарських заняттях за семестр.

З метою самостійного вивчення частини програмного матеріалу, систематизації, узагальнення, закріплення та практичного застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності студенти виконують індивідуальні завдання.

Індивідуальне завдання виконується у письмовій формі і подається лектору не пізніше, ніж за тиждень до написання контрольної роботи. Якщо

студент не здає індивідуального завдання вчасно, то бали за цей вид роботи йому не нараховуються.

Перелік індивідуальних завдань зазначається в силабусі навчальної дисципліни.

Критерії оцінювання індивідуального завдання за 10 бальною шкалою

Аспекти роботи	Бали
Ступінь виконання завдання	4
Рівень самостійності у виконанні роботи	3
Якість оформлення роботи	2
Наявність висновків	1
Разом	10

Поточна успішність визначається як сума балів з усіх видів навчальної роботи за семестр. Сумарна кількість балів з дисципліни визначається як сума поточної успішності за семестр з ваговим коефіцієнтом 0,6 та оцінки за екзамен у 100-бальній шкалі з ваговим коефіцієнтом 0,4 і обчислюється за формулою:

$$S_{\text{сум.}} = 0,6 * S_{\text{пот.}} + 0,4 * S_{\text{підс.}},$$

де $S_{\text{пот.}}$ – кількість балів за поточну успішність у семестрі,

$S_{\text{підс.}}$ – кількість балів за підсумковий контроль (екзамен).

Розподіл 100 балів між видами робіт:

Поточна успішність $S_{\text{пот}}$	Успішність на семінарських заняттях X_I	60
	Індивідуальні завдання	20 (2x10)
	Контрольна робота	20
Екзамен (підсумковий контроль) $S_{\text{підс.}}$		100
Сумарна оцінка $S_{\text{сум}}$ (всього балів)		$S_{\text{сум}} = 0,6 \cdot S_{\text{пот}} + 0,4 \cdot S_{\text{підс.}}$

Оцінка виставляється за такими шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

Екзамен за талоном № 2 і К проводиться в усній формі з оцінюванням за стобальною, національною і ЄКТС шкалою.

8. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ, ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Під час занять може застосовуватися таке технічне обладнання: мультимедійний проектор, екран, ноутбук з доступом до мережі Internet, наочність (презентації, стенди, таблиці, посібники, довідники, інший роздатковий матеріал).

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література:

1. Арєфьєв В. Г. Основи теорії та методики фізичного виховання : підручник. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницька О.А., 2014. 268 с.
2. Арєфьєв В. Г., Куриш В. І., Михайлова Н. Д. Педагогічна практика в школі : навч. метод. посібник. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2003. 104 с..
3. Арєфьєв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : "Рута", 2007. 334 с.
4. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Київ : Олимпийская литература, 2002. 294 с.
5. Воробйов М. І., Круцевич Т. Ю. Практика в системі фізкультурної освіти. Київ : Олімпійська література, 2006. 192 с.
6. Герцик М. С., Вацеба О. М. Вступ до спеціальності галузі «Фізичне виховання і спорт». Харків : ОВС, 2005. 200 с.
7. Давиденко О. В., Семененко В. П., Фандікова Л. О. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дитячим контингентом. Тернопіль : Аністон, 2003. 144 с.
8. Деминский А. Ц. Основы теории и методики физического воспитания. Донецк : АО "Издательство "Донецчина", 1995. 520 с.
9. Дитина в дошкільні роки. Програма розвитку, навчання та виховання дітей. – 2-ге вид. Запоріжжя : ТОВ "ЛПКС" ЛТД, 2004. 268 с.
10. Дубогай О. Навчання в русі: здоров'язберігаючі педагогічні технології у початковій школі. Київ : Вид. дім "Шкіл. світ", 2005. 112 с.
11. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання. Ч. 1,2. Черкаси : ЦНТЕІ, 2005. 263 с.
12. Індивідуальні форми методичної роботи з педагогами в сучасному дошкільному навчальному закладі / за заг. ред. К. Л. Крутій. Запоріжжя : ТОВ "ЛПКС" ЛТД, 2004. 148 с.
13. Крутій К. Л. Концепція та методичні засади програми "Дитина в дошкільні роки. – 3-тє вид. Запоріжжя : ТОВ "ЛПКС" ЛТД, 2004. 392 с.
14. Крутій К. Л., Маковецька Н. В. Інноваційна діяльність у сучасному дошкільному навчальному закладі : методичний аспект. – 2-ге вид. Запоріжжя : ТОВ "ЛПКС" ЛТД, 2006. 128 с.
15. Куриш В. І., Лук'янченко М. І., Щербей М. В. Оцінювання навчальних досягнень учнів з предмета «Фізична культура». Дрогобич : Коло, 2004. 224 с.
16. Куриш В. І., Чопик Р. В. Теорія і методика фізичного виховання : навч.-метод. посібник. Дрогобич : РВВ ДДПУ імені І. Франка, 2008. 84 с.
17. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : навч. посібник. Львів : Штабар, 1997. 207 с.
18. Лях В. И. Координационные способности школьников. Минск : Полымя, 1989. 160 с.
19. "Малятко-здоров'ятко" : Комплексна програма формування культури здоров'я дітей дошкільного віку / Денисенко Н. Ф. та ін. Запоріжжя : ТОВ "ЛПКС" ЛТД, 2004. 68 с.

- 20.Михаць Л. В. Теорія і методика фізичного виховання : метод. рек. до сем. занять. Дрогобич : РВВ ДДПУ імені І. Франка, 2016. 50 с.
- 21.Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів. Дніпропетровськ : Інновація, 2007. 252 с.
- 22.Носко М. О., Носко Ю.М., Лазаренко М. Г., Жула В. П., Могильний Ф. В., Філоненко О. А. Руховий розвиток школярів різних вікових груп : наукове видання / за наук. ред. М. О. Носка. Чернігів, 2020. 408 с.
23. Оздоровчі функції шкільної фізичної культури / під заг. ред. М. В. Барашкіна. Слов'янськ : СДПІ, 1994. 65 с.
- 24.Теорія і методика фізичного виховання / за редакцією Т. Ю. Круцевич. У 2-х томах. Київ : Олімпійська література, 2008.
- 25.Форми і засоби фізичного виховання молодших школярів: методичний посібник / А. Д. Леськів, Н. В. Андрущук, С. О. Механошин, А. Б. Дзюбановський. Тернопіль : Астон, 1997. 108 с.
- 26.Чопик Р. В., Турчик І. Х. Теорія і методика фізичного виховання : метод. матер. до сем. занять. Дрогобич: РВВ ДДПУ імені І. Франка, 2012. 96 с.
- 27.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. У 2-х частинах. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2007.

Допоміжна література

1. Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024 року. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF#n10>
2. Круцевич Т. Ю. Головні напрямки удосконалення програм з фізичного виховання школярів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2006. № 4. С 20–28.
3. Круцевич Т. Ю. Експрес-контроль фізичної підготовленості дітей та підлітків в умовах фізкультурно-оздоровчих занять. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2007. № 1. С 64–69.
4. Круцевич Т. Ю., Вороб'єв М. И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей. Київ : НУФВСУ, 2005. 196 с.
5. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи. (затверджена наказом МОН України від 23.10.2017 р. № 1407). Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-5-9-klas>
6. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 10 – 11 класи. Рівень стандарту. (наказ МОН України від 22.03.2017 р. № 451). Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-10-11-klasiv>
7. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>
8. Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року: Закон України від 4 листопада 2020 р. № 1089. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#Text>

9. Тести і нормативи для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0195-17#Text>

10. Турчик І. Х., Михаць Л. В. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті за кордоном : метод. рек. до сем. занять. Дрогобич : РВВ ДДПУ ім. І. Франка, 2017. 50 с.

11. Фізична культура. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1–4 класи. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>

12. Фізичне виховання молодших школярів : навч. програма і дидактично-методичні матеріали до неї / Г. В. Воробей. Івано-Франківськ : Вежа, 1993. 144 с.

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

<http://usf.org.ua/>

<http://uk.wikipedia.org/>

<https://mon.gov.ua/ua/>