

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»

Циклова комісія фізичного виховання



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

2023 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

для студентів

спеціальності

014 Середня освіта

освітньо-професійної програми

Фізична культура

освітньо-професійного ступеня

фаховий молодший бакалавр

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02136554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти

Програма №

1111

(підпис)

(прізвище, ініціали)

«

»

20 2023 р.

Київ-2023

Розробник: Черненко Г.І., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум»

Викладач:

Черненко Г.І., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум»

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання

Протокол від « » _____ 2023 р. № ____

Робочу програму перевірено

« » _____ 2023 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи О.Торіф Оксана ГОЛОВЧАНСЬКА

Заступник директор з навчальної роботи ОК Оксана КАЛАШНИК

Пролонговано:

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № ____

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № ____

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № ____

на 20__/20__ н.р. (_____), «__» _____ 20__ р., протокол № ____

© Черненко Г.І., 2023 рік
© Університет Грінченка, 2023 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни		
	денна форма навчання		
Вид дисципліни	обов'язкова		
Мова викладання, навчання, оцінювання	українська		
Загальний обсяг кредитів/годин	11/330		
Курс	2	3	4
Семестр	3-4	5-6	7-8
Кількість змістових модулів з розподілом:	5	4	2
Обсяг кредитів	5	4	2
Обсяг годин, в тому числі:	150	120	60
Аудиторні	70	56	28
Модульний контроль	10	8	4
Семестровий контроль	-	30	
Самостійна робота	70	42	12
Форма семестрового контролю		залік	екзамен

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни - формування у майбутніх фахівців знань та умінь з теорії та методики навчання фізичному вихованню у закладах загальної середньої освіти, а також професійних компетентностей, необхідних для подальшої ефективної діяльності у сфері фізичної культури та спорту.

Завданнями дисципліни є:

- формування у студентів здатності вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- формування у студентів здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- формування у студентів здатності до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності учнів ЗЗСО;
- формування у студентів здатності добирати і використовувати фізичні вправи на різних етапах навчання, доцільно і правильно застосовувати прийоми страховки;
- формування у студентів здатності зміцнювати здоров'я учнів шляхом

- використання рухової активності та інших чинників здорового способу життя;
- формування у студентів здатності здійснювати навчання, виховання та соціалізацію учнів у сфері фізичної культури, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

Дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання», як обов'язкова компонента освітньої програми, забезпечує оволодіння студентами загальними та фаховими компетентностями і досягнення ними програмних результатів навчання за відповідною освітньо-професійною програмою:

«Середня освіта (Фізична культура)» (ОС Фаховий молодший бакалавр)

Номер в освітній програмі	Зміст компетентності	Номер теми, що розкриває зміст компетентності
Загальні компетентності за освітньою програмою		
ЗК-2	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя	3, 25-27
ЗК-6	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями	1-33
ЗК-7	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях	2-3, 25-27
Спеціальні компетентності за освітньою програмою		
СК-1	Здатність враховувати в освітньому процесі вікові особливості учнів	3-9, 13-15
СК-2	Здатність до використання предметних знань в освітньому процесі	3-10, 13-18, 23-24
СК-4	Здатність до добору й застосування доцільних форм, методів, технологій та засобів навчання	3-10, 13-18, 23-24
СК-6	Здатність до формування мотивації та організації пізнавальної діяльності учнів	3-10, 13-18, 19-24
СК-7	Здатність до спілкування з батьками, колегами, іншими фахівцями з метою педагогічного супроводу.	25-27
СК-8	Здатність до забезпечення сприятливих умов в освітньому середовищі для кожного учня відповідно до його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів	1-3, 25-30
СК-9	Здатність до планування освітнього процесу в межах посадових обов'язків	25-30
СК-11	Здатність до використання освітніх інновацій у професійній діяльності	31-33
СК-12	Здатність до моніторингу педагогічної діяльності та визначення власних професійних потреб	4-6, 10-15, 19-24
СК-13	Здатність розвивати мовно-комунікативну компетентність учнів	1-3, 25-30
СК-14	Здатність до формування в учнів відповідального ставлення до інформаційно-комунікаційних та цифрових технологій та безпечного їх використання	3-10, 13-18, 19-24
СК-16	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності учнів у закладах загальної середньої освіти.	28-30
СК-18	Здатність дбайливо ставитися до здоров'я учнів ласного здоров'я в процесі освітньої діяльності	3-10, 13-18, 19-24
Результати навчання за освітньою програмою		
РН-2	Застосовувати ефективні моделі міжособистісної комунікації як в професійній діяльності, так і поза її межами.	1-2
РН-3	Аналізувати можливості професійного розвитку з урахуванням умов педагогічної діяльності та індивідуальних запитів і потреб.	2-3
РН-4	Враховувати вікові особливості учнів в освітньому процесі для забезпечення його ефективності.	7-9, 13-21

PH-5	Забезпечувати досягнення результатів навчання, визначених Державними стандартами освіти та типовими освітніми програмами.	7-9, 13-21
PH-6	Застосовувати міжпредметні зв'язки та інтеграцію змісту різних освітніх галузей в освітньому середовищі.	18-21, 31-33
PH-8	Сприяти формуванню мотивації учнів до навчання.	10-12, 24
PH-9	Використовувати ефективні форми, засоби і стратегії комунікації з батьками, колегами, іншими фахівцями.	1-3
PH-10	Планувати освітній процес залежно від мети, індивідуальних особливостей учнів, специфіки діяльності закладу освіти.	10-12
PH-11	Застосовувати інновації у професійній діяльності.	3-6, 16-24, 31-33
PH-12	Оцінювати власну педагогічну діяльність відповідно до визначених критеріїв.	22-27
PH-13	Формувати в учнів здатність до конструктивної міжособистісної взаємодії.	31-33
PH-16	Демонструвати вміння проводити практичні заняття з видів спорту в закладах загальної середньої освіти у відповідності до вимог навчальної програми з фізичної культури.	28-30
PH-17	Застосовувати адаптивне фізичне виховання та фізичну реабілітацію для осіб, що їх потребують в умовах ЗЗСО. PH 18 Формувати здатність дбайливо ставитися до здоров'я учнів та власного здоров'я в процесі освітньої діяльності.	25-27, 31-33
PH-18	Формувати здатність дбайливо ставитися до здоров'я учнів та власного здоров'я в процесі освітньої діяльності.	1-33

3. Результати навчання за дисципліною

У результаті вивчення дисципліни студент:

- демонструє здатність здійснювати навчання руховим діям та розвивати рухові якості учнів в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;
- демонструє здатність до проведення навчальних занять з фізичної культури з учнями ЗЗСО;
- демонструє здатність здійснювати заходи з підготовки учнів до змагань з видів спорту, організує та проводить спортивні змагання в умовах ЗЗСО;
- демонструє знання та розуміння сутності принципів, методів, форм та організації процесу навчання та виховання учнів;
- демонструє здатність до складання навчально-методичних матеріалів (робочі програми, навчально-тематичні плани тощо);
- демонструє здатність до дотримання вимог техніки безпеки, санітарних, гігієнічних норм та правил експлуатації спортивних споруд, здійснює профілактику травматизму.

4. Структура навчальної дисципліни

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
2 курс. Змістовий модуль I. Загальні основи теорії фізичного виховання							
Тема 1. Предмет, зміст, базові поняття, наукові основи ТМФВ. Значення фізичного виховання в умовах воєнного часу.	10	2	2				6
Тема 2. Фізичне виховання як суспільне явище та галузь діяльності.	8	2	2				4
Тема 3. Система фізичного виховання. Принципи та їх значення в сфері фізичного виховання.	10	2	4				4
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем I	30	6	8				14
Змістовий модуль II. Засоби і методи фізичного виховання.							
Тема 4. Засоби фізичного виховання.	8	2	2				4
Тема 5. Класифікація фізичних вправ. Техніка фізичних вправ.	10	2	2				6
Тема 6. Методи фізичного виховання.	10	2	4				4
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем II	30	6	8				14
Разом за 3 семестр *з урахуванням МКР 4 год.	60	12	16				28
Змістовий модуль III. Загальні основи навчання рухових дій.							
Тема 7. Теоретичні основи навчання руховим діям.	8	2	2				4
Тема 8. Характеристика процесу навчання руховим діям. Рухове вміння та навичка.	10	2	4				4
Тема 9. Технологія навчання руховим діям.	10	2	2				6
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем III	30	6	8				14
Змістовий модуль IV. Навантаження та відпочинок, основи теорії адаптації							
Тема 10. Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.	10	2	2				6
Тема 11. Основи теорії адаптації.	10	2	4				4
Тема 12. Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення	8	2	2				4
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем IV	30	6	8				14
Змістовий модуль V. Основи методики виховання фізичних якостей							
Тема 13. Основи методики виховання силових і швидкісних якостей.	9	2	2				5
Тема 14. Основи методики виховання витривалості.	9	2	2				5
Тема 15. Основи методики виховання гнучкості. координаційних здібностей(спритності) , постава	10	2	4				4
Модульний контроль	2						

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Разом за змістовим модулем V	30	6	8			14	
Разом за 4 семестр *з урахуванням МКР 6 год.	90	18	24			42	
Всього *з урахуванням МКР 10 год.	*150	30	40			70	
3 курс Змістовий модуль VI. Урок - основна форма фізичного виховання школяра.							
Тема 16. Характерні риси, зміст і побудова уроку.	7	2	2			3	
Тема 17. Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.	10	2	4			4	
Тема 18. Дозування фізичного навантаження на уроці, пульсометрія, хронометрія. Педагогічна оцінка (аналіз) уроку фізичної культури.	8	2	2			4	
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем VI	27	6	8			11	
Змістовий модуль VII. Форми фізичного виховання.							
Тема 19. Організаційні форми фізичного виховання школярів Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	7	2	2			3	
Тема 20. Позакласні заняття фізичними вправами.	7	2	2			3	
Тема 21. Фізичне виховання учнів поза школою. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами.	10	2	4			4	
Модульний	2						
Разом за змістовим модулем VII	26	6	8			10	
Разом за 5 семестр *з урахування МКР 4год.	53	12	16			21	
Змістовий модуль VIII. Фізичне виховання дітей різних вікових груп							
Тема 22. Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.	7	2	2			3	
Тема 23. Фізичне виховання дітей шкільного віку.	8	2	2			4	
Тема 24. Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	10	2	4			4	
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем	27	6	8			11	
Змістовий модуль IX. Учитель фізичної культури – організатор здорового способу життя.							
Тема 25. Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури	7	2	2			3	
Тема 26. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.	10	2	4			4	
Тема 27. Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження.	7	2	2			3	
Модульний	2						
Разом за змістовим модулем	26	6	8			10	
Разом за 6 семестр	53	12	16			21	

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт				
		Аудиторна:				
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні
*з урахування МКР 4 год.						
4 курс Змістовий модуль Х. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології фізичному вихованні						
Тема 28. Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів.	6	2	2			2
Тема 29. Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм.	8	2	4			2
Тема 30. Особливості підготовки майбутніх фітнес-фахівців.	6	2	2			2
Модульний контроль	2					
Разом за змістовим модулем	22	6	8			6
Разом за 7 семестр *з урахуванням МКР 2 год.	22	6	8			6
Змістовий модуль ХІ. Управління, планування і контроль роботи в фізичному вихованні.						
Тема 31. Планування, контроль і облік у процесі фізичного виховання Технологія планування та його функції.	6	2	2			2
Тема 32. Документи планування, що складаються вчителем.	8	2	4			2
Тема 33. Управління, моделювання, прогнозування у фізичному вихованні.	6	2	2			2
Модульний контроль	2					
Разом за змістовим модулем	22	6	8			6
Разом за 8 семестр *з урахуванням МКР 2 год.	22	6	8			6
Підготовка до проходження контрольних заходів	30					
Всього за 3-4 курси *з урахуванням МКР 12 год.	*180	36	48			54
Всього за дисципліною *з урахуванням МКР 22год.	*330	66	88			124

5. Програма навчальної дисципліни
Змістовий модуль І
Загальні основи теорії фізичного виховання

Тема 1. Предмет, зміст, базові поняття, наукові основи ТМФВ. Значення фізичного виховання в умовах воєнного часу.

Предмет вивчення теорій у практичних наукових досліджень - об'єкт і суб'єкт завдання теорії фізичного виховання. Суть, мета і завдання ТМФВ. Основні історичні етапи розвитку ТМФВ та їх характеристика Теорія фізичного виховання у формуванні професійної освіти фахівців. Взаємодія з іншими науками.

Основні поняття / ключові слова: фізичне виховання, фізична культура, закономірності фізичного виховання, фізична освіта.

Рекомендовані літературні джерела: 3, 4, 8.

Тема 2. Фізичне виховання як суспільне явище та галузь діяльності.

Фактори, що обумовлюють виникнення та розвиток фізичного виховання. Виникнення та розвиток фізичного виховання. Напрямки функціонування фізичного виховання як соціального явища. Вплив соціальних систем. Соціальна зумовленість виникнення та розвитку фізичного виховання. Соціально-економічні фактори. Витоки розвитку фізичного виховання в Україні.

Основні поняття / ключові слова: суспільство, соціальна система, категорії “діяльність” і “потреба”.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 6, 9.

Тема 3. Система фізичного виховання. Принципи та їх значення в сфері фізичного виховання.

Специфічні ознаки фізичного виховання. Система фізичного виховання. Основні принципи системи фізичного виховання. Основні ланки системи фізичного виховання. Принципи та їх значення у сфері фізичного виховання. Методологічні підходи. Педагогічні принципи. Загальні, дидактичні принципи фізичного виховання.

Основні поняття / ключові слова: система фізичного виховання, принципи, процес (правові та етичні аспекти), педагогічний підхід, навчальний процес, мотивування та стимули.

Рекомендовані літературні джерела: 3, 6, 9.

Змістовий модуль II

Засоби та методи фізичного виховання.

Тема 4. Засоби фізичного виховання

Засоби фізичного виховання як складові педагогічного процесу. Зміст і форма фізичних вправ. Аналіз підходів до класифікації засобів фізичного виховання, та ознак цих класифікацій. Оздоровчі сили природи і гігієнічні чинники як засоби фізичного виховання. Фактори, які визначають вплив фізичних вправ на організм учнів.

Основні поняття / ключові слова: засіб, засоби фізичного виховання, фізичні вправи, гігієнічні чинники.

Рекомендовані літературні джерела: 3,7, 9.

Тема 5. Класифікація фізичних вправ. Техніка фізичних вправ.

Загальні поняття про техніку рухових дій. "Стандартна техніка", індивідуальна техніка. Компоненти техніки.

Основні поняття / ключові слова : перенос навички, основи техніки

рухів, визначальна ланка техніки, деталі техніки. Підготовча фаза, основна фаза, заключна фаза.

Рекомендовані літературні джерела: 4,6,8,9.

Тема 6. Методи фізичного виховання

Визначення терміну „методи” та їх класифікація. Загальнопедагогічні методи. Методи забезпечення наглядності. Практичні методи. Загальні вимоги до підбору і виконання методів.

Основні поняття / ключові слова: метод, методичний прийом, методика.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 6,9.

Змістовий модуль III

Загальні основи навчання рухових дій.

Тема 7. Теоретичні основи навчання руховим діям.

Педагогічні основи процесу навчання руховим діям. Особливості навчання у фізичному вихованні. Організація навчальної діяльності. Особистісно-діяльнісний підхід до організації навчального процесу.

Основні поняття / ключові слова: Рух, рухова діяльність, навчальна діяльність. форми фізичної вправи, структура навчальної діяльності, внутрішня та зовнішня структура.

Рекомендовані літературні джерела: 2,5,7,9.

Тема 8. Характеристика процесу навчання руховим діям . Рухове вміння та навичка.

Рухове уміння та навичка. Закономірності і механізми формування рухових вмінь і навичок. Компоненти рухового навичку. Закономірності і механізми формування рухових вмінь і навичок. Фізіологічні основи набуття вмінь і навичок

Основні поняття / ключові слова : рухове уміння, руховий навик, перенос навички, уміння нижчого порядку, уміння вищого порядку.

Рекомендовані літературні джерела: 2, 4, 9.

Тема 9. Технологія навчання руховим діям

Структура процесу навчання рухових дій. Етапи розучування. Роль зворотного зв'язку у навчанні. Просторові характеристики, часові характеристики рухів, просторово-часові, динамічні та ритмічні характеристики.

Основні поняття / ключові слова: траєкторія руху, стартове положення, амплітуда, темп, ритм. Точні рухи і рухові дії, економні рухові дії, енергетичні рухові дії, плавні рухові дії.

Рекомендовані літературні джерела: 3, 6, 9.

Змістовий модуль IV

Навантаження та відпочинок, основи теорії адаптації.

Тема 10. Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.

Визначення понять. Фізичні навантаження та відпочинок як фактори впливу на фізичний розвиток. Інтенсивність та обсяг навантаження. Тривалість та характер відпочинку. Втома та відновлення.

Основні поняття / ключові слова: внутрішня та зовнішня сторона навантаження, динаміка працездатності, компоненти навантаження, втома,

відновлення.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 6, 9.

Тема 11. Основи теорії адаптації.

Загальні поняття про адаптацію. Види адаптації. Тренувальний ефект. Основні властивості адаптації, що лежать в основі управління фізичним вихованням. Явища деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів.

Основні поняття / ключові слова: гомеостаз, адаптація, резистентність, генотипова адаптація, фенотипова адаптація, стадії адаптації, переадаптація, деадаптація.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 6, 9.

Тема 12. Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення.

Поняття про фізичні здібності, основні форми їх вияву Закономірності розвитку фізичних здібностей. Етапність розвитку фізичних здібностей. Перенесення фізичних здібностей. Принципи розвитку фізичних здібностей.

Основні поняття / ключові слова: фізичні здібності, задатки, фізичні якості, виховання фізичних якостей, гетерохронність розвитку здібностей.

Рекомендовані літературні джерела: 3, 6, 9.

Змістовий модуль V

Основи методики виховання фізичних якостей

Тема 13. Основи методики виховання силових і швидкісних якостей.

Визначення поняття. Види силових здібностей. Фактори, що зумовлюють силові можливості людини. Засоби вдосконалення сили. Методика виховання сили. Вікова динаміка та контроль силових можливостей. Загальна характеристика пружкості як фізичної якості людини. бистрота рухових реакцій, бистрота виконання необтяжених поодиноких рухів, частота (темп) необтяжених рухів, швидкий початок рухів, рухова реакція. "Швидкісний бар'єр".

Основні поняття / ключові слова: абсолютна сила, відносна сила, швидка сила, вибухова сила, рухова реакція: проста, реакція на об'єкт, реакція вибору, циклічні, ациклічні рухи, етапи вдосконалення швидкості.

Рекомендовані літературні джерела: 6, 8, 9.

Тема 14. Основи методики виховання витривалості.

Загальна характеристика. Локальна, регіональна, тотальна витривалість. Загальна та спеціальна, швидкісна, силова, динамічна, координаційна витривалості. Фактори, що зумовлюють витривалість людини. Вікова динаміка природного розвитку витривалості та контроль за її розвитком.

Основні поняття / ключові слова: витривалість, міжм'язова координація, потужність, ємність рухливості та економічність енергозабезпечення м'язової діяльності.

Рекомендовані літературні джерела: 6, 8, 9.

Тема 15. Основи методики виховання гнучкості і координаційних здібностей(спритності) , постава.

Загальна характеристика, фактори від яких проявляється гнучкості. Види гнучкості. Засоби вдосконалення гнучкості, методика розвитку дозування, тривалість, інтенсивність, темп, відпочинок. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості. Загальна характеристика, фактори що

обумовлюють спритність. Координаційні здібності. Постава.

Основні поняття / ключові слова: будова суглобів, сила м'язів, активна і пасивна гнучкість, резерв гнучкості, етапи розвитку рухливості в суглобах, спритність, координація, рухова пам'ять, внутрішня і міжм'язева координація, адаптаційні можливості, рівновага, відчуття ритму, напруженість м'язів, узгодженість рухів.

Рекомендовані літературні джерела: 6, 8, 9.

Змістовий модуль VI

Урок - основна форма фізичного виховання школяра.

Тема 16. Характерні риси зміст і побудова уроку.

Урок як основна форма фізичного виховання школярів. Зміст і структура уроку. Етапи побудови уроку. Види і типи уроків. Завдання уроку. Вимоги до сучасного уроку з фізичної культури.

Основні поняття / ключові слова: урок, організація діяльності учнів на уроці, зміст уроку, предметні і комплексні уроки.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 5, 9.

Тема 17. Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.

Підготовка до уроку. Проведення уроку. Елементи підготовчої частини. Спрямованість основної частини уроку. Головні завдання заключної частини. Оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури.

Основні поняття / ключові слова: підготовча, основна і заключна частини уроку, процес навчання та його етапи, традиційні форми організації.

Рекомендовані літературні джерела: 1,3,5,9.

Тема 18. Дозування фізичного навантаження на уроці, пульсометрія, хронометрія. Педагогічна оцінка (аналіз) уроку фізичної культури.

Спостереження та аналіз уроку. Схема педагогічного аналізу за окремими його компонентами та аналіз за його частинами. Щільність уроку. Протокол хронометрії, графік виміру пульсу. Оцінка діяльності учнів на уроці.

Основні поняття / ключові слова: обсяг і інтенсивність навантаження, загальна та рухова щільність уроку, вимоги до часу протягом уроку.

Рекомендовані літературні джерела: 4,6,9.

Змістовий модуль VII

Форми фізичного виховання.

Тема 19. Організаційні форми фізичного виховання школярів Форми фізичного виховання протягом навчального дня.

Значення організаційних форм фізичного виховання школярів та їх класифікація. Характеристика урочних форм занять школярів. Характеристика позаурочних форм занять школярів.

Основні поняття / ключові слова: урок фізичної культури, гімнастика до уроків, фізкультхвилини і фізкультпаузи, рухова перерва, години здоров'я, спортивна година у групах продовженого дня.

Рекомендовані літературні джерела: 7, 8, 9.

Тема 20. Позакласні заняття фізичними вправами. Некласифікаційні змагання школярів, Класифікаційні змагання. Змагання за шкільною програмою. Спортивно-художні вечори. День здоров'я. Положення про спортивне змагання.

Основні поняття / ключові слова: свято спорту і мистецтв, веселі старту сімейних команд, естафети та ігри, змагання "з листка", конкурс.

Рекомендовані літературні джерела: 5,7,9.

Тема 21. Фізичне виховання учнів поза школою.

Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами.

Виховання інтересу до занять, встановлення позитивного ставлення та інтересу до занять, спеціальні знання, формування відповідних умінь і навичок, залучення учнів до щоденних занять.

Основні поняття / ключові слова: дії вчителя (прохання, порада, вимога, заохочення та покарання). Реакція учнів на дії вчителя.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 6, 9.

Змістовий модуль VIII

Фізичне виховання дітей різних вікових груп

Тема 22. Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.

Характеристика особливостей фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Фактори, що впливають на стан здоров'я дитини. Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку. Форми занять фізичними вправами. Особливості методики занять фізичними вправами. Зміст фізкультурно-оздоровчих занять.

Основні поняття / ключові слова: системи: дошкільний вік, показники фізичного розвитку, функціональні системи організму, спадковість.

Рекомендовані джерела

Основна (базова) : 3, 5, 7, 9.

Тема 23. Фізичне виховання дітей шкільного віку.

Мета, завдання фізичного виховання школярів. Молодший шкільний вік. Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості учнів середнього шкільного віку. Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості учнів старшого шкільного віку

Основні поняття / ключові слова: освітній етап, ЧСС, обмін речовин, процеси збудження і гальмування неової системи.

Рекомендовані літературні джерела: 3, 5, 8.

Тема 24. Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.

Диференційоване фізичне виховання школярів. Розподіл школярів за медичними групами. Мета і завдання фізичного виховання учнів, що мають відхилення у стані здоров'я. Особливості занять з фізичного виховання дітей, віднесених до СМГ.

Основні поняття / ключові слова: синтез, дозування навантаження, дихальні вправи, вправи гімнастичні, ігрові, туристичні, диференційоване фізичне виховання.

Рекомендовані літературні джерела: 2, 7, 8, 9.

Змістовий модуль IX

Учитель фізичної культури – організатор здорового способу життя.

Тема 25. Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної

культури. Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури.

Учитель і учні як суб'єкти процесу фізичного виховання. Педагогічні функції вчителя. Педагогічні вміння. Специфіка роботи вчителя фізичної культури.

Основні поняття / ключові слова: особистість вчителя, виховна діяльність, функції вчителя, вибір професії.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 7, 9.

Тема 26. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.

Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя. Сутність основних понять творчості, здібності учителя. Основні етапи і закони формування педагогічної творчості та особистісні якості творчого вчителя. Авторитет вчителя. Педагогічна техніка вчителя. Управління емоціями. Умови досягнення педагогічної майстерності.

Основні поняття / ключові слова: культура педагогічного спілкування, педагогічна майстерність, культура мовлення вчителя, матеріальна база, нестандартне обладнання, травматизм.

Рекомендовані літературні джерела: 7, 9.

Тема 27. Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження

Педагогічні дослідження в фізичному вихованні. Методика проведення досліджень - педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, аналіз документальних матеріалів.

Основні поняття / ключові слова: види спостережень, види педагогічного експерименту, анкетування, інтерв'ю, бесіда, математична обробка результатів контрольних випробувань.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) :6, 7, 9.

Змістовий модуль X

Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні

Тема 28. Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів

Оздоровча фізична культура, основні поняття. Реалізація принципу оздоровчої спрямованості в практиці фізичного виховання. Загальні основи побудови оздоровчого тренування. Фізкультурно-оздоровчі технології. Коротка характеристика сучасних методів оздоровчої фізкультури. Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів

Основні поняття / ключові слова: зміцнення здоров'я, критерії здоров'я та фізичної підготовленості, масові види спорту, легка атлетика, водні види спорту, суглобна гімнастика, спортивні ігри, фітнес технології.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 1, 7, 9.

Тема 29. Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм

Поняття «фітнес». Класифікація фітнес-програм. Застосування нових фітнес-програм на уроках фізкультури. Загальні основи побудови фітнес-програми. Загальна структура фітнес-програми.

Основні поняття / ключові слова: фітнес, степ-аеробіка, скіпінг, калланетіка, функціональний тренінг, пілатес, стретчинг, фітнес-програми, рухова активність.

Рекомендовані літературні джерела: 1, 5, 7, 9.

Тема 30. Особливості підготовки майбутніх фітнес-фахівців

Розвиток оздоровчої індустрії в Україні. Підготовка фахівців з фітнесу за кордоном. Підготовка фахівців з фітнесу і рекреації в Україні. Кваліфікаційні вимоги до фахівців. Комп'ютерно-інформаційні технології в роботі фахівців фізкультурно-оздоровчих напрямків.

Основні поняття / ключові слова: професія «фітнес-тренер», фітнес в США, фахівці фітнес-центрів, професійні компетенції в галузі оздоровлення та відновлення людини.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 1, 7, 9.

Змістовий модуль XI

Управління, планування і контроль роботи в фізичному вихованні.

Тема 31. Планування, контроль і облік у процесі фізичного виховання Технологія планування та його функції.

Вимоги до планування у фізичному вихованні. Принципи планування. Система педагогічного впливу. Технологія планування та його функції. Педагогічний контроль і облік у фізичному вихованні. Методико-біологічний контроль, лікарсько-фізкультурний контроль. Оперативно-поточний та тестовий контроль.

Основні поняття/ключові слова: планування, зіставлення мети-ідеалу, постановка конкретних завдань, документи планування, педагогічний контроль.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 7, 9.

Тема 32. Документи планування, що складаються вчителем.

Характеристика документів планування навчального процесу з ФВ, що складаються вчителем. Навчальні програми (базові, регіональні). Річний графік навчально-виховної роботи. Робочий план. План-конспект уроку.

Основні поняття / ключові слова: мета і завдання, загально-шкільний річний план, конкретні види діяльності, конспект уроку.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 6, 9.

Тема 33. Управління, моделювання, прогнозування у фізичному вихованні

Стратегія управління процесом фізичного виховання людини. Структура управління фізичним вихованням. Моделювання у фізичному вихованні. Прогнозування у фізичному вихованні. Програмування та корекція програм занять в процесі фізичного виховання.

Основні поняття / ключові слова: програмування, корекція програм занять, прогнозування, моделювання.

Рекомендовані літературні джерела: 4, 7, 9.

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів 2-го курсу

Для оцінювання навчальних досягнень студента впродовж другого курсу застосовується 12-бальна шкала. Для зарахування в результаті навчання за освітньо-професійною програмою фахового молодшого бакалавра отримані бали переводяться у 100-бальну шкалу.

Переведення 12-бальної системи оцінювання в 100- бальну систему

12-бальна система	100-бальна шкала
12	98 - 100
11	94 - 97
10	90 - 93
9	86 - 89
8	82 - 85
7	75 - 81
6	69 - 74
5	65 - 68
4	60 - 64
3	35 - 59
2	20 - 34
1	1 - 19

6.2. Система оцінювання навчальних досягнень студентів 3-го курсу

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Семестр 1		Семестр 2	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	6	6	6	6
Відвідування семінарських занять	1	8	8	8	8
Робота на семінарському занятті	10	8	80	8	80
Виконання завдань для самостійної роботи	5	6	30	6	30
Виконання модульної роботи	25	2	50	2	50
Разом		-	174	-	174
Максимальна кількість балів: 348					
Розрахунок коефіцієнта: $348/100=3,48$					

6.3. Система оцінювання навчальних досягнень студентів 4-го курсу

Вид діяльності студента	к-сть балів	Семестр 1	Семестр 2
-------------------------	-------------	-----------	-----------

		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	3	3	3	3
Відвідування семінарських занять	1	4	4	4	4
Робота на семінарському занятті	10	4	40	4	40
Виконання завдань для самостійної роботи	5	3	15	3	15
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25
Разом		-	87	-	87
Максимальна кількість балів: 174					
Розрахунок коефіцієнта: $174/60=2,9$ екзамен = 40 балів					

6.4. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Завдання для самостійної роботи студентів мають таку структуру:

1. Опрацювання змісту тем за літературою.
2. Виконання завдання: 2й курс оцінюється в 12 балів; 3й і 4й курси оцінюються в 5 балів.
3. Форма подання результатів виконаного завдання: документ MS Word.

Критерії оцінювання:

Кількість балів	Оцінка
2й курс: 10-12 балів 3й і 4й курси: 5 балів	позначена проблема й обґрунтована її актуальність, зроблений аналіз різних точок зору на проблему, виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності, під час аналізу зроблені самостійні висновки; тема розкрита повністю
2й курс: 8-9 балів 3й і 4й курси: 4 бали	проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно
2й курс: 6-7 балів 3й і 4й курси: 3 бали	не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу
2й курс: 4-5 балів 3й і 4й курси: 2 бали	є неточності у викладі матеріалу, відсутні логічна послідовність у судженнях, є недоліки в оформленні
2й курс: 1-3 бали 3й і 4й курси: 1 бал	тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті роботи

Тематика завдань для самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
II курс		
1	Предмет, зміст, базові поняття, наукові основи ТМФВ	6
2	Витоки розвитку фізичного виховання в Україні.	4
3	Принципи та їх значення в сфері фізичного виховання.	4
4	Засоби фізичного виховання	4
5	Класифікація фізичних вправ. Техніка фізичних вправ.	6
6	Методи фізичного виховання	4
7	Основи процесу навчання у фізичному вихованні. Рухові дії як предмет навчання	4
8	Структура процесу навчання руховим діям	4
9	Технологія навчання руховим діям	6
10	Навантаження та відпочинок.	6
11	Основи теорії адаптації	4
12	Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення	4
13	Основи методики виховання силових і швидкісних якостей.	5
14	Основи методики розвитку витривалості.	5
15	Основи методики виховання гнучкості і координаційних здібностей(спритності)	4
III курс		
1	Особливості складання та проведення комплексу загальнорозвиваючих вправ (ЗРВ).	3
2	Урок – основна форма проведення занять з фізичного виховання у школі.	4
3	Дозування фізичного навантаження на уроці, пульсометрія, хронометрія. Педагогічна оцінка (аналіз) уроку фізичної культури	4
4	Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	3
5	Позакласні заняття фізичними вправами.	3
6	Фізичне виховання учнів поза школою.	4
7	Теоретико- методичні основи фізичного виховання дітей дошкільного віку	3
8	Особливості формування правильної постави на уроках фізичної культури.	4
9	Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	4
10	Педагогічні вміння вчителя фізичної культури	3
11	Педагогічна майстерність вчителя фізичної культури.	4
12	Методи дослідження	3
IV курс		
1	Дихальна гімнастика. Методика використання дихальної гімнастики.	2
2	Фітнес технології.	2
3	Фітнес програми	2
4	Планування і контроль у фізичному вихованні.	2
5	Контроль у фізичному вихованні	2
6	Повторення матеріалу «Принципи фізичного виховання»	2

6.5. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Модульний контроль проводиться за допомогою тестування. Оцінка розраховується відповідно до кількості правильних відповідей на питання тесту.

Критерії оцінювання:

Відсоток правильних відповідей	Оцінка
100%	Відмінно
90%	Дуже добре
80%	Добре
70%	Задовільно
60%	Достатньо
59% і менше	Незадовільно

6.6. Шкала відповідності оцінок.

Для 2го курсу

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	11-12
Дуже добре	9-10
Добре	7-8
Задовільно	5-6
Достатньо	4
Незадовільно	0-3

Для 3-4го курсів

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	90-100
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	0-59

6.7. Шкала відповідності оцінок

Рейтингова оцінка	Оцінка за стобальною шкалою	Значення оцінки
A	90-100 балів	Відмінно — відмінний рівень знань (умінь) у межах обов'язкового матеріалу з, можливими, незначними недоліками
B	82-89 балів	Дуже добре — достатньо високий рівень знань (умінь) у межах обов'язкового матеріалу без суттєвих грубих помилок
C	75-81 балів	Добре — в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69-74 балів	Задовільно — посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо — мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
FX	35-59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання — незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1-34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу — досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

6.7. Форми проведення екзамену та критерії оцінювання

Форма проведення – комбінована. Екзамен (40 балів) складається з тестових запитань та типових і комплексних завдань, що потребують творчої відповіді та вміння синтезувати отримані знання і застосовувати їх при вирішенні практичних завдань.

Виконання тестових завдань – 30 балів (1 бал за кожен правильну відповідь)
Всього 30 питань по 1 балу.

Відповіді на практичні питання проводяться у формі співбесіди –10 балів.

Бали	Критерії оцінювання розгорнутої відповіді
9-10 балів	Завдання виконане в повному обсязі, студент має системні, дієві знання, володіє понятійним апаратом, відповідь на запитання вичерпна й аргументована, не має помилок.
7-8 балів	Робота виконана в повному обсязі, але має деякі неточності і незначні помилки; достатньо високий рівень загальної обізнаності з предмету та адаптивності при використанні потрібного матеріалу.
5-6 балів	Поверхневе знання змісту тем з дисципліни, труднощі при використанні понятійного апарату, відсутність міцних логічних зв'язків і послідовності у розумінні навчального предмету.

3-4 балів	Студент знайомий з матеріалом, але не виділяє основних положень, допускає суттєві помилки, які викривлюють зміст, не вміє користуватися термінологією і поєднувати теоретичні засади з практичним їх втіленням.
0-2 балів	Не виявляє розуміння матеріалу, має розрізненні знання, допускає грубі помилки, обсяг виконаного завдання менше 20%.

Орієнтовний перелік питань (комплексних завдань):

- 1.Складіть комплекс вправ спрямованих на удосконалення рухової якості гнучкості (8-10 фізичних вправ) для учнів 3-4 класів.
- 2.Складіть програму навчання однієї окремо взятої рухової дії (за вибором студента), використавши три етапи процесу навчання.
- 3.Складіть програму удосконалення загальної витривалості для учнів 7 класу, використовуючи метод безперервної стандартизованої вправи.
- 4.Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 5 класів за варіативним модулем «Баскетбол», включивши до змісту техніко-тактичні вправи. Поясніть правила техніки безпеки під час занять із спортивних ігор (баскетбол).
- 5.Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 10 класу за варіативним модулем «Плавання», включивши до змісту вправи для вдосконалення плавання способом кроль на грудях. Запропонуйте фізичні вправи для удосконалення спеціальної витривалості плавця.
- 6.Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 1 класу за розділом «Вправи для розвитку фізичних якостей»
- 7.Складіть план-конспект основної частини заняття спортивного гуртка із загальної фізичної підготовки для учнів 9 класу. Запропонуйте вправи для розвитку максимальної сили шляхом використання ізометричних вправ та вправ із самоопором.
- 8.Складіть план-конспект основної частини спортивної години в групі подовженого дня для учнів 3-4 класів. Визначте спільні та відмінні риси змісту, методики проведення години здоров'я та спортивної години у ГПД.
- 9.Складіть програму спортивних змагань сімейних команд (умови за вибором студента) в одному із класів молодшої школи.
- 10.Складіть план фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів на зміну в літньому дитячому оздоровчому таборі відпочинку дітей. Назвіть основні напрямки роботи педагогічного персоналу з фізичного виховання в ЛДОТ відпочинку дітей.
- 11.Складіть план-конспект основної частини уроку (7 клас, варіативний модуль «Легка атлетика», біг на короткі дистанції).
- 12.Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 2 класу за розділом

«Стрибкові вправи».

13. Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 5 класів за варіативним модулем «Баскетбол», включивши до змісту техніко-тактичні вправи.

14. Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 11 класу за варіативним модулем «Волейбол», включивши до змісту техніко-тактичні вправи. Поясніть правила безпеки під час занять із спортивних ігор (волейбол).

15. Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 6 класу за варіативним модулем «Гімнастика», включивши до змісту вправи динамічні і статичні та вправи на розтягування м'язів.

16. Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 7 класу за варіативним модулем «Туризм», включивши до змісту спеціальну фізичну та технічну підготовку. Перелічіть необхідне спорядження для проведення дводенного походу.

17. Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 8 класу за варіативним модулем «Гімнастика». Запропонуйте контрольні вправи (тести) для оцінки розвитку гнучкості.

18. Розробіть положення про змагання в школі з обраного виду спорту.

19. Складіть комплекс вправ гімнастики до уроків для учнів 3-4 класів. Опишіть способи організації і проведення гімнастики до уроків з учнями молодших класів.

20. Опишіть методику застосування комплексу підвідних вправ для навчання стрибків у довжину з розбігу.

21. Складіть план-конспект основної частини уроку методом колового тренування, спрямованим на розвиток фізичних якостей (за вибором студента) для учнів 9 класу.

22. Розробіть навчальну картку для розвитку сили (10 вправ) для учнів (юнаків) 10 класів.

23. Складіть комплекс загально-розвиваючих вправ для проведення підготовчої частини уроку з гімнастики для 6 класів.

24. Розробіть методику навчання техніці прийому і передачі м'яча двома руками зверху у баскетболі для учнів 5 класів.

25. Розробіть комплекс вправ для розвитку координаційних здібностей (10 вправ) на уроках фізкультури для учнів молодших класів.

26. Опишіть методику застосування комплексу вправ для розвитку загальної витривалості в 5-6 класах.

27. Складіть план-конспект основної частини уроку для учнів 9 класу за варіативним

модулем «Футбол», включивши до змісту техніко-тактичні вправи. Поясніть правила безпеки під час занять з із спортивних ігор (футбол).

28. Складіть 2 комплекси вправ фізкультурних хвилинок, які мають сюжетну основу, спрямовані на підвищення функціональної спроможності учнів, врахувавши вихідні умови (вік учнів, місце уроку в розкладі, специфіку навчального предмета та характер роботи на уроці).

29. Розробіть методику тестування рівня розвитку сили на уроці фізичної культури для учнів 5-6 класів.

30. Опишіть комплекс підвідних вправ для навчання техніці верхньої прямої подачі м'яча в волейболі.

7. Навчально-методична карта дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»

Разом: 330 год, лекції – 66 год., семінарські заняття – 88 год., модульний контроль – 22 год., самостійна робота – 124 год. семестровий контроль – 30 год.

II курс															
Модулі	Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2			Змістовий модуль 3			Змістовий модуль 4			Змістовий модуль 5		
Назва модуля	Загальні основи теорії фізичного виховання			Засоби, методи та принципи фізичного виховання.			Загальні основи навчання рухових дій.			Навантаження та відпочинок, основи теорії адаптації			Основи методики виховання фізичних якостей		
Кількість балів за II курс	застосовується 12-бальна шкала														
Лекції	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Теми лекцій	<p>Предмет, зміст, базові поняття, наукові основи ТМФВ. Значення фізичного виховання в умовах воєнного часу.</p> <p>Фізичне виховання як суспільне явище та галузь діяльності.</p> <p>Система фізичного виховання. Принципи та їх значення в сфері фізичного виховання.</p> <p>Засоби фізичного виховання.</p> <p>Класифікація фізичних вправ. Техніка фізичних вправ.</p> <p>Методи фізичного виховання.</p> <p>Теоретичні основи навчання руховим діям</p> <p>Характеристика процесу навчання руховим діям . Рухове вміння та навичка.</p> <p>Технологія навчання руховим діям</p> <p>Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.</p> <p>Основи теорії адаптації</p> <p>Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення</p> <p>Основи методики виховання силових і швидкісних якостей.</p> <p>Основи методики виховання витривалості.</p> <p>Основи методики виховання гнучкості і координаційних здібностей(спритності) , постава</p>														
Відвідування															
Теми семінарських занять	<p>Предмет, зміст, базові поняття, наукові основи ТМФВ.</p> <p>Фізичне виховання як суспільне явище та галузь діяльності.</p> <p>Система фізичного виховання.</p> <p>Принципи та їх значення в сфері фізичного виховання.</p> <p>Засоби фізичного виховання.</p> <p>Класифікація фізичних вправ. Техніка фізичних вправ.</p> <p>Методи фізичного виховання.</p> <p>Методи фізичного виховання.</p> <p>Теоретичні основи навчання руховим діям</p> <p>Характеристика процесу навчання руховим діям .</p> <p>Рухове вміння та навичка.</p> <p>Технологія навчання руховим діям</p> <p>Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.</p> <p>Основи теорії адаптації</p> <p>Основи теорії адаптації</p> <p>Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення</p> <p>Основи методики виховання силових і швидкісних якостей.</p> <p>Основи методики виховання витривалості.</p> <p>Основи методики виховання гнучкості</p> <p>Основи методики виховання гнкоординаційних здібностей(спритності) , постава</p>														
Робота на семінарському зан.+відвідування	застосовується 12-бальна шкала														
Самостійна робота	15x12														
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (12 балів)			Модульна контрольна робота (12 балів)			Модульна контрольна робота (12 балів)			Модульна контрольна робота (12 балів)			Модульна контрольна робота (12 балів)		

III курс												
Модулі	Змістовий модуль 6			Змістовий модуль 7			Змістовий модуль 8			Змістовий модуль 9		
Назва модуля	Урок - основна форма фізичного виховання школяра.			Форми фізичного виховання.			Фізичне виховання дітей різних вікових груп			Учитель фізичної культури – організатор здорового способу життя.		
Кількість балів за III курс	348											
Лекції	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Теми лекцій	Характерні риси, зміст і побудова уроку.	Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.	. Дозування фізичного навантаження на уроці, пульсометрія, хронометрія. Педагогічна оцінка (аналіз) уроку фізичної культури.)	Організаційні форми фізичного виховання школярів Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	Позакласні заняття фізичними вправами.	Фізичне виховання учнів поза школою. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами.	Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання. фізичного	Фізичне виховання дітей шкільного віку.	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури .	Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.	Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження.
Відвідування	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Теми семінарських занять	Характерні риси, зміст і побудова уроку.	Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.	. Дозування фізичного навантаження на уроці, пульсометрія, хронометрія. Педагогічна оцінка (аналіз) уроку фізичної культури.	Організаційні форми фізичного виховання школярів Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	Позакласні заняття фізичними вправами.	Фізичне виховання учнів поза школою. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами.	Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.	Фізичне виховання дітей шкільного віку.	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури	Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.	Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження.
Робота на семінарському зан.+відвідування	10+1	10+1 10+1	10+1	10+1	10+1	10+1 10+1	10+1	10+1	10+1 10+1	10+1	10+1	10+1
Самостійна робота	12x5											
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)		

IV курс						
Модулі	Змістовий модуль 10			Змістовий модуль 11		
Назва модуля	Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології фізичному вихованні			Управління, планування і контроль роботи в фізичному вихованні.		
Кількість балів за IV курс	174					
Лекції	1	2	3	4	5	6
Теми лекцій	Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі	Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм.	Особливості підготовки майбутніх фітнес-фахівців.	Планування, контроль і облік у процесі фізичного виховання. Технологія планування та його функції.	Документи планування, що складаються вчителем.	Управління, моделювання, прогнозування у фізичному вихованні.
Відвідування	1	1	1	1	1	1
Теми семінарських занять	Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі	Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм.	Особливості підготовки майбутніх фітнес-фахівців.	Планування, у процесі фізичного виховання. Технологія планування та його функції.	Контроль та облік у фізичному вихованні. Методика оцінювання навчальної успішності школярів.	Управління, моделювання, прогнозування у фізичному вихованні.
Робота на семінарському зан.+відвідування	10+1	10+1 10+1	10+1	10+1	10+1 10+1	10+1
Самостійна робота	6x5					
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)		
ПК	Екзамен (40 балів)					

8. Рекомендована література

Основна

1. Васьков Ю. В., Пашков І.М. Фізична культура. 10 клас (хлопці). Майстер-клас. Розробки уроків. , Київ.: Ранок, 2018., 272с.
2. Дятленко С.М. Фізична культура в школі: 5-11 класи: метод. посібник./за заг. Ред.. С.М. Дятленка.- Київ.: Літера ЛТД, 2016.-368с.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання – К.; Олімпійська література, 2017.\ Т.1. – 392с
4. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання – К.; Олімпійська література, 2017.\ Т.2. – 367с.
5. Лікувальна фізична культура Автор: Соколовський Валентин Степанович, Романова Ніна Олександрівна, Юшковська Ольга Геннадіївна Видавництво: Одеський медуніверситет 2015, 235с.
6. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування / В. М. Платонов. – К.: Перша друкарня, 2020. – 704 с.: іл.
7. Тести й нормативи для визначення рівня фізичної підготовленості і здоров'я школярів середнього шкільного віку Іванна Боднар, Ніна Кожух – СПОРТИВНА НАУКА УКРАЇНИ 2015. №4 (68). С. 9-17
8. Товт В.А., Маріонда І.І., Сивохоп Е.М., Сусла В.Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Навчальний посібник для викладачів і студентів. – Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. – 88 с.
9. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. – Львів, «Фест-Прінт». 2017. – 179 с.

Додаткова

1. Воробйов М. І., Круцевич Т. Ю. Практика в системі фізкультурної освіти. – К.: Олімпійська література, 2006. – 192 с.
2. Герцик М.С. Вступ до спеціальностей галузі „фізичне виховання і спорт”: Навчальний посібник/ Герцик М.С., Вацеба О.М. – Вид. 3-тє, випр. і доп. – Харків: „ОВС”, 2004. – 176 с.
3. Гнітецька Т.В. Самостійна робота студентів із теорії і методики фізичного виховання за кредитно-модульною системою навчання : навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. фіз. вих. і спорту / Т. В. Гнітецька, Т. Г. Овчаренко. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010 – 184 с.
4. Круцевич Т. Ю., Воробьев М. И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков, юношей. – К : НУФВСУ, 2005. – 196 с.
5. Прокопова Л. І. Практикум для студентів спеціальності “Фізичне виховання” [для факультетів фізичної культури педагогічних університетів] / Л. І. Прокопова. – Методичні рекомендації. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2007.
6. Фізична культура в школі : методичний посібник / за загальною редакцією С.М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 176 с.

Інформаційні ресурси

1. <http://www.nbu.gov.ua/>
2. mon.gov.ua