

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

ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА:

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

для студентів

спеціальності

013 Початкова освіта

освітньо-професійної програми

Початкова освіта

освітньо-професійного ступеня

фаховий молодший бакалавр

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА Ідентифікаційний код 02136554	
Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма № <u>1259</u>	
<u>[Signature]</u> (підпис)	(прізвище, ініціали)
« _____ »	20 <u>23</u> р.

Київ-2023

Розробник: Заєць К.В., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

Викладач: Заєць К.В., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання

Протокол від «30» січня 2023 року № 6

Голова циклової комісії [підпис] Надія КОЛОСКОВА

Робочу програму перевірено

« » _____ 2023 р.

Заступник директора з навчально-методичної роботи [підпис] Оксана ГОЛОВЧАНСЬКА

Заступник директора з навчальної роботи [підпис] Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

на 2021/2022 н.р. [підпис] «30» 28 2021р., протокол № 1

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

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

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

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	3 /90	
Курс	3	4
Семестр	6	7
Кількість змістових модулів з розподілом:	1	1
Обсяг кредитів	1,5	1,5
Обсяг годин, у тому числі:	45	45
Аудиторні	22	20
Модульний контроль	2	4
Самостійна робота	21	21
Форма семестрового контролю	-	Іспит

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни - формування у майбутніх фахівців знань та умінь з теорії і методики навчання фізичному вихованню у закладах загальної середньої освіти, а також професійних компетентностей, необхідних для проведення уроків з фізичної культури в початкових класах ЗЗСО та залучення учнівської молоді до здорового способу життя.

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:

«Початкова освіта» (ОС фаховий молодший бакалавр)

Номер в освітній програмі	Зміст компетентності	Номер теми, що розкриває зміст компетентності
Фахові компетентності за освітньою програмою		
ФК-9	Здатність до застосування професійно профільованих знань, умінь і навичок, які є теоретичними основами побудови змісту фізкультурної освітньої галузі.	1-11
ФК-14	Здатність учителя користуватися нормативними документами та реалізовувати на практиці цілі й завдання навчання предмету в початковій школі.	1-2
ФК-15	Здатність моделювати та організовувати процес навчання предмету в початковій школі; спроможність учителя обирати необхідні засоби, форми й методи організації діяльності учнів у процесі навчання.	2-11
Предметні компетентності за освітньою програмою		
	випускник демонструє здатність здійснювати навчання руховим діям та розвивати рухові якості учнів в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;	2-11
	випускник демонструє здатність до проведення навчальних занять з фізичної культури з учнями початкових класів ЗЗСО;	1-11
	випускник демонструє знання та розуміння сутності принципів, методів, форм та організації процесу навчання та виховання учнів початкових класів;	1-11
	випускник демонструє здатність до складання навчально-методичних матеріалів (робочі програми, навчально-тематичні плани тощо);	2-11
	випускник демонструє здатність до дотримання вимог техніки безпеки, санітарних, гігієнічних норм та правил експлуатації спортивних споруд, здійснює профілактику травматизму.	1-11

3. Результати навчання за дисципліною

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні набути наступних компетентностей:

Знати закономірності та теорію процесу навчального пізнання, сучасні навчальні технології. (ПРН-5)

Знати методичні системи навчання учнів початкової школи освітніх галузей, визначених Державним стандартом початкової освіти. (ПРН-6)

Застосовувати знання, уміння й навички, що становлять основу освітніх галузей, визначених Державним стандартом початкової освіти, під час розв'язування професійно- зорієнтованих задач. (ПРН-7)

Проектувати процес навчання з предмету у вигляді календарно-тематичного планування для певного класу, теми.(ПРН-11)

Моделювати процес навчання учнів початкової школи з певного предмету: розробляти проекти уроків та їхні фрагменти, методику роботи над окремими видами завдань. (ПРН-12)

Проводити моніторинг якості навчальних досягнень учнів з певної теми, здійснювати контроль і оцінювання навчальних досягнень учнів згідно з критеріями оцінювання.(ПРН-13)

Проводити уроки в початковій школі та аналізувати їх щодо досягнення мети й завдань, ефективності застосованих форм, методів і технологій. (ПРН-14)

4. Структура навчальної дисципліни

№ п/ п	Назва теоретичних розділів	Розподіл годин між видами робіт						
		Аудиторна						
		Усього	Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Самостійні	СО до іспиту
Змістовий модуль – 1								
Основи фізичного виховання учнів початкових класів								
1.	Предмет та основні поняття теорії та методики фізичного виховання. Особливості фізичного виховання учнів початкових класів.	7	2					5
2.	Урок як основна форма фізичного виховання школярів. Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.	7	2	2			3	

3.	Засоби і методи фізичного виховання.	9	2		2			5
4.	Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Основи теорії адаптації.	7	2	2			3	
5.	Характеристика рухливих ігор та методика їх проведення у початкових класах.	4	2		2			
6.	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	9	2			2		5
	Модульна контрольна робота	2						
	Разом *з урахуванням МКР 2 год.	45	12	4	4	2	6	15

№ п/п	Назва теоретичних розділів	Розподіл годин між видами робіт						
		Аудиторна						
		Усього	Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Самостійні	СО до іспиту
Змістовий модуль – 2								
Фізичні якості та методика їх розвитку в учнів початкових класів								
7.	Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення.	7	2					5
8.	Основи методики виховання силових якостей.	9	2	2				5
9.	Швидкість та методика її розвитку.	6	2		2		2	
10.	Основи методики розвитку витривалості.	9	2	2				5
11.	Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.	10	2		2	2	4	
	Модульна контрольна робота	4						
	Разом *з урахуванням МКР 4год.	45	10	4	4	2	6	15
	Всього *з урахуванням МКР 6год.	*90	22	8	8	4	12	30

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Основи фізичного виховання учнів молодших класів

Тема 1. Предмет та основні поняття теорії та методики фізичного виховання. Особливості фізичного виховання учнів початкових класів

Основні поняття/ ключові слова: фізична культура, фізичне виховання, фізична освіта, фізичний розвиток, фізичні якості, фізичне здоров'я, фізична працездатність, фізична підготовленість.

Рекомендована література:

Основна: 2, 3, 5, 10

Додаткова:2

Тема 2. Урок як основна форма фізичного виховання школярів. Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.

Основні поняття / ключові слова: урок, організація діяльності учнів на уроці, зміст уроку, предметні і комплексні уроки, підготовча, основна і заключна частини уроку, процес навчання та його етапи, традиційні форми організації.

Рекомендована література:

Основна: 4, 8, 10

Додаткова:3

Тема 3. Засоби і методи фізичного виховання.

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

Рекомендована література:

Основна: 3,4, 8, 10

Додаткова:1

Тема 4. Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Основи теорії адаптації

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

Рекомендована література:

Основна: 4, 8, 9, 10

Додаткова:3

Тема 5. Характеристика ігор рухливих та методика їх проведення у початкових класах

Основні питання / ключові слова: підготовка, зміст, правила гри і педагогічне значення рухливих ігор для дітей молодшого шкільного віку, урочні форми занять. Особливості методики рухливих ігор.

Рекомендована література:

Основна: 4, 8, 10

Додаткова:3

Тема 6. Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я

Основні питання / ключові слова: основні визначення, значення диференційованого фізичного виховання, підходи до диференційованого фізичного виховання, медичні групи, розподіл учнів за медичними групами в Україні.

Рекомендована література:

Основна: 1, 4, 8, 10

Додаткова:1

Семінар №1. Урок як основна форма фізичного виховання школярів. 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.

Рекомендована література:

Основна: 4, 8, 10

Додаткова:3

Семінар №2. Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Основи теорії адаптації.

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.

Рекомендована література:

Основна: 4, 8, 9, 10

Додаткова:3

Практичне заняття №1. Засоби і методи 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.

Рекомендована література:

Основна: 3,4, 8, 10

Додаткова:1

Практичне заняття №2. Характеристика рухливих ігор та методика їх проведення у початкових класах

Рухливі ігри як складові педагогічного процесу. Види рухливих ігор. Аналіз підходів до класифікації рухливих ігор. Завдання рухливих ігор.

Основні поняття / ключові слова: рухлива гра, класифікація рухливих ігор, завдання рухливих ігор.

Рекомендована література:

Основна: 4, 8, 10

Додаткова:3

Лабораторне заняття №.1 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.

Рекомендована література:

Основна: 1, 4, 8, 10

Додаткова:1

Змістовий модуль 2.

Фізичні якості та методика їх розвитку в учнів початкових класів

Тема 7. Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення.

Основні питання / ключові слова: визначення фізичних здібностей, методика їх розвитку в дітей молодшого шкільного віку, методика удосконалення фізичних здібностей у дітей .

Рекомендована література:

Основна: 3,5, 10

Додаткова: 1

Інтернет ресурс: 1

Тема 8. Основи методики виховання силових якостей

Основні питання / ключові слова: визначення сили, види силових якостей, методика розвитку сили, засоби розвитку силових якостей у дітей молодшого шкільного віку.

Рекомендована література:

Основна: 3,5, 10

Додаткова: 3

Тема 9. Швидкість та методика її розвитку.

Основні питання / ключові слова: основні поняття, визначення швидкості, методика розвитку швидкісних якостей у дітей молодшого шкільного віку

Рекомендована література:

Основна: 3,5, 7,8

Додаткова: 1

Тема 10. Основи методики розвитку витривалості

Основні питання / ключові слова: визначення витривалості, методика розвитку витривалості у дітей 7-10 років, засоби розвитку витривалості у дітей молодшого шкільного віку.

Рекомендована література:

Основна: 5, 7,8,10

Додаткова: 3

Тема 11. Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.

Основні питання / ключові слова: визначення гнучкості, активна, пасивна, резервна гнучкість, методика розвитку гнучкості, засоби розвитку гнучкості у дітей

молодшого шкільного віку.

Рекомендована література:

Основна: 3,5, 7, 8

Додаткова: 1

Семінар №3. Основи методики виховання силових якостей

Визначення поняття. Види силових здібностей. Фактори, що зумовлюють силові можливості людини. Засоби вдосконалення сили. Методика виховання сили. Вікова динаміка та контроль силових можливостей.

Основні поняття / ключові слова: абсолютна сила, відносна сила, швидка сила, вибухова сила.

Рекомендована література:

Основна: 3,5, 10

Додаткова: 3

Семінар №4. Основи методики розвитку 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.

Рекомендована література:

Основна: 5, 7,8,10

Додаткова: 3

Практичне заняття №3 Швидкість та методика її розвитку.

Визначення поняття. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини. бистрота рухових реакцій, бистрота виконання необтяжених поодиноких рухів, частота (темп) необтяжених рухів, швидкий початок рухів, рухова реакція.

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

Рекомендована література:

Основна: 5, 7, 8, 10

Додаткова: 1

Практичне заняття №4 Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.

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.

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.

Рекомендована література:

Основна: 3, 5, 7, 8

Додаткова: 1

Лабораторне заняття №1 Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.

Загальна характеристика, фактори від яких проявляється гнучкості. Види гнучкості. Засоби вдосконалення гнучкості. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості.

Основні поняття / ключові слова: будова суглобів, сила м'язів, рівновага, відчуття ритму, напруженість м'язів, узгодженість рухів.

Рекомендована література:

Основна: 3, 5, 7, 8

Додаткова: 1

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів за одиницю	Модуль 1; 2	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	11	11
Відвідування семінарських занять	1	4	4
Відвідування практичних занять	1	4	4
Відвідування лабораторних занять	1	2	2
Робота на практичному занятті	10	4	40
Робота на семінарському занятті	10	4	40
Робота на лабораторному занятті	10	2	20
Виконання завдання для самостійної роботи	4	5	20
Виконання модульної контрольної роботи	25	3	75
Разом			216
Максимальна кількість балів: 216			
Розрахунок коефіцієнта: 3,6			

Критерії оцінювання практичних, семінарських, лабораторних занять:

Кількість балів	Оцінка
10	повне розкриття завдань та правильне виконання роботи
8-9	недостатньо повне розкриття завдань чи не зовсім правильне виконання роботи
5-7	неповне розкриття завдань чи частково правильне виконання роботи
1-4	часткове розкриття завдань із суттєвими погрішностями у виконанні

6.2. 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 оцінюється в 5 балів.
3. Форма подання результатів виконаного завдання: документ MS Word.

Тематика завдань для самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Особливості складання та проведення комплексу загальнорозвиваючих вправ (ЗРВ)	3
2	Навантаження та відпочинок. Основи теорії адаптації.	3
3	Основи методики виховання швидкісних якостей	2
4	Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.	4

Критерії оцінювання:

Кількість балів	Оцінка
5	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
4	проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно
3	не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу
2	є неточності у викладі матеріалу, відсутні логічна послідовність у судженнях, є недоліки в оформленні
1	тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті роботи

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульний контроль проводиться в тестовій формі

Кількість балів	Критерії оцінювання
25 - 20	Відмінний рівень (завдання виконано якісно)
19 - 15	Добрий рівень (завдання виконано якісно з достатньо високим рівнем правильних відповідей)
14 - 10	Задовільний рівень (завдання виконано якісно з середнім показником правильних відповідей)
0-9	Незадовільний рівень (завдання не виконано або виконано з низьким показником правильних відповідей)

6.4 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

Форма контролю -Іспит

Перелік тем, які виносяться на екзамен:

1. Предмет та основні поняття теорії та методики фізичного виховання.

2. Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.
3. Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості учнів молодшого шкільного віку
4. Мета, завдання ФВ дітей молодшого шкільного віку.
5. Місце уроку фізичної культури в освітньому і виховному процесі.
6. Зміст і структура уроку .
7. Способи і методи організації діяльності учнів на уроці.
8. Види і типи уроків.
9. Завдання уроку.
10. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання.
11. Зміст і форма фізичних вправ .
12. Оздоровчі сили природи і гігієнічні чинники як засоби фізичного виховання.
13. Визначення терміну „методи” та їх класифікація .
14. Загальні поняття про навантаження.
15. Види навантажень .
16. Втома та відновлення .
17. Тривалість і характер інтервалів відпочинку між вправами .
18. Загальні поняття про адаптацію.
19. Види адаптації.
20. Оздоровче, освітнє і виховне значення рухливих ігор.
21. Класифікація рухливих ігор.
22. Диференційоване фізичне виховання школярів.
23. Диференціація учнів в Україні.
24. Розподіл школярів за медичними групами.
25. Поняття про фізичні здібності, основні форми їх вияву.
26. Етапність розвитку фізичних здібностей.
27. Нерівномірність і гетерохронність (різночасність) розвитку здібностей.
28. Загальна характеристика сили.
29. Види силових здібностей.
30. Вікова динаміка природного розвитку сили.
31. Засоби вдосконалення сили.
32. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини .
33. Вікова динаміка природного розвитку швидкості.
34. Засоби вдосконалення швидкості.
35. Загальна характеристика витривалості і втоми.
36. Вікова динаміка природного розвитку витривалості та контроль за її розвитком.
37. Загальна характеристика гнучкості .
38. Фактори, від яких залежить прояв гнучкості .
39. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості та контроль за її розвитком
40. Координаційні здібності

41. Вікова динаміка природного розвитку координаційних здібностей.
42. Засоби розвитку координаційних здібностей.

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

Разом – 90 год. Лекції – 22 год. Семінарські заняття – 8 год. Практичні заняття – 8 год. Лабораторні заняття- 4 год. Самостійна робота – 12 год. Самостійна робота до іспиту –30 год. Модульний контроль – 6 год.

III курс						
Модулі	Змістовий модуль 1					
Назва модуля	Основи фізичного виховання учнів молодших класів					
Кількість балів за III курс	96					
Лекції	1	2	3	4	5	6
Теми лекцій	Предмет та основні поняття теорії та методики фізичного виховання. Особливості фізичного виховання учнів початкових класів.	Урок як основна форма фізичного виховання школярів. Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.	Засоби і методи фізичного виховання	Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Основи теорії адаптації	Характеристика рухливих ігор та методика їх проведення у початкових класах	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я
Відвідування	1	1	1	1	1	1
Теми семінарських занять	Урок як основна форма фізичного виховання школярів. Вимоги до уроку: підготовка, проведення уроку. Методика проведення окремих частин уроку.			Навантаження та відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Основи теорії адаптації		
Робота на семінарському зан.+відвідування	10+1			10+1		
Теми практичних занять	Засоби і методи фізичного виховання.			Характеристика та організація проведення рухливих ігор з учнями початкових класів		

Робота на практичному зан.+відвідування	10+1	10+1
Теми лабораторних занять	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я	
Робота на лабораторному зан.+відвідування	10+1	
Самостійна робота	2x5	
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (25 балів)	

IV курс					
Модулі	Змістовий модуль 2				
Назва модуля	Фізичні якості та методика їх розвитку в учнів початкових класів				
Кількість балів за IV курс	120				
Лекції	7	8	9	10	11
Теми лекцій	Загальна характеристика фізичних здібностей людини та методики їх удосконалення.	Основи методики виховання силових якостей.	Швидкість та методика її розвитку.	Основи методики розвитку витривалості	Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.
Відвідування	1	1	1	1	1
Теми семінарських занять	Основи методики виховання силових якостей.		Основи методики розвитку витривалості		
Робота на семінарському зан.+відвідування	10+1		10+1		

Теми практичних занять	Швидкість та методика її розвитку.	Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.
Робота на практичному зан.+відвідування	10+1	10+1
Теми лабораторних занять	Основи методики виховання гнучкості та координаційних здібностей.	
Робота на лабораторному зан.+відвідування	10+1	
Самостійна робота	2x5	
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота 2X25	

8. Рекомендована література

Основна

1. Боднар І.Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі: навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання вищ. навч. закл. / Боднар І. Р. – Л.: Видавництво, 2013. – 187 с.
2. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. – К.: Олімпійська література, 2002. – 296с.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання – К.; Олімпійська література, 2017.\ Т.1. – 392с; Т.2. – 367с.
4. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях – Тернопіль: підручники і посібники, 2011 – 128с.
5. Сергієнко Л.П. Терміни і поняття у фізичній культурі : навч. посіб. / Л.П.Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2011. – 264 с.
6. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б.1-2 клас Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22
7. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б.3-4 клас Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22
8. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. – Львів, «Фест-Прінт». 2017. – 179 с.
9. Уилмор Дж. Х., Костила Д. Л. Фізіологія спорту та рухової активності. Пер. з англ. К.: Олімпійська література, 2007. – 504с.
- 10.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2012 – Т.1. – 252 с; Т.2. – 180с.

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”, 2014. – 176 с.
3. Фізична культура в школі : методичний посібник / за загальною редакцією С.М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 176 с.

Інформаційні ресурси

1. mon.gov.ua