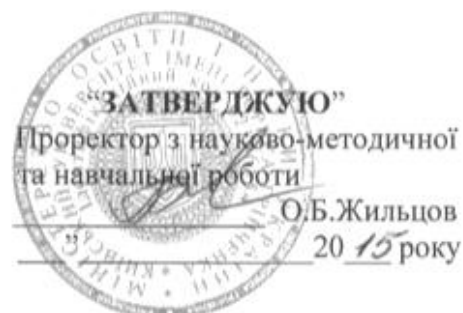


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Кафедра фізичної культури та спортивної майстерності



РОБОЧА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

Теорія і методика фізичного виховання

напрямок підготовки: 6.010201 - Фізичне виховання

Гуманітарний інститут

2014 – 2015 рік

Робоча навчальна програма «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів за напрямом підготовки: 6.010201 - Фізичне виховання, галузі знань: 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, 2014 року - 75 с.

Розробник: Кожанова Ольга Сергіївна, старший викладач кафедри фізичної культури та спортивної майстерності Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної культури та спортивної майстерності

Протокол № 2 від “ 03 ” вересня 2014 р.

Завідувач кафедри фізичної культури та спортивної майстерності

 / Т.Г. Диба /

Години відповідають навчальному плану. Структура програми типова.

Заступник директора з науково-методичної та навчальної роботи

 / О.В. Єременко /

Схвалено Вченою радою Гуманітарного інституту

Протокол № 7 від “24” березня 2015р.

Вчений секретар  / Т.Л.Видайчук /



ЗМІСТ

	С.
ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА	4
СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	7
I. Опис предмета навчальної дисципліни	7
II. Тематичний план навчальної дисципліни	8
III. Програма	9
Змістовий модуль I.	9
Змістовий модуль II.	10
Змістовий модуль III.	10
Змістовий модуль IV.	11
IV. Навчально-методична карта дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»	12
V. Плани семінарських занять	14
Тематика модульних контрольних робіт	49
VI. Завдання для самостійної роботи	50
Карта самостійної роботи студента	52
VII. Індивідуальна навчально-дослідницька робота	54
Орієнтовна тематика реферативних досліджень	56
VIII. Система поточного та підсумкового контролю	60
IX. Методи навчання	63
X. Методичне забезпечення курсу	64
XI. Питання до ПМК	65
XII. Питання до екзамену	69
XIII. Рекомендована література	74
Основна	74
Додаткова	74

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є нормативним документом Київського університету імені Бориса Грінченка, що розроблений кафедрою фізичної культури та спортивної майстерності на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів відповідно до навчального плану для напряму підготовки «Фізичне виховання» денної форми навчання.

Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

«Теорія і методика фізичного виховання» є складовою частиною дисциплін педагогічного циклу нормативного блоку. Її вивчення передбачає розв'язання *завдань фундаментальної професійної підготовки фахівців вищої кваліфікації*, зокрема: опанування системи знань про особливості викладання фізичного виховання у вищих навчальних закладах; формування уявлення про специфіку викладання дисциплін з фізичного виховання у вищих навчальних закладах; усвідомлення значущості формування у студентів здорового способу життя засобами фізичного виховання; формування системи знань про загальні теоретичні положення, сутність, закономірності процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах; формування сукупності інтелектуальних і методичних знань з організації педагогічної діяльності викладача фізичного виховання вищого навчального закладу.

Дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» відіграє важливу роль у професійній підготовці фахівців вона формує у студентів зацікавленість до викладання фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах і, тим самим, формує мотиви, які необхідні для високопродуктивного та творчого засвоєння знань з фізичного виховання. Програма дисципліни сприяє розвитку суспільної, педагогічної та колективістської спрямованості майбутнього фахівця. Вивчаючи дисципліну, студенти знайомляться зі змістом та методикою викладання

фізичного виховання в умовах загальноосвітніх навчальних закладів. Цим забезпечуються успішність соціальної дидактичної фізичної адаптації до умов майбутньої професійної діяльності. Під час засвоєння дисципліни у студентів формуються навички та вміння науково - дослідної роботи.

Мета курсу - формування знань з методики викладання фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах, що буде сприяти глибокому розумінню та розширенню уяви про свою професію.

Завдання курсу:

- визначити мету і завдання фізичного виховання учнів шкільного віку;
- ознайомити з віковими, анатомо-фізіологічними, психологічними особливостями школярів;
- сформулювати уявлення про основні засоби фізичного виховання для збереження і зміцнення здоров'я школярів;
- ознайомити з основними розділами програм з фізичної культури;
- ознайомити зі структурою та особливостями підготовки і проведення уроку фізичної культури з учнями шкільного віку;
- сформулювати уявлення про вимоги до сучасного уроку фізичної культури;
- ознайомити з методикою навчання основних видів фізичних вправ, передбачених шкільною програмою;
- сформулювати навички складання документів планування навчально-виховної роботи вчителів фізичної культури;
- ознайомити з методикою розвитку фізичних якостей в учнів різного віку, передбачених шкільною програмою;
- розкрити закономірності проведення різних форм позаурочної роботи в школі.

Підвищенню ефективності практичних занять сприятиме передбачене програмою виконання навчально-дослідницьких завдань, зокрема реферативних досліджень методики викладання дисциплін з фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах.

Під час семінарських занять, індивідуальної навчально-дослідницької та самостійної роботи студенти *набувають уміння та навички:*

- аналізу спеціальної науково-методичної літератури;
- творчого використання отриманих знань під час розв'язання ситуаційних завдань;
- оволодіння науково-дослідними даними з проблем викладання фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах та формування здорового способу життя різних груп населення засобами фізичного виховання;
- використання отриманих знань у майбутній практичній діяльності.

Загальна кількість годин, відведених навчальним планом на вивчення дисципліни, становить 180. З них у 5 семестрі – 108 годин: 6 год. - лекції, 22 год. - семінарські заняття, 4 год. - індивідуальна робота, 36 год. - самостійна робота, 4 год. - модульний контроль, 36 год. - семестровий контроль. У 6 семестрі – 72 години: 6 год. - лекції, 22 год. - семінарські заняття, 4 год. - індивідуальна робота, 36 год. - самостійна робота, 4 год. - модульний контроль.

Контроль успішності вивчення студентами навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» проводиться у формі оцінювання знань у кожному семестрі. Підсумковий контроль успішності проводиться у формі екзамену у 5 семестрі, а у 6 семестрі завершується складанням ПМК.

СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

I. ОПИС ПРЕДМЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предмет: Теорія та методика фізичного виховання

Курс: 3	Напрямок, спеціальність, освітньо- кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
<p>Кількість кредитів, відповідних ECTS: 5,0 кредитів</p> <p>Змістові модулі: 4 модулі</p> <p>Загальний обсяг дисципліни (години): 180 годин</p> <p>Тижневих годин: 2 години (V семестр); 2 години (VI семестр)</p>	<p>Галузь знань: 0102 " Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини"</p> <p>Напрямок підготовки: 6.010201 - «Фізичне виховання»</p> <p>Освітньо-кваліфікаційний рівень "бакалавр"</p>	<p>Нормативна Рік підготовки: 3 Семестр: V - VI <u>V семестр:</u> Контактні години: 32, з них: Лекції: 6 годин Семінарські заняття: 22 години Індивідуальна робота: 4 години Самостійна робота: 36 годин Модульний контроль: 4 години Семестровий контроль: 36 годин</p> <p><u>VI семестр:</u> Контактні години: 32, з них: Лекції: 6 годин Семінарські заняття: 22 години Індивідуальна робота: 4 години Самостійна робота: 36 годин Модульний контроль: 4 години Вид контролю: екзамен – 5 семестр, ПМК – 6 семестр</p>

II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

2014-2015 навчальний рік

№ П / П	Назви теоретичних розділів	Кількість годин								
		Разом	Контактних	Лекцій	Практичних	Семинарських	Індивідуальна робота	Самостійна робота	Модульний контроль	Семестровий контроль
СЕМЕСТР 5										
Змістовий модуль I										
НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ										
1	Методологічні основи теорії навчання руховим діям у фізичному вихованні	2	2	2		8		12		
2	Характеристика форм організації занять у фізичному вихованні	46	20	2		8	2	12	2	
<i>Разом</i>		48	22	4	0	16	2	24	2	
Змістовий модуль II										
ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ШКОЛІ										
3	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1- 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів	60	10	2		6	2	12	2	
<i>Разом</i>		60	10	2	0	6	2	12	2	36
СЕМЕСТР 6										
Змістовий модуль III										
РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ										
4	Основи методики розвитку фізичних якостей у фізичному вихованні			2						
5	Основи методики розвитку фізичних якостей у фізичному вихованні	38	18	2		12	2	18	2	
<i>Разом</i>		38	18	4	0	12	2	18	2	
Змістовий модуль IV										
УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ										
6	Особливості управління процесом фізичного виховання	34	14	2		10	2	18	2	
<i>Разом</i>		34	14	2	0	10	2	18	2	
<i>Разом за навчальним планом</i>		180	64	12	0	44	8	72	8	36

III. ПРОГРАМА

СЕМЕСТР 5

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

Лекція 1. Методологічні основи теорії навчання руховим діям у фізичному вихованні (2 год.). Методологічні та педагогічні основи навчання рухових дій. Фізіологічні основи управління руховими діями. Предмет і завдання навчання у фізичному вихованні. Характеристика рухових умінь і навичок та закономірності їх формування.

Основні поняття теми: методологія, викладання, рухова дія, принцип, управління рухами, знання, вміння, навички.

Семінар 1. Визначення поняття та характерні особливості рухових умінь (2 год.).

Семінар 2. Визначення поняття та характерні особливості рухового навичку (2 год.).

Семінар 3. Структура процесу навчання рухових дій (2 год.).

Семінар 4. Контроль за засвоєнням техніки рухових дій (2 год.).

Лекція 2. Характеристика форм організації занять у фізичному вихованні (2 год.). Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні. Основні аспекти побудови занять у фізичному вихованні. Характеристика урочних форм занять у фізичному вихованні. Загальна характеристика занять позаурочного типу.

Основні поняття теми: урок, зміст занять, форма занять, система занять, фази працездатності, частини уроку: підготовча, основна, заключна, ознаки уроку, методи організації школярів на уроці, позаурочні форми занять.

Семінар 5. Класифікація занять урочного типу (2 год.).

Семінар 6. Характеристика типової структури уроку (2 год.).

Семінар 7. Організаційні аспекти проведення занять фізичними вправами (2 год.).

Семінар 8. Класифікація занять позаурочного типу (2 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ШКОЛІ

Лекція 3. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 - 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.). Основні компоненти змісту предмета «Фізична культура». Структура та зміст навчальної програми. Розподіл програмного матеріалу в навчальних годинах. Теоретико-методична та фізична підготовка школярів у 1 -11 класах. Орієнтовні навчальні нормативи. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури.

Основні поняття теми: урок, навчальна програма, теоретико-методичні знання, загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, варіативний модуль, норматив, початкові класи, середні класи, старші класи.

Семінар 9. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

Семінар 10. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

Семінар 11. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

СЕМЕСТР 6

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Лекція 4 - 5. Основи методики розвитку фізичних якостей у фізичному вихованні (4 год.). Загальна характеристика фізичних якостей. «Перенесення» фізичних якостей. Характеристика поняття «методика». Фактори, від яких залежить прояв фізичних якостей. Вікова динаміка природного розвитку фізичних якостей. Методика розвитку фізичних якостей. Контроль за розвитком фізичних якостей.

Основні поняття теми: фізична підготовленість, фізичні якості, методика, сила, швидкість, витривалість, гнучкість, координація, засоби, контроль.

Семінар 12. Основи методики розвитку силових якостей (2 год.).

Семінар 13. Основи методики розвитку швидкості (2 год.).

Семінар 14. Основи методики розвитку гнучкості (2 год.).

Семінар 15. Основи методики розвитку витривалості (2 год.).

Семінар 16. Основи методики розвитку координації (2 год.).

Семінар 17. Попередження травм та контроль в процесі розвитку фізичних якостей (2 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV

УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Лекція 6. Особливості управління процесом фізичного виховання (2 год.).

Поняття управління у фізичному вихованні. Мета та основні завдання управління. Передумови до управління. Характеристика поняття «система». Особливості системи «вчитель-учень». Структура управління фізичним вихованням. Характеристика технології управління у фізичному вихованні. Види управління (етапне, поточне, оперативне) та їх характеристика. Характеристика критеріїв ефективності управління (передумови, процес, реалізація).

Основні поняття теми: управління, рухи, система, складна система, кібернетична система, динамічна система, саморегулююча система, імовірнісна система, модель поведінки, управляюча частина, частина, якою управляють, етапне, поточне, оперативне.

Семінар 18. Зміст та види планування у фізичному вихованні (2 год.).

Семінар 19. Контроль та облік в процесі фізичного виховання (2 год.).

Семінар 20. Моделювання у фізичному вихованні (2 год.).

Семінар 21. Прогнозування у фізичному вихованні (2 год.).

Семінар 22. Програмування занять у фізичному вихованні (2 год.).

IV. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ «Теорія і методика фізичного виховання» III курс, V - VI семестр.

Разом: 180 год., лекції – 12 год., семінарські заняття – 44 год., індивідуальна робота – 8 год., самостійна робота – 72 год., модульний контроль – 8 год., семестровий контроль – 36 год.

Модулі	Змістовий модуль I								Змістовий модуль II		
Назва модуля	НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ								ВИКЛАДАННЯ «ФК» В ШКОЛІ		
Лекції	1				2				3		
Теми лекцій	Основи навчання руховим діям				Форми організації занять у фізичному вихованні				Зміст та особливості викладання предмету «Фізична культура» у школі		
Відвідування лекцій	1				1				1		
Семінари	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Теми семінарських занять	Визначення поняття та характерні особливості рухових вмінь	Визначення поняття та характерні особливості рухового навичку	Структура процесу навчання рухових дій	Контроль за засвоєнням техніки рухових дій	Класифікація занять урочного типу	Характеристика типової структури уроку	Організаційні аспекти проведення занять фізичними вправами	Класифікація занять позаурочного типу	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 10-11 класах
Відвідування семінарів, бали	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Робота на семінарах, бали	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Самостійна робота, бали	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Модульний контроль	25								25		
Підсумковий контроль	40										

229 : 60 = 3,81 + 40 балів екзамен

«Теорія і методика фізичного виховання» III курс, VI семестр.

Модулі	Змістовий модуль III						Змістовий модуль IV				
Назва модуля	РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ						УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ				
Лекції	4 - 5						6				
Теми лекцій	Основи розвитку фізичних якостей						Управління процесом фізичного виховання				
Відвідування лекції	1	1					1				
Семінари	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Теми семінарських занять	Основи методики розвитку силових якостей	Основи методики розвитку швидкості	Основи методики розвитку гнучкості	Основи методики розвитку витривалості	Основи методики розвитку координації	Попередження травм та контроль в процесі розвитку фізичних якостей	Зміст та види планування у фізичному вихованні	Контроль та облік в процесі фізичного виховання	Моделювання у фізичному вихованні	Прогнозування у фізичному вихованні	Програмування занять у фізичному вихованні
Відвідування семінарів, бали	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Робота на семінарах, бали	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Самостійна робота, бали	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ІНДЗ	30										
Модульний контроль	25						25				
Підсумковий контроль	Залік										

259 : 100 = 2,59 балів

V. ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

СЕМІНАР 1

Тема: Визначення поняття та характерні особливості рухових вмінь (2 год.).

План

- I. Теоретична частина:
 1. Методологічні основи теорії навчання руховим діям.
 2. Дидактичні принципи як основоположні закономірності навчання руховим діям .
 3. Характеристика предмету, змісту та завдань навчання рухам у фізичному вихованні.
 4. Характеристика концепції багаторівневої будови рухів М.О. Бернштейна.
 5. Визначення поняття, класифікація та характерні особливості рухових вмінь.
- II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 150 – 162.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем (В кн.: Анохин. Избранные труды. Системные механизмы высшей нервной деятельности). – М.: Наука, 1979. – 453 с.
2. Баранов С.П. Сущность процесса обучения. – М.: Просвещение, 1981. – 142 с.

3. Бернштейн Н.А. О построении движений. – М.: Медиа, 1947. – 255 с.
4. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – М.: Медицина, 1966. – 349 с.
5. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 228 с.
6. Боген М.М. Современные теоретико-методические основы обучения двигательным действиям: Автореф. дис. ...доктора пед наук: 13.00.04. – М.. 1989. – 52 с.
7. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. – К.: Здоров'я, 1986. – 216 с.
8. Лях В.И. Взаимоотношение координационных способностей и двигательных навыков: Теоретический аспект. // Теория и практика физической культуры. – 1987. - № 9. – С. 61-62.
9. Мазниченко В.Д. Методологические предпосылки к пониманию сущности и механизмов двигательных навыков. // Теория и практика физической культуры. - 1984. - № 7. – С. 49-51.
10. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 544 с.
11. Решетников Н.В., Кислицын Ю.М. Физическая культура. Учебное пособие. – М.: Изд. центр “Академия”; Мастерство: Высшая школа, 2001. – 152 с.
12. Сеченов И.М. Физиология нервных центров. 2-е изд. – М.: Медиа, 1952. – 624 с.
13. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990.
14. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие. – М.: Изд. центр “Академия”, 2000. – 480 с.
15. Чхаидзе Л.В. Об управлении движениями человека. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 136 с.

СЕМІНАР 2

Тема: Визначення поняття та характерні особливості рухового навичку (2 год.).

План

- I. Теоретична частина:
 1. Визначення поняття рухова навичка.
 2. Характеристика відмінностей рухового вміння та рухового навичку.
 3. Характеристика переходу рухового вміння у руховий навик.

4. Значення рухових навиків при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
5. Характеристика видів взаємодії рухових навиків при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
6. Характеристика фаз формування рухових навиків.

II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 150 – 162.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем (В кн.: Анохин. Избранные труды. Системные механизмы высшей нервной деятельности). – М.: Наука, 1979. – 453 с.
2. Баранов С.П. Сущность процесса обучения. – М.: Просвещение, 1981. – 142 с.
3. Бернштейн Н.А. О построении движений. – М.: Медиа, 1947. – 255 с.
4. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – М.: Медицина, 1966. – 349 с.
5. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 228 с.
6. Боген М.М. Современные теоретико-методические основы обучения двигательным действиям: Автореф. Дис. ...доктора пед наук: 13.00.04. – М.. 1989. – 52 с.
7. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. – К.: Здоров'я, 1986. – 216 с.
8. Лях В.И. Взаимоотношение координационных способностей и двигательных навыков: Теоретический аспект. // Теория и практика физической культуры. – 1987. - № 9. – С. 61-62.
9. Мазниченко В.Д. Методологические предпосылки к пониманию сущности и механизмов двигательных навыков. // Теория и практика физической культуры. – 1984. - № 7. – С. 49-51.
10. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 544 с.
11. Решетников Н.В., Кислицын Ю.М. Физическая культура. Учебное пособие. – М.: Изд. Центр “Академия”; Мастерство: Высшая школа, 2001. – 152 с.

12. Сеченов И.М. Физиология нервных центров. 2-е изд. – М.: Медиа, 1952. – 624 с.

13. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 321 с.

14. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие. – М.: Изд. Центр “Академия”, 2000. – 480 с.

15. Чхаидзе Л.В. Об управлении движениями человека. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 136 с.

СЕМІНАР 3

Тема: Структура процесу навчання рухових дій (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Характеристика передумов успішного засвоєння рухових дій.
2. Значення фізичної підготовленості того, кого навчають, до розучування дій.
3. Значення наявності рухового досвіду того, кого навчають, до розучування дій.
4. Значення психологічної підготовленості того, кого навчають, до розучування дій.
5. Характеристика структури процесу навчання руховим діям у фізичному вихованні.
6. Характеристика алгоритму утворення уявлення при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
7. Шляхи початкового практичного освоєння техніки рухової дії.
8. Характеристика методів навчання руховим діям у фізичному вихованні.
9. Характеристика помилок, причини їх появи і шляхи усунення в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
10. Нормування навантаженням і відпочинком в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.

11. Мета, завдання і особливості навчання на етапі початкового розучування.
12. Мета, завдання і особливості навчання на етапі поглибленого розучування.
13. Мета, завдання і особливості навчання на етапі закріплення і вдосконалення.

II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 162 – 172.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Баранов С.П. Сущность процесса обучения. – М.: Просвещение, 1981. – 142 с.
2. Боген М.М. Современные теоретико-методические основы обучения двигательным действиям: Автореф. Дис. ...доктора пед наук: 13.00.04. – М.. 1989. – 52 с.
3. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. – К.: Здоров'я, 1986. – 216 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 544 с.
5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.М. Физическая культура. Учебное пособие. – М.: Изд. Центр “Академия”; Мастерство: Высшая школа, 2001. – 152 с.
6. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 321 с.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие. – М.: Изд. Центр “Академия”, 2000. – 480 с.

СЕМІНАР 4

Тема: Контроль за засвоєнням техніки рухових дій (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Поняття педагогічний контроль та його характеристика.
2. Алгоритм проведення оцінки успішності за засвоєнням техніки виконання рухової дії учнями.
3. Характеристика оцінки успішності засвоєння рухової дії вчителем шляхом порівняння.
4. Характеристика оцінки успішності засвоєння рухової дії шляхом колективного обговорення.
5. Характеристика значення самоконтролю учня під час виконання рухової дії.
6. Характеристика методики навчання самоконтролю за засвоєнням техніки виконання рухової дії.
7. Значення схвалення вчителя під час виконання рухових дій учнями.

II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 172 – 174.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Баранов С.П. Сущность процесса обучения. – М.: Просвещение, 1981. – 142 с.
2. Боген М.М. Современные теоретико-методические основы обучения двигательным действиям: Автореф. Дис. ...доктора пед наук: 13.00.04. – М., 1989. – 52 с.
3. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. – К.: Здоров'я, 1986. – 216 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 544 с.
5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.М. Физическая культура. Учебное пособие. – М.: Изд. Центр “Академия”; Мастерство: Высшая школа, 2001. – 152 с.

6. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 321 с.

7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие. – М.: Изд. Центр “Академия”, 2000. – 480 с.

СЕМІНАР 5

Тема: Класифікація занять урочного типу (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Поняття урок. Характеристика його змісту та форми.
2. Характеристика основних завдань фізичного виховання, які вирішуються на уроці.
3. Характеристика ознак уроку.
4. Класифікація занять урочного типу за спрямованістю. Особливості проведення уроків ЗФП, ППФК, тренувальних з видів спорту, лікувальних та методичних.
5. Класифікація та особливості проведення занять урочного типу за характером завдань, які вирішуються.
6. Вимоги до змісту та методики проведення занять урочного типу.

II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 296 – 309.

2. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 2. С. 79 – 92.

3. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: Донеччина, 1995. – 520 с.

2. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников. – М.: Просвещение, 1989. – 222 с.
3. Настольная книга учителя физической культуры. /Под ред. Л.Б. Кофмана. – М.: Физкультура и спорт, 1998. - 496 с.
4. Теория и методика физической культуры. /Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 374 с.
5. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль: Збруч, 2000. – 184 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
7. Теория и методика физического воспитания: учебник Е.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
8. Минаев В.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания “Планування учбово-виховного процесу з фізичної культури в загальноосвітній школі”. Журнал “Фізичне виховання в школі”. № 2, 1998. - С. 5-10.
9. Програми для загальноосвітніх закладів “Фізична культура” 1-11 класи: Київ, Міносвіти, Перун, 1998 – 52 с.
10. Гуськов С.И., Кофман Л.Б. Спорт и американская школа. – Москва, 1995. – С. 160.
11. Ареф’єв В.Г. Фізична культура в школі. – Вид. ін-ту змісту і методів навчання, 1997. – 90 с.
12. Шиян Б.М., Папуша В.Т., Приступа Е.Н. Теорія фізичного виховання. – Львов: ЛОНМІО, 1996. – 220 с.

СЕМІНАР 6

Тема: Характеристика типової структури уроку (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Формулювання завдань уроку.
2. Характеристика типової структури уроку.
3. Мета, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості підготовчої частини уроку.
4. Мета, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості основної частини уроку.
5. Мета, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості

заключної частини уроку.

6. Основні правила побудови розминки в уроці.
7. Вимоги до змісту та методики проведення занять урочного типу.
8. Методика складання плану-конспекту уроку.

II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 302 – 305.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: Донеччина, 1995. – 520 с.
2. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников. – М.: Просвещение, 1989. – 222 с.
3. Настольная книга учителя физической культуры. /Под ред. Л.Б. Кофмана. – М.: Физкультура и спорт, 1998. - 496 с.
4. Теория и методика физической культуры. /Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 374 с.
5. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль: Збруч, 2000. – 184 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
7. Теория и методика физического воспитания: учебник Е.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
8. Минаев В.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания “Планування учбово-виховного процесу з фізичної культури в загальноосвітній школі”. Журнал “Фізичне виховання в школі”. № 2, 1998. - С. 5-10.
9. Програми для загальноосвітніх закладів “Фізична культура” 1-11 класи: Київ, Міносвіти, Перун, 1998 – 52 с.
10. Гуськов С.И., Кофман Л.Б. Спорт и американская школа. – Москва, 1995. – С. 160.
11. Ареф’єв В.Г. Фізична культура в школі. – Вид. ін-ту змісту і методів навчання, 1997. – 90 с.
12. Шиян Б.М., Папуша В.Т., Приступа Е.Н. Теорія фізичного виховання. – Львов: ЛОУНМІО, 1996. – 220 с.

СЕМІНАР 7

Тема: Організаційні аспекти проведення занять фізичними вправами (2 год.).

План

- I. Теоретична частина
 1. Характеристика організаційних завдань проведення занять фізичними вправами в уроці.
 2. Характеристика способів організації учнів протягом уроку.
 3. Особливості використання фронтального способу організації учнів на уроці.
 4. Особливості використання групового способу організації учнів на уроці.
 5. Особливості використання поточного способу організації учнів на уроці.
 6. Особливості використання індивідуального способу організації учнів на уроці.
 7. Особливості використання колової форми організації учнів на уроці.
 8. Організація роботи відповідальних курівників і виконавців.
 9. Організація присутніх на уроці (сторонніх осіб або тимчасово звільнених).
 10. Щільність уроку, її види і способи регулювання.
 11. Вимоги до змісту та методики проведення занять урочного типу.
- II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 305 – 309.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: Донеччина, 1995. – 520 с.
2. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников. – М.: Просвещение, 1989. – 222 с.
3. Настольная книга учителя физической культуры. /Под ред. Л.Б. Кофмана. – М.: Физкультура и спорт, 1998. - 496 с.
4. Теория и методика физической культуры. /Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 374 с.
5. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль: Збруч, 2000. – 184 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
7. Теория и методика физического воспитания: учебник Е.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
8. Минаев В.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания “Планування учбово-виховного процесу з фізичної культури в загальноосвітній школі”. Журнал “Фізичне виховання в школі”. № 2, 1998. - С. 5-10.
9. Програми для загальноосвітніх закладів “Фізична культура” 1-11 класи: Київ, Міносвіти, Перун, 1998 – 52 с.
10. Гуськов С.И., Кофман Л.Б. Спорт и американская школа. – Москва, 1995. – С. 160.
11. Ареф’єв В.Г. Фізична культура в школі. – Вид. ін-ту змісту і методів навчання, 1997. – 90 с.
12. Шиян Б.М., Папуша В.Т., Приступа Е.Н. Теорія фізичного виховання. – Львов: ЛОНМІО, 1996. – 220 с.

СЕМІНАР 8

Тема: Класифікація занять позаурочного типу (2 год.).

План**I. Теоретична частина**

1. Характеристика мети, завдань та форм занять позаурочного типу.
2. Структура та зміст позаурочних форм занять.
3. Класифікація позаурочних форм занять (у режимі шкільного дня, позакласні та позашкільні заняття).
4. Характеристика фонових занять позаурочного типу.

5. Характеристика навчально-виховних занять позаурочного типу.
6. Характеристика навчально-виховних занять змішаного характеру позаурочного типу.
7. Характеристика індивідуальних занять позаурочного типу.
8. Ознаки та різновиди малих, великих та змагальних форм самостійних занять.
9. Характеристика групових занять позаурочного типу.
10. Характеристика спільних рис та відмінностей урочних та позаурочних форм занять.

II. Перевірка виконання самостійної роботи

Рекомендована література

Основна

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 1. – С. 296 – 309.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 2. С. 79 – 92.
3. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: Донеччина, 1995. – 520 с.
2. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников. – М.: Просвещение, 1989. – 222 с.
3. Настольная книга учителя физической культуры. /Под ред. Л.Б. Кофмана. – М.: Физкультура и спорт, 1998. - 496 с.
4. Теория и методика физической культуры. /Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 374 с.
5. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль: Збруч, 2000. – 184 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
7. Теория и методика физического воспитания: учебник Е.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
8. Минаев В.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания “Планування учбово-виховного процесу з фізичної культури в

загальноосвітній школі”. Журнал “Фізичне виховання в школі”. № 2, 1998. - С. 5 - 10.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II
ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ШКОЛІ
СЕМІНАР 9

Тема: Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Основні компоненти змісту предмета «Фізична культура» у початкових класах.
2. Характеристика вимог до сучасного уроку фізичної культури у початкових класах.
3. Структура та зміст навчальної програми з фізичної культури для учнів 1 - 4 класів.
4. Розподіл програмного матеріалу в навчальних годинах у початкових класах.
5. Характеристика теоретико-методичних знань школярів у початкових класах.
6. Характеристика способів рухової діяльності школярів у початкових класах.
 - 6.1. Школа культури рухів з елементами гімнастики.
 - 6.2. Школа пересувань.
 - 6.3. Школа м'яча.
 - 6.4. Школа стрибків.
 - 6.5. Школа активного відпочинку (рекреації).
 - 6.6. Школа розвитку фізичних якостей.
 - 6.7. Школа постави.

7. Характеристика орієнтовних навчальних нормативів та вимог до рівня загальноосвітньої підготовки учнів у 1 – 4 класах.
8. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів з предмета «Фізична культура» у початкових класах.
9. Характеристика необхідного обладнання з фізичної культури для початкової школи.
10. Характеристика тестувань для визначення динаміки змін показників розвитку фізичних якостей учнів початкових класів.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Фізична культура // Програма для загальноосвітніх навчальних закладів, 1- 4 класи / ред. Т. Ю. Круцевич, В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, О.Д. Кривчикова, Г.Г. Смоліус. –К. - 2012. - 78 с.

Додаткова

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. Київ -2008. I том. – 392 с.
2. Матвєєв Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвєєв.- М., 1991. – 544 с.
3. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку .- М.: Терра – Спорт, 2000. – С. 122 – 138.
4. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новий мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів /Б.М. Шиян. -Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с; Т. 2. - 260 с.
6. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арєф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.
7. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г.В Безверхня. - Київ: Олімпійська література, 2011.- 224 с.
8. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.
9. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.
10. Попуша В. Г.Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Попуша. – Тернопіль.: - 2010. – 128 с.

11. Про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України // Фізичне виховання в школі. – 1996, №1. – С.47-56.
12. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.
13. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі / Л.П. Сергієнко. Тернопіль: Навчальна книга. - Богдан, 2011.- 264 с.
14. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / Л.П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001. – С. 264 – 287.

СЕМІНАР 10

Тема: Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Основні компоненти змісту предмета «Фізична культура» у середніх класах.
2. Характеристика вимог до сучасного уроку фізичної культури у середніх класах.
3. Структура та зміст навчальної програми з фізичної культури для учнів 5 – 9 класів.
4. Розподіл програмного матеріалу в навчальних годинах у середніх класах.
5. Характеристика теоретико-методичних знань та загальної фізичної підготовки школярів середніх класів.
6. Характеристика теоретичних відомостей, спеціальної технічної та техніко-тактичної підготовленості, орієнтовних навчальних нормативів та обладнання, необхідних для вивчення наступних модулів:
 - 6.1. Варіативний модуль «Баскетбол» (1 – 5 роки вивчення).
 - 6.2. Варіативний модуль «Волейбол» (1 – 7 роки вивчення).
 - 6.3. Варіативний модуль «Гандбол» (1 – 7 роки вивчення).

- 6.4. Варіативний модуль «Гімнастика» (1 – 5 роки вивчення).
- 6.5. Варіативний модуль «Городки» (1 – 5 роки вивчення).
- 6.6. Варіативний модуль «Легка атлетика» (1- 5 роки вивчення).
- 6.7. Варіативний модуль «Спортивне орієнтування» (1 – 3 роки вивчення).
- 6.8. Варіативний модуль «Настільний теніс» (1 – 5 роки вивчення).
- 6.9. Варіативний модуль «Плавання» (1 – 5 роки вивчення).
- 6.10. Варіативний модуль «Туризм» (1 – 5 роки вивчення).
- 6.11. Варіативний модуль «Футбол» (1 –5 роки вивчення).
- 6.12. Варіативний модуль «Професійно-прикладна фізична підготовка» (1 рік вивчення).
- 6.13. Варіативний модуль «Бадмінтон» (1 – 5 роки вивчення).
- 6.14. Варіативний модуль «Аеробіка» (1 – 5 роки вивчення).
- 7. Характеристика орієнтовних навчальних нормативів та вимог до рівня загальноосвітньої підготовки учнів у 5 – 9 класах.
- 8. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів з предмета «Фізична культура» у середніх класах.
- 9. Характеристика необхідного обладнання з фізичної культури для середньої школи.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Фізична культура // Програма для загальноосвітніх навчальних закладів, 5-9 класів / ред. Т. Ю. Круцевич, С. М. Дятленко, Л. А. Галенко, В. В. Дерев'янко та ін. –К. - 2012. - 294 с.

Додаткова

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. Київ -2008. I том. – 392 с.
2. Матвєєв Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвєєв.- М., 1991. – 544 с.

3. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку .- М.: Терра – Спорт, 2000. – С. 122 – 138.
4. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новий мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів /Б.М. Шиян. -Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с; Т. 2. - 260 с.
6. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арєф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.
7. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г.В Безверхня. - Київ: Олімпійська література, 2011.- 224 с.
8. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.
9. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.
10. Попуша В. Г.Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Попуша. – Тернопіль.: - 2010. – 128 с.
11. Про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України // Фізичне виховання в школі. – 1996, №1. – С.47-56.
12. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.
13. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі / Л.П. Сергієнко. Тернопіль: Навчальна книга. - Богдан, 2011.- 264 с.
14. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / Л.П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001. – С. 264 – 287.

СЕМІНАР 11

Тема: Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Основні компоненти змісту предмета «Фізична культура» у старших класах.
2. Характеристика вимог до сучасного уроку фізичної культури у 10 - 11 класах.

3. Структура та зміст навчальної програми з фізичної культури для учнів 10 – 11 класів.
4. Розподіл програмного матеріалу в навчальних годинах за темами та видами навчальної діяльності з фізичної культури у старших класах.
5. Характеристика основ знань з фізкультурно-спортивної діяльності школярів старших класів.
6. Характеристика способів фізкультурної діяльності (види спорту), інструкторської та суддівської практики школярів старших класів:
 - 6.1. Варіативний модуль «Легка атлетика» (6 – 7 роки вивчення).
 - 6.2. Варіативний модуль «Футбол» (6 – 7 роки вивчення).
 - 6.3. Варіативний модуль «Баскетбол» (6 – 7 роки вивчення).
 - 6.4. Варіативний модуль «Волейбол» (6 – 7 роки вивчення).
 - 6.5. Варіативний модуль «Гандбол» (6 – 7 роки вивчення).
 - 6.6. Варіативний модуль «Плавання» (6- 7 роки вивчення).
 - 6.7. Варіативний модуль «Настільний теніс» (1 – 3 роки вивчення).
 - 6.8. Варіативний модуль «Туризм» (6 – 7 роки вивчення).
 - 6.9. Варіативний модуль «Ритмічна гімнастика з елементами спортивних танців» (6 – 7 роки вивчення).
7. Характеристика орієнтовних навчальних нормативів та вимог до рівня загальноосвітньої підготовки учнів у 10 – 11 класах.
8. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів з предмета «Фізична культура» у старших класах.
9. Характеристика необхідного обладнання з фізичної культури для 10 – 11 класів.
10. Характеристика тестувань для визначення рівня розвитку фізичних якостей учнів старших класів.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Навчальна програма з фізичної культури для 10-11 класів (профільний рівень) / ред. В.А. Єрмолова, Л.С. Іванова, Г. М. Смоліус та ін.. – Київ, 2010. – 138 с.

Додаткова

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. Київ -2008. I том. – 392 с.

2. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.

3. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку .- М.: Терра – Спорт, 2000. – С. 122 – 138.

4. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новий мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.

5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів /Б.М. Шиян. -Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с; Т. 2. - 260 с.

6. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арєф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.

7. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г.В Безверхня. - Київ: Олімпійська література, 2011.- 224 с.

8. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.

9. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.

10. Попуша В. Г.Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Попуша. – Тернопіль.: - 2010. – 128 с.

11. Про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України // Фізичне виховання в школі. – 1996, №1. – С.47-56.

12. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.

13. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі / Л.П. Сергієнко. Тернопіль: Навчальна книга. - Богдан, 2011.- 264 с.

14. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / Л.П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001. – С. 264 – 287.

СЕМЕСТР 6
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III
РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

СЕМІНАР 12

Тема: Основи методики розвитку силових якостей (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Загальна характеристика сили.
2. Види опору при розвитку сили.
3. Види сили та їх характеристика.
4. Характеристика режимів роботи м'язів.
5. Фактори, від яких залежать силові спроможності людини.
6. Вікова динаміка природного розвитку сили.
7. Загальна характеристика засобів розвитку сили.
 - 7.1. Вправи з обтяженням масою власного тіла.
 - 7.2. Вправи з обтяженням масою предметів.
 - 7.3. Вправи у подоланні опору еластичних предметів.
 - 7.4. Вправи у подоланні опору партнера або додаткового опору.
 - 7.5. Вправи у само опорі.
 - 7.6. Вправи з комбінованими обтяженнями.
 - 7.7. Вправи на силових тренажерах.
 - 7.8. Ізометричні вправи.
8. Методика розвитку максимальної сили за допомогою збільшення м'язової маси.
9. Методика розвитку максимальної сили за допомогою удосконалення міжм'язової координації.
10. Методика розвитку максимальної сили за допомогою удосконалення внутрішньом'язової координації.
11. Методика розвитку швидкісної сили.
12. Методика розвитку вибухової сили.

13. Методика розвитку силової витривалості

14. Особливості методики розвитку силових якостей дівчат і жінок.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. Київ -2008. I том. – С. 178 - 204.

2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.

2. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку. - М.: Терра -Спорт, 2000. – С. 122 – 138.

3. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. —К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.

4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 1997. — С. 247 – 259.

5. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новый мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.

6. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1997. - 216 с.

7. Вилмор Дж.Х. Физиология спорта / Дж.Х. Вилмор, Д.Л. Костилл. – К.: Олимпийская литература, 2001. – С. 56 – 68.

8. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.

9. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей і підлітків: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.

СЕМІНАР 13

Тема: Основи методики розвитку швидкості (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Загальна характеристика бистроти.

2. Характеристика утворення рухової реакції.

3. Види швидкості (бистрота рухових дій, бистрота поодиноких рухів, темп необтяжених рухів).
4. Характеристика бистроти рухових реакцій.
5. Особливості прояву простої рухової реакції (латентний час рухової дії).
6. Особливості прояву складних рухових реакцій: реакція людини на об'єкт, який рухається та реакція вибору.
7. Характеристика бистроти поодиноких рухів.
8. Характеристика частоти (темпу) необтяжених рухів.
9. Фактори, що обумовлюють прояв бистроти.
10. Вікова динаміка природного розвитку бистроти.
11. Характеристика засобів розвитку бистроти.
12. Методика розвитку бистроти простих реакцій.
13. Методика розвитку бистроти складних реакцій.
14. Методика розвитку бистроти циклічних рухів.
15. Методика розвитку бистроти ациклічних рухів.
16. Методичні рекомендації до попередження «швидкісного бар'єра» та його усунення.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. Київ -2008. I том. – С. 204 - 226.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.
2. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку.- М.: Терра -Спорт, 2000. – С. 122 – 138.
3. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. —К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 1997. — С. 247 – 259.

5. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новий мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.

6. Вилмор Дж.Х. Физиология спорта / Дж.Х. Вилмор, Д.Л. Костилл. — К.: Олимпийская литература, 2001. — С. 56 – 68.

7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. — М.: Академия, 2000. — 480 с.

8. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей и подростков: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.

СЕМІНАР 14

Тема: Основи методики розвитку гнучкості (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Загальна характеристика гнучкості.
2. Види гнучкості.
 - 2.1. Характеристика активної гнучкості.
 - 2.2. Характеристика пасивної гнучкості.
 - 2.3. Характеристика резервної гнучкості.
 - 2.4. Характеристика анатомічної гнучкості.
3. Фактори, що обумовлюють прояв гнучкості.
4. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості.
5. Характеристика засобів розвитку гнучкості.
 - 5.1. Силові вправи.
 - 5.2. Вправи на розслаблення м'язів.
 - 5.3. Вправи на розтягування м'язів (активні, пасивні, комбіновані).
6. Особливості методики розвитку гнучкості.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 246 - 259.

2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теория і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.
2. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку .- М.: Терра -Спорт, 2000. – С. 122 – 138.
3. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. —К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2004. — С. 247 – 280.
5. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новий мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.
6. Вилмор Дж.Х. Физиология спорта / Дж.Х. Вилмор, Д.Л. Костилл. — К.: Олимпийская литература, 2001. – С. 56 – 68.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.
8. Волков Л.В. Основи спортивної підготовки дітей і підлітків: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.

СЕМІНАР 15

Тема: Основи методики розвитку витривалості (2 год.).

План**I. Теоретична частина**

1. Загальна характеристика витривалості.
2. Види стомлення в залежності від природи та характеру навантаження.
3. Значення фізичної витривалості в життєдіяльності людини.
4. Види фізичного стомлення в залежності від об'єму м'язових груп, які беруть участь у роботі.
5. Характеристика видів витривалості.
 - 5.1. Загальна витривалість.
 - 5.2. Спеціальна витривалість.
 - 5.3. Швидкісна витривалість.
 - 5.4. Силова витривалість.
6. Фактори, що обумовлюють прояв витривалості.
7. Вікова динаміка природного розвитку витривалості.

8. Характеристика засобів розвитку витривалості.
9. Характеристика допоміжних засобів комплексного розвитку витривалості (дихальні вправи, використання факторів навколишнього середовища, гірського клімату).
10. Особливості методики розвитку загальної витривалості.
11. Особливості методики розвитку швидкісної витривалості.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 226 - 246.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.
2. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку. - М.: Терра -Спорт, 2000. – С. 122 – 138.
3. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. —К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2004. — С. 247 – 280.
5. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новый мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.
6. Вилмор Дж.Х. Физиология спорта / Дж.Х. Вилмор, Д.Л. Костилл. – К.: Олимпийская литература, 2001. – С. 56 – 68.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.
8. Волков Л.В. Основи спортивної підготовки дітей і підлітків: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.
9. Коц Я.М. Физиологические основы физических (двигательных) качеств // Спортивная физиология. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - С.53-103.
10. Линець М.М., Андрієнко Г.М. Витривалість, здоров'я, працездатність... - Львів, 1993. - 131 с.
11. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. - Львів: Штабар. – 2001. - 208 с.

12. Моногаров В.Д. Генез утомления при напряженной мышечной деятельности // Наука в олимпийском спорте, 1994, № 1. - С.63-72.

СЕМІНАР 16

Тема: Основи методики розвитку координації (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Загальна характеристика координаційних здатностей.
2. Характеристика видів координації:
 - 2.1. здатність до управління часовими, просторовими і силовими параметрами рухів;
 - 2.2. здатність до збереження рівноваги;
 - 2.3. відчуття ритму;
 - 2.4. здатність до орієнтування у просторі;
 - 2.5. здатність до довільного розслаблення м'язів;
 - 2.6. координованість рухів (спритність).
3. Фактори, що обумовлюють прояв координаційних здатностей.
4. Вікова динаміка природного розвитку координаційних здатностей.
5. Характеристика засобів розвитку координаційних здатностей.
6. Загальні положення методики розвитку координаційних здатностей.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 259 - 273.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.
2. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку .- М.: Терра -Спорт, 2000. – С. 122 – 138.

3. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. — К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2004. — С. 247 – 280.
5. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новий мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.
6. Вилмор Дж.Х. Физиология спорта / Дж.Х. Вилмор, Д.Л. Костилл. — К.: Олимпийская литература, 2001. — С. 56 – 68.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. — М.: Академия, 2000. — 480 с.
8. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей і підлітків: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.
9. Коц Я.М. Физиологические основы физических (двигательных) качеств // Спортивная физиология. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - С.53-103.
10. Линець М.М. Основы методики розвитку рухових якостей. - Львів: Штабар. – 2001. - 208 с.
11. Курамшин Ю.Ф., Двейрина О.А. Координационные способности и методика их развития. В кн.: Теория и методика физической культуры: 2005. — С. 25 – 31.
12. Лях В.И. Координационные способности школьников. - Минск: Полімя, 1999. - 160 с.

СЕМІНАР 17

Тема: Попередження травм та контроль в процесі розвитку фізичних якостей (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Характеристика організаційних недоліків, які призводять до травмування школярів на уроках фізичної культури.
2. Методичні помилки в заняттях силовими вправами і методичні вказівки щодо попередження травм.
3. Методичні помилки під час розвитку швидкості і методичні рекомендації щодо попередження травм.
4. Методичні помилки під час розвитку витривалості і методичні рекомендації щодо попередження травм опорно-рухового апарату і перенапружень функціональних систем організму.

5. Методичні помилки під час розвитку гнучкості і методичні рекомендації щодо попередження травм.
6. Методичні помилки під час розвитку координаційних здатностей і методичні рекомендації щодо попередження травм.
7. Загальна характеристика контролю за розвитком фізичних якостей.
 - 7.1. Контроль за розвитком сили.
 - 7.2. Контроль за розвитком швидкості.
 - 7.3. Контроль за розвитком витривалості.
 - 7.4. Контроль за розвитком гнучкості.
 - 7.5. Контроль за розвитком координаційних здатностей.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 273 - 288.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.
2. Лях В.І. Рухові здібності школярів: основи теорії і методики розвитку. - М.: Терра -Спорт, 2000. – С. 122 – 138.
3. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. —К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2004. — С. 247 – 280.
5. Круцевич Т.Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т.Ю. Круцевич, М.И. Воробьев. – К.: НУФВСУ, 2005. – 196 с.
6. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г.В Безверхня. - Київ: Олімпійська література, 2011.- 224 с.
7. Романенко В.А. Двигательные способности человека / В.А. Романенко. — Донецк.: Новый мир, УК Центр, 1999. — С. 51- 62.

8. Вилмор Дж.Х. Физиология спорта / Дж.Х. Вилмор, Д.Л. Костилл. – К.: Олимпийская литература, 2001. – С. 56 – 68.
9. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.
10. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей и подростков: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.
11. Коц Я.М. Физиологические основы физических (двигательных) качеств // Спортивная физиология. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - С.53-103.
12. Линець М.М. Основы методики розвитку рухових якостей. - Львів: Штабар. – 2001. - 208 с.
13. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / Л.П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001. – 396 с.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV

УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

СЕМІНАР 18

Тема: Зміст та види планування у фізичному вихованні (2 год.).

План

- I. Теоретична частина
 1. Поняття про планування у фізичному вихованні.
 2. Характеристика умов планування роботи з фізичного виховання.
 3. Характеристика етапів планування роботи з фізичного виховання.
 4. Види планів в залежності від різноманіття виконуваної роботи.
 5. Характеристика загального плану фізкультурно-спортивної роботи.
 6. Види та особливості складання часткових планів роботи з фізичного виховання в школі.
 7. Характеристика державних документів планування та документів, що складаються вчителем.
 7. Методика складання річного план-графіку навчально-виховної роботи, семестрового поурочного робочого плану, плану-конспекту уроку, календарного плану спортивно-масових заходів.

8. Види планування в залежності від термінів виконуваної дії та їх характеристика.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 314 - 317.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
2. Теория и методика физического воспитания. Учебник Е.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
3. “Планування учбово-виховного процесу з фізичної культури в загальноосвітній школі”. Журнал “Фізичне виховання в школі”. № 2, 1998. С. 5-12.
4. Програми для загальноосвітніх закладів “Фізична культура” 1-11 класи: Київ, Міносвіти, Перун, 1998. – 52 с.
5. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: Донеччина, 1995. – 550 с.
6. Арэф’єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арэф’єв, Г.А. Єдинак. – Кам’янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.
7. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.
8. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.
9. Попуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Попуша. – Тернопіль.: - 2010. – 128 с.
10. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.
11. Волинець Ю. Й. Методичні рекомендації з питань безпеки життєдіяльності під час занять фізичними вправами та при проведенні спортивно-масових заходів в загальноосвітніх навчальних закладах / Ю. Й. Волинець, М. В. Нижник – Харків : СПД ФО Співак Т.К., 2006. – 80 с.
12. Основи здоров’я і фізична культура. Програма загальноосвітніх навчальних закладів. 1–11 класи. – Початкова школа. – 2001. – 112 с.

СЕМІНАР 19

Тема: Контроль та облік в процесі фізичного виховання (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Поняття контролю у процесі фізичного виховання.
2. Характеристика видів контролю у процесі фізичного виховання.
 - 2.1. Педагогічний контроль.
 - 2.2. Медико-біологічний контроль.
 - 2.3. Самоконтроль.
3. Види педагогічного контролю та їх характеристика.
 - 3.1. Мета, завдання та особливості використання попереднього педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
 - 3.2. Мета, завдання та особливості використання оперативного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
 - 3.3. Мета, завдання та особливості використання поточного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
 - 3.4. Мета, завдання та особливості використання етапного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
4. Оцінка суб'єктивних та об'єктивних критеріїв при здійсненні оперативного педагогічного контролю.
5. Характеристика основних документів контролю, обліку та звітності у процесі фізичного виховання (журнал навчально-виховної роботи групи, медична картка, журнал обліку травм, журнал обліку наявності і стану обладнання, щоденник педагога та учня, протоколи та документи звітності тощо).

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 317 – 320, 343 - 350.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.

Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
2. Теория и методика физического воспитания. Учебник Е.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
3. Програми для загальноосвітніх закладів “Фізична культура” 1-11 класи: Київ, Міносвіти, Перун, 1998. – 52 с.
4. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: Донеччина, 1995. – 550 с.
5. Арєф’єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арєф’єв, Г.А. Єдинак. – Кам’янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.
6. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.
7. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кохмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.
8. Попуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Попуша. – Тернопіль.: - 2010. – 128 с.
9. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.

СЕМІНАР 20

Тема: Моделювання у фізичному вихованні (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Поняття «моделювання», «модель».
2. Мета та завдання моделювання у процесі фізичного виховання.
3. Функції моделей у процесі фізичного виховання.
4. Характеристика основних видів моделей у фізичному вихованні:

3.1. моделі фізичного стану тих, хто займається фізичними вправами (моделі різних сторін підготовленості, морфофункціональні моделі, моделі стану здоров’я, психічного статусу тощо);

3.2. моделі занять у фізичному вихованні та їх частин;

3.3. моделі окремих вправ та їх комплексів.

5. Характеристика способів опису моделей:

4.1. словесний;

4.2. графічний;

4.3. математичний;

4.4. фізичний

6. Характеристика рівнів моделей (загальні, групові, індивідуальні).

7. Визначення показників рівня здоров'я: експрес - оцінка рівня соматичного здоров'я школярів за методикою Г.Л. Апанасенко, 1992.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 325 - 334.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
2. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
3. Детская спортивная медицина: Руководство для врачей /Под ред. С.Б. Тихвинского и С.В. Хрущева. – М.: Медицина, 1991. – 560 с.
4. Душанин С.А., Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я. Самоконтроль физического состояния. – К.: Здоров'я, 1998. – 128 с.
5. Иващенко Л.Я., Круцевич Т.Ю. Методика физкультурно-оздоровительных занятий. – К.: УГУФВС, 1994. – 125с.
6. Платонов В.Н. общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
7. Шустин Б.Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной подготовки. //Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – С.226-237.
8. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арєф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.
9. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. /

А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.

10. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.

СЕМІНАР 21

Тема: Прогнозування у фізичному вихованні (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Поняття «прогнозування» у процесі фізичного виховання.
2. Мета та завдання прогнозування у фізичному вихованні.
3. Етапи прогнозування фізичного стану людини.
4. Характеристика основних методів прогнозування:
 - 3.1. методи екстраполяції;
 - 3.2. методи експертних оцінок;
 - 3.3. методи математичної статистики.
5. Основні підходи до прогнозування у фізичному вихованні та їх характеристика.
 - 5.1. пошуковий (дослідницький) підхід;
 - 5.2. нормативний підхід.
6. Види прогнозів в залежності від строків дії та їх характеристика:
 - 6.1. короткострокове прогнозування;
 - 6.2. середньострокове прогнозування;
 - 6.3. довгострокове прогнозування

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. / Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 334 - 343.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.
2. Платонов В.Н. общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
3. Шустин Б.Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной подготовки. //Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – С.226-237.
4. Арэф'єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арэф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.
5. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.
6. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кохмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.

СЕМІНАР 22

Тема: Програмування занять у фізичному вихованні (2 год.).

План**I. Теоретична частина**

1. Поняття програмування у фізичному вихованні.
2. Мета та завдання програмування у фізичному вихованні.
3. Види тренувальних програм у фізичному вихованні.
3. Алгоритм складання програм занять у фізичному вихованні.
4. Визначення раціональних засобів та методів фізичного виховання.
5. Визначення раціонального рухового режиму.
6. Інтенсивність силових навантажень.
7. Режим чергування навантаження та відпочинку в заняттях.
8. Форми складання індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм занять для школярів.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.**Рекомендована література***Основна*

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. /

Олімпійська література. - Київ -2008. - I том. – С. 350 - 371.

2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.

Додаткова

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 544 с.

2. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.

3. Детская спортивная медицина: Руководство для врачей /Под ред. С.Б. Тихвинского и С.В. Хрущева. – М.: Медицина, 1991. – 560 с.

4. Душанин С.А., Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я. Самоконтроль физического состояния. – К.: Здоров'я, 1998. – 128 с.

5. Иващенко Л.Я., Круцевич Т.Ю. Методика физкультурно-оздоровительных занятий. – К.: УГУФВС, 1994. – 125с.

6. Платонов В.Н. общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.

7. Арэф'єв В.Г. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації / В.Г. Арэф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 384 с.

8. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. / А.М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 502с.

9. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Ф.Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2005. – 496 с.

ТЕМАТИКА МОДУЛЬНИХ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

1. Навчання руховим діям у фізичному вихованні.
2. Зміст та особливості викладання предмета «Фізична культура» у загальноосвітніх навчальних закладах.
3. Розвиток фізичних якостей у школярів.
4. Управління процесом фізичного виховання

VI. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

Тема 1: Методологічні основи теорії навчання руховим діям у фізичному вихованні - 12 год.

1. Ознайомитися з методологічними та педагогічними основами навчання рухових дій у фізичному вихованні (3 год.).
2. Вивчити етапи навчання руховим діям у фізичному вихованні (3 год.).
3. Ознайомитися з методами навчання руховим діям у фізичному вихованні (3 год.).
4. Знати методику проведення контролю за технікою виконання рухових дій школярами (3 год.).

Тема 2: Характеристика форм організації занять у фізичному вихованні – 12 год.

1. Ознайомитися з класифікацією та особливостями проведення занять урочного типу за спрямованістю та за характером завдань, які вирішуються. (3 год.).
2. Знати вимоги до змісту та методики проведення занять урочного типу (3 год.).
3. Знати мету, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості проведення основних частини уроку. Розумітися на методиці складання плану-конспекту уроку(3 год.).
4. Вивчити класифікацію, структуру та зміст позаурочних форм занять (3 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ШКОЛІ

Тема 3. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 - 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів - 12 год.

1. Ознайомитися зі змістом та особливостями викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів(4 год.).
2. Ознайомитися зі змістом та особливостями викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів(4 год.).
3. Ознайомитися зі змістом та особливостями викладання предмету «Фізична культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів. (4 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Тема 4 - 5. Основи методики розвитку фізичних якостей у фізичному вихованні - 18 год.

1. Знати особливості методики розвитку силових якостей (3 год.).
2. Знати особливості методики розвитку швидкості (3 год.).
3. Знати особливості методики розвитку гнучкості (3 год.).
4. Знати особливості методики розвитку витривалості (3 год.).
5. Знати особливості методики розвитку координації (3 год.).
6. Ознайомитися з методичними рекомендаціями щодо попередження травм та з особливостями проведення педагогічного контролю при розвитку рухових якостей у школярів (3 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV

УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Тема 6. Особливості управління процесом фізичного виховання - 18 год.

1. Вміти складати наступні документи планування роботи відповідно навчальним програмам з фізичної культури для 1-11 класів: річний план-графік навчально-виховної роботи, семестровий поурочний робочий план, план-конспект уроку, календарний план спортивно-масових заходів (3 год.).
2. Знати мету, завдання та особливості використання попереднього, оперативного, поточного та етапного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання (3 год.).
3. Вивчити основні документи контролю, обліку та звітності у процесі фізичного виховання (3 год.).
4. Знати особливості застосування моделювання у процесі фізичного виховання (3 год.).
5. Знати особливості застосування прогнозування у процесі фізичного виховання (3 год.).
6. Ознайомитися з методикою складання фізкультурно-оздоровчих програм занять для школярів (3 год.).

Карту самостійної роботи з визначенням форм академічного контролю, успішність (бали) подано у вигляді табл. 6.1.

Таблиця 6.1

Карта самостійної роботи студента

Змістовий модуль, теми курсу	Академічний контроль	Бали
Змістовий модуль I НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ		
Тема 1: Методологічні основи теорії навчання руховим діям у фізичному вихованні (12 год.).	поточний, семінарські заняття	5×4

Продовження табл. 6.1.

Змістовий модуль, теми курсу	Академічний контроль	Бали
Тема 2: Характеристика форм організації занять у фізичному вихованні (12 год.).	поточний, семінарські заняття	5×4
Змістовий модуль II ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ШКОЛІ		
Тема 3. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 - 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів (12 год.).	поточний, семінарські заняття	5×3
Змістовий модуль III РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ		
Тема 4 - 5. Основи методики розвитку фізичних якостей у фізичному вихованні (18 год.).	поточний, семінарські заняття	5×6
Змістовий модуль IV УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ		
Тема 6. Особливості управління процесом фізичного виховання (18 год.).	поточний, семінарські заняття	5×6
Разом: 72 години	Разом: 110 балів	

VII. ІНДИВІДУАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА

Індивідуальна навчально-дослідна робота є видом поза аудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни. Завершується виконання студентами ІНДЗ і прилюдним захистом навчальної роботи.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ШДЗ) із курсу «Теорія і методика фізичного виховання» - це вид науково-дослідної роботи студента, що містить результати дослідницького пошуку, відображає певний рівень його навчальної компетентності.

Мета ІНДЗ: самостійне вивчення програмного матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування здобутих знань, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

Зміст ІНДЗ: завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми дисципліни, що виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчальної програми.

Види ІНДЗ, вимоги до них та оцінювання:

- конспект із теми (модуля) за заданим планом **(2 бали)**;
- конспект із теми (модуля) за планом, який студент розробив самостійно **(3 бали)**;
- анотація прочитаної додаткової літератури з дисципліни, бібліографічний опис **(3 бали)**;
- повідомлення з теми, рекомендованої викладачем **(2 бали)**;
- повідомлення з теми (без рекомендації викладача): аналіз інформації, самостійні дослідження **(3 бали)**;
- науково-педагогічне дослідження у вигляді реферативної роботи (охоплює весь зміст навчального курсу) - **30 балів**.

Орієнтовна структура ІНДЗ - науково-педагогічного дослідження у вигляді реферативної роботи: зміст, вступ, основна частина, висновки, практичні рекомендації, список використаних джерел літератури, додатки

(якщо вони є). Критерії оцінювання та шкалу оцінювання подано відповідно у таблицях 7.1; 7.2.

Таблиця 7.1

**Критерії оцінювання ІНДЗ
(науково-педагогічного дослідження у вигляді реферативної роботи)**

№ п/п	Критерії оцінювання роботи	Максимальна кількість балів за кожним критерієм
1.	Обґрунтування актуальності, формулювання мети, завдань та визначення методів дослідження	6 балів
2.	Складання плану реферату	4 бали
3..	Критичний аналіз суті та змісту першоджерел. Виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану дослідження проблеми, розгляд тенденцій подальшого розвитку даного питання.	6 балів
4.	Дотримання правил реферуванням наукових публікацій	4 бали
5.	Доказовість висновків, обґрунтованість власної позиції, пропозиції щодо розв'язання проблеми, визначення перспектив дослідження	5 балів
6.	Дотримання вимог щодо технічного оформлення структурних елементів роботи (титульний аркуш, план, вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел літератури)	5 балів
Разом:		30 балів

Таблиця 7.2

**Шкала оцінювання ІНДЗ
(науково-педагогічного дослідження у вигляді реферативної роботи)**

Рівень виконання	Кількість балів, що відповідає рівню	Оцінка за традиційною системою
Високий	30 – 25	Відмінно
Достатній	24 – 21	Добре
Середній	20 – 18	Задовільно
Низький	17 - 0	Незадовільно

Оцінка ІНДЗ є обов'язковим балом, який враховується при підсумковому оцінюванні навчальних досягнень студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання». Студент може набрати максимальну кількість балів за ІНДЗ - 30 балів.

ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА РЕФЕРАТИВНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

1. Активізація діяльності учнів 5-7 класів на уроках фізичної культури.
2. Активний відпочинок як засіб профілактики перевтоми школярів.
3. Види, зміст та форми контролю за виконанням домашніх завдань з фізичної культури учнів 1 – 11 класів.
4. Використання сюжетних ігор на уроках фізичної культури.
5. Витривалість і здоров'я школярів.
6. Особливості вікової динаміки розвитку гнучкості у школярів.
7. Вікові аспекти фізичного виховання школярів.
8. Вплив оцінювання вчителя на успішність і мотивацію учнів до занять фізичною культурою.
9. Вплив різних режимів рухової активності на функціональний стан організму.
10. Вплив рухової активності на розумову працездатність школярів.
11. Види, зміст та форми контролю за виконанням домашніх завдань з фізичної культури учнів.
12. Гіпокінезія та її вплив на фізичний розвиток дітей.
13. Особливості динаміки фізичного розвитку дітей дошкільного віку.
14. Дихальні вправи в оздоровчому тренуванні школярів.
15. Дихальні вправи у системі фізичного виховання школярів.
16. Діагностичні методи визначення рівня координаційних здібностей у старшокласників.
17. Забезпечення індивідуального підходу на уроках фізичної культури до учнів різних вікових груп.
18. Застосування ігрових технологій на уроках фізичної культури у дітей 1-4 класів.
19. Здоров'язберігаючі технології у фізичному вихованні школярів.
20. Здоров'яформувальні технології у фізичному вихованні дошкільників.

21. Здоровий спосіб життя школярів в сучасних умовах.
22. Зміст та організація днів здоров'я дітьми дошкільного віку.
23. Зміст фізичного виховання для школярів різного віку.
24. Контроль за фізичною підготовленістю школярів.
25. Критерії здорового способу життя і їх характеристика.
26. Метод змагання в методиці фізичної культури для дітей дошкільного віку.
27. Методика застосування колового тренування на уроках фізичної культури.
28. Методика застосування музичного супроводу на уроках фізичної культури.
29. Методика розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.
30. Методика розвитку координаційних здібностей у школярів середнього шкільного віку.
31. Методика розвитку максимальної сили у школярів.
32. Методика розвитку просторового орієнтування на уроках фізичної культури в школі.
33. Методика розвитку рівноваги на уроках фізичної культури в школі.
34. Методика розвитку точності рухів на уроках фізичної культури в школі.
35. Методика розвитку уваги у школярів молодших класів на уроках фізичної культури.
36. Методика розвитку фізичних якостей у школярів різного віку та статі.
37. Методика розвитку швидкості у дітей 1-4 класів на уроках фізичної культури.
38. Основні методи фізичного виховання школярів, їх характерні особливості.
39. Особливості використання ігрового і змагального методів у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку.
40. Особливості використання індивідуальних форм фізичного виховання зі школярами.
41. Особливості фізичного виховання в спеціальних медичних групах.
42. Особливості формування мотивації до уроків фізичної культури в учнів початкової школи.

43. Особливості формування фізичних якостей учнів середнього шкільного віку.
44. Особливості формування фізичних якостей учнів старшого шкільного віку.
45. Особливості формування фізичних якостей учнів молодшого шкільного віку.
46. Оцінка ефективності застосування на уроках фізичної культури у школярів різного віку різних методів строго-регламентованої вправи, пов'язаних з навчанням і вдосконаленням рухових дій.
47. Оцінка ефективності застосування різних способів організації учнів на уроці фізичної культури в школі (фронтального, групового, індивідуального і ін.).
48. Оцінка ефективності застосування різних методів фізичного виховання на уроках фізичної культури в школі (ігрового, змагання).
49. Оцінка ефективності застосування різних методів фізичного виховання на уроках фізичної культури в школі (коловий).
50. Оцінка ефективності уроку фізичної культури.
51. Оцінка фізичної підготовленості школярів старшого віку.
52. Особливості методики навчання дітей самостійним заняттям фізичними вправами.
53. Особливості використання рухливих ігор у процесі фізичного виховання.
54. Особливості методики навчання вмінню плавати у процесі фізичного виховання дітей молодшого віку.
55. Особливості методики навчання легкоатлетичним вправам у процесі фізичного виховання.
56. Особливості методики навчання рухливим і спортивним іграм у процесі фізичного виховання дітей молодшого віку.
57. Особливості проведення сюжетних уроків та уроків у природних умовах з учнями середнього шкільного віку.
58. Особливості використання засобів фізичного виховання в режимі дня з учнями середнього шкільного віку.
59. Особливості використання позакласних форм фізичного виховання з учнями середнього шкільного віку.
60. Особливості використання позашкільних форм фізичного виховання
61. Особливості побудови уроку фізичної культури в залежності від сезону навчального року.
62. Характеристика позакласної роботи з фізичного виховання.

63. Порівняльна характеристика показників фізичних якостей у школярів різного віку.
64. Причини і профілактика травматизму на уроках фізичної культури.
65. Рухливі ігри як засіб закріплення основних умінь і навичок.
66. Рухова активність як фактор формування пізнавальних здібностей молодших школярів.
67. Руховий режим учня середнього шкільного віку та шляхи його оптимізації.
68. Сенситивні періоди і нормування фізичних навантажень для школярів.
69. Сенситивні періоди розвитку фізичних якостей школярів.
70. Особливості народної фізичної культури українців.

VIII. СИСТЕМА ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Навчальні досягнення студентів із дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок.

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти (розділ IV), де зазначено види й терміни контролю. Систему рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення у національну (4-бальну) та європейську (ECTS) шкалу подано у таблицях 8.1; 8.2.

Таблиця 8.1

Розрахунок рейтингових балів за видами поточного (модульного) контролю V семестр

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
1.	Відвідування лекцій	1	3	3
2.	Відвідування семінарських занять	1	11	11
3.	Робота на семінарському занятті, в т.ч. доповідь, дискусія, виступ, повідомлення	10	11	110
4.	Виконання завдання з самостійної роботи (домашнього завдання)	5	11	55
6.	Модульна контрольна робота	25	2	50
7.	Екзамен	40	1	40
Максимальна кількість балів – 229				

Розрахунок $229 : 60 = 3,81 + 40$ балів екзамен

VI семестр

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
1.	Відвідування лекцій	1	3	3
2.	Відвідування семінарських занять	1	11	11
3.	Робота на семінарському занятті, в т.ч. доповідь, дискусія, виступ, повідомлення	10	11	110
4.	Виконання завдання з самостійної роботи (домашнього завдання)	5	11	55
5.	ІНДЗ	30	1	30
6.	Модульна контрольна робота	25	2	50
Максимальна кількість балів – 259				

Розрахунок $259 : 100 = 2,59$

Таблиця 8.2

Порядок переведення рейтингових показників успішності у європейські оцінки ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		оцінка	пояснення
90 - 100	Відмінно	A	Відмінно <i>Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок</i>
82 – 89		B	Дуже добре <i>Вище середнього рівня з кількома помилками</i>
75 – 81	Добре	C	Добре <i>В загальному вірне рішення з певною кількістю недоліків</i>
69 – 74		D	Задовільно <i>Непогано, але зі значною кількістю недоліків</i>
60 – 68		E	Достатньо <i>Виконання задовольняє мінімальним, критеріям</i>
35 – 59		FX	Незадовільно <i>З можливістю повторного</i>

			<i>складання</i>
1 - 34	Незадовільно	F	Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом</i>

У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів застосовуються такі методи:

- **методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, іспит.

- **методи письмового контролю:** модульне письмове тестування; підсумкове письмове тестування, реферативна робота.

- **методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз. Кожний модуль включає бали за поточну роботу студента на семінарських, практичних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальну роботу.

Реферативні дослідження, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на семінарських заняттях.

Модульний контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної та індивідуальної навчально-дослідної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- своєчасність виконання навчальних завдань;
- повний обсяг їхнього виконання;
- якість виконання навчальних завдань;
- самостійність виконання;
- творчий підхід у виконанні завдань;
- ініціативність у навчальній діяльності.

ІХ. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

1) За джерелом інформації:

- **словесні:** лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint - Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда;

- **наочні:** спостереження, ілюстрація, демонстрація.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

1) Методи стимулювання інтересу до навчання:

- навчальні дискусії;
- створення ситуації пізнавальної новизни;
- створення ситуацій зацікавленості.

Х. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ

- опорні конспекти лекцій;
- навчальні посібники;
- робоча навчальна програма;
- збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень бакалаврів;
- засоби підсумкового контролю (комп'ютерна програма тестування, комплект друкованих завдань для підсумкового контролю).

XI. ПИТАННЯ ДО ПМК

1. Види сили та їх характеристика.
2. Характеристика режимів роботи м'язів при розвитку сили.
3. Фактори, від яких залежать силові спроможності людини.
4. Вікова динаміка природного розвитку сили.
5. Загальна характеристика засобів розвитку сили.
6. Методика розвитку максимальної сили за допомогою збільшення м'язової маси.
7. Методика розвитку максимальної сили за допомогою удосконалення міжм'язової координації.
8. Методика розвитку максимальної сили за допомогою удосконалення внутрішньом'язової координації.
9. Методика розвитку швидкісної сили.
10. Методика розвитку вибухової сили.
11. Методика розвитку силової витривалості
12. Особливості методики розвитку силових якостей дівчат і жінок.
13. Характеристика утворення рухової реакції у людини.
14. Види швидкості та їх характеристика.
15. Характеристика швидкості рухових реакцій.
16. Особливості прояву простої рухової реакції (латентний час рухової дії).
17. Особливості прояву складних рухових реакцій: реакція людини на об'єкт, який рухається та реакція вибору.
18. Характеристика швидкості поодиноких рухів.
19. Характеристика частоти (темпу) необтяжених рухів.
20. Фактори, що обумовлюють прояв швидкості.
21. Вікова динаміка природного розвитку швидкості.
22. Характеристика засобів розвитку швидкості.
23. Методика розвитку швидкості простих реакцій.
24. Методика розвитку швидкості складних реакцій.
25. Методика розвитку швидкості циклічних рухів.

26. Методика розвитку швидкості ациклічних рухів.
27. Методичні рекомендації до попередження «швидкісного бар'єра» та його усунення.
28. Види гнучкості та їх характеристика.
29. Фактори, що обумовлюють прояв гнучкості.
30. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості.
31. Характеристика засобів розвитку гнучкості.
32. Особливості методики розвитку гнучкості.
33. Види стомлення в залежності від природи та характеру навантаження.
34. Значення фізичної витривалості в життєдіяльності людини.
35. Види фізичного стомлення в залежності від об'єму м'язових груп, які беруть участь у роботі.
36. Характеристика видів витривалості.
37. Фактори, що обумовлюють прояв витривалості.
38. Вікова динаміка природного розвитку витривалості.
39. Характеристика засобів розвитку витривалості.
40. Характеристика допоміжних засобів комплексного розвитку витривалості (дихальні вправи, використання факторів навколишнього середовища, гірського клімату).
41. Особливості методики розвитку загальної витривалості.
42. Особливості методики розвитку швидкісної витривалості.
43. Характеристика видів координації:
44. Фактори, що обумовлюють прояв координаційних здатностей.
45. Вікова динаміка природного розвитку координаційних здатностей.
46. Характеристика засобів розвитку координаційних здатностей.
47. Загальні положення методики розвитку координаційних здатностей.
48. Характеристика організаційних недоліків, які призводять до травмування школярів на уроках фізичної культури.
49. Методичні помилки в заняттях силовими вправами і методичні вказівки щодо попередження травм.

50. Методичні помилки під час розвитку бистроти і методичні рекомендації щодо попередження травм.
51. Методичні помилки під час розвитку витривалості і методичні рекомендації щодо попередження травм опорно-рухового апарату і перенапружень функціональних систем організму.
52. Методичні помилки під час розвитку гнучкості і методичні рекомендації щодо попередження травм.
53. Методичні помилки під час розвитку координаційних здатностей і методичні рекомендації щодо попередження травм.
54. Характеристика контролю за розвитком фізичних якостей.
55. Поняття про планування у фізичному вихованні.
56. Характеристика умов планування роботи з фізичного виховання.
57. Характеристика етапів планування роботи з фізичного виховання.
58. Види планів в залежності від різноманіття виконуваної роботи.
59. Характеристика загального плану фізкультурно-спортивної роботи.
60. Види та особливості складання часткових планів роботи з фізичного виховання в школі.
61. Характеристика державних документів планування та документів, що складаються вчителем.
62. Методика складання річного план-графіку навчально-виховної роботи, семестрового поурочного робочого плану, плану-конспекту уроку, календарного плану спортивно-масових заходів.
63. Види планування в залежності від термінів виконуваної дії та їх характеристика.
64. Характеристика видів контролю у процесі фізичного виховання.
65. Мета, завдання та особливості використання попереднього педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
66. Мета, завдання та особливості використання оперативного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.

67. Мета, завдання та особливості використання поточного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
68. Мета, завдання та особливості використання етапного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
69. Оцінка суб'єктивних та об'єктивних критеріїв при здійсненні оперативного педагогічного контролю.
70. Характеристика основних документів контролю, обліку та звітності у процесі фізичного виховання.
71. Мета та завдання моделювання у процесі фізичного виховання.
72. Характеристика основних видів моделей у фізичному вихованні.
73. Характеристика способів опису моделей.
74. Експрес - оцінка рівня соматичного здоров'я школярів за методикою Г.Л. Апанасенко, 1992.
75. Мета та завдання прогнозування у фізичному вихованні.
76. Основні методи та підходи до прогнозування у фізичному вихованні.
77. Види прогнозів в залежності від строків дії та їх характеристика.
78. Мета та завдання програмування у фізичному вихованні.
79. Види тренувальних програм у фізичному вихованні.
80. Алгоритм складання програм занять у фізичному вихованні.

ХІІ. ПИТАННЯ ДО ЕКЗАМЕНУ

1. Фізіологічне обґрунтування формування рухових навиків.
2. Методологічні основи теорії навчання руховим.
3. Дидактичні принципи як основоположні закономірності навчання руховим діям.
4. Характеристика предмету, змісту та завдань навчання рухам у фізичному вихованні.
5. Визначення поняття, класифікація та характерні особливості рухових вмінь.
6. Характеристика концепції багаторівневої будови рухів М.О. Берштейна.
7. Визначення поняття та характерні особливості рухового навичу.
8. Характеристика відмінностей рухового вміння та рухового навичу.
9. Характеристика переходу рухового вміння у руховий навик.
10. Значення рухових навиків при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
11. Характеристика видів взаємодії рухових навиків при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
12. Характеристика фаз формування рухових навиків.
13. Передумови успішного освоєння рухових дій.
14. Структура процесу навчання руховим діям у фізичному вихованні.
15. Характеристика алгоритму утворення уявлення при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
16. Шляхи початкового практичного освоєння техніки рухової дії.
17. Характеристика методів навчання руховим діям у фізичному вихованні.
18. Помилки і шляхи їх усунення в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
19. Нормування навантаженням і відпочинку в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
20. Мета, завдання і особливості навчання на етапі початкового розучування.
21. Мета, завдання і особливості навчання на етапі поглибленого розучування.

22. Мета, завдання і особливості навчання на етапі закріплення і вдосконалення.
23. Педагогічний контроль за засвоєнням техніки у фізичному вихованні.
24. Характеристика методу ідеомоторного тренування, імітаційного, сенсорного орієнтування у процесі навчання руховим діям.
25. Характеристика основних способів чергування навантаження і відпочинку на етапі поглибленого розучування.
26. Особливості використання методу слова і показу етапі поглибленого розучування.
27. Значення термінової інформації на етапі поглибленого розучування і вдосконалення.
28. Загальна характеристика форм і змісту занять у фізичному вихованні.
29. Характеристика системи занять у фізичному вихованні.
30. Характеристика фаз працездатності при виконанні фізичних вправ.
31. Взаємозв'язок фаз змін працездатності і структурних частин заняття у фізичному вихованні.
32. Загальна характеристика урочних форм організації занять у фізичному вихованні.
33. Ознаки уроку у фізичному вихованні.
34. Класифікація занять урочного типу.
35. Мета, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості підготовчої частини уроку.
36. Мета, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості основної частини уроку.
37. Мета, завдання, зміст, організаційно-методичні особливості заключної частини уроку.
38. Основні правила побудови розминки в уроці.
39. Організаційні завдання проведення занять фізичними вправами в уроці.
40. Характеристика методів організації учнів на уроці.
41. Особливості організації роботи відповідальних керівників і виконавців на

уроці.

42. Вимоги до змісту і методики проведення занять урочного типу.
43. Загальна характеристика занять неурочного типу.
44. Ознаки, за якими класифікуються заняття фізичними вправами неурочного типу.
45. Характеристика фонових занять неурочного типу у фізичному вихованні.
46. Характеристика занять навчально-виховного характеру неурочного типу у фізичному вихованні.
47. Характеристика занять змішаного характеру неурочного типу у фізичному вихованні.
48. Характеристика малих форм занять неурочного типу у фізичному вихованні.
49. Характеристика крупних форм занять неурочного типу у фізичному вихованні.
50. Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.
51. Типові вікові особливості розвитку організму людини в період навчання у школі.
52. Мета, завдання і спрямованість фізичного виховання дітей шкільного віку.
53. Характеристика чинників, що визначають специфіку уроків фізичної культури у школі.
54. Класифікація форм занять в системі шкільного виховання.
55. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури.
56. Характеристика занять фізичними вправами у режимі навчального дня школи.
57. Характеристика позакласних і позашкільних занять фізичними вправами у режимі навчального дня школи.
58. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
59. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів.

60. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
61. Особливості методики фізичного виховання у молодшому шкільному віці.
62. Особливості методики фізичного виховання у середньому шкільному віці.
63. Особливості методики фізичного виховання у старшому шкільному віці.
64. Щільність уроку, її види і способи регулювання.
65. Характеристика та зміст попередньої підготовки педагога до уроку фізичної культури.
66. Характеристика та зміст безпосередньої підготовки педагога до уроку фізичної культури.
67. Контроль діяльності і стану здоров'я учнів на уроках фізичної культури.
68. Аналіз і оцінка проведеного уроку фізичної культури.
69. Контроль і оцінка фізичної підготовленості школярів.
70. Методика складання поурочного робочого плану з фізичної культури.
71. Методика складання плану конспекту уроку фізичної культури.
72. Формулювання завдань уроку фізичної культури.
73. Характеристика видів контролю, що застосовують на уроках фізичної культури.
74. Чинники, що визначають вибір методів навчання руховим діям на кожному етапі навчального процесу фізичного виховання у школі.
75. Особливості методики розвитку рухових якостей у шкільному віці.
76. Предмет, об'єкт та напрямки вивчення теорії і методики фізичного виховання.
77. Дати визначення поняттям: фізична культура, фізичне виховання, фізичні якості, фізичний розвиток, фізична підготовленість.
78. Основні методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання.
79. Напрями функціонування фізичного виховання як соціального явища.
80. Критерії ефективності системи фізичного виховання в країні.
81. Специфічні ознаки фізичного виховання.
82. Мета, завдання, основні принципи фізичного виховання.

83. Характеристика системи фізичного виховання.
84. Характеристика методичних принципів фізичного виховання: наочності, систематичності, індивідуалізації, доступності.
85. Виховання особистісних якостей тих, хто займається фізичними вправами (моральне, патріотичне, естетичне, духовне).
86. Спеціальні професійні педагогічні вміння викладача фізичного виховання.
87. Характеристика засобів фізичного виховання.
88. Види ефектів, які виникають в результаті застосування фізичних вправ.
89. Характеристика факторів, що визначають вплив фізичних вправ.
90. Класифікація фізичних вправ.
91. Характеристика змісту та форми фізичних вправ.
92. Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика.
93. Сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
94. Характеристика компонентів фізичного навантаження.
95. Види формування адаптаційних реакцій організму людини.
96. Стадії формування довготривалої адаптації при виконанні фізичних вправ.
97. Характеристика методів, спрямованих на здобуття знань в процесі фізичного виховання.
98. Характеристика методів, спрямованих на оволодіння руховими вміннями та навичками в процесі фізичного виховання.
99. Характеристика методів, спрямованих на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей в процесі фізичного виховання.
100. Негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості і здоров'я школярів.

ХІІІ. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. - Т. 1. - 392 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 2. - 368 с.

Додаткова:

1. Аксьонова О.П. Орієнтовні плани – конспекти на серію уроків з фізичної культури для учнів різних вікових груп: Методичні розробки. – Запоріжжя: Тов. «Ліпс. ЛТД», 2005. – 108 с.
2. Ареф'єв В. Г. Теорія та методика викладання гімнастики / В. Г. Ареф'єв, В. Ф. Шегімага, І. А. Терещенко. - Кам'янець-Подільський : ПП «Вид-во «ОПОМ», 2012.-288 с.
3. Ареф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) / В. Г. Ареф'єв, Г.А. Єдинак – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2001. – 384с.
4. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. — М.: Физкультура и спорт, 1991. - 228 с.
5. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей і підлітків: Навч. посібник. - К.: Вища школа, 1993. - 152 с.
6. Гін А.О. Прийоми педагогічної техніки: Вільний вибір. Відкритість. Діяльність. Зворотний зв'язок. Ідеальність: посібник для вчителів. — Луганськ: Навчальна книга, Янтар, 2004. – 84 с.
7. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. — Донецк: А.О. Донеччина, 1995. — 520 с.
8. Дикий Б. В. Загартування: методичні рекомендації /Б. В. Дикий; МОНУ, ДВНЗ "УНУ". - Ужгород, 2012. - 54 с.
9. Донской Д.Д. Теория строения действий (физических упражнений). — М.: ГЦОЛИФК, 1990. - 20 с.
10. Иващенко Л.Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Иващенко Л.Я., А.Л. Благий, Ю.А. Усачев. - К.: Науковий світ, 2008. - 198 с.
11. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. — К.: Здоров'я, 1988. — 216 с.
12. Коц Я.М. Физиологические основы физических (двигательных) качеств // Спортивная физиология. — М.: Физкультура и спорт, 1986. — С. 53—103.
13. Круцевич Т.Ю., Вороб'єв М.И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей. — К.: НУФВСУ, 2005. — 196 с.
14. Платонов В.Н. Нагрузка в спортивной тренировке // Современная система спортивной подготовки. — М.: СААМ, 1995. — С. 92—108.
15. Линець М.М. Основы методики розвитку рухових якостей. — Львів: Штабар, 1997. - 208 с.
16. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури: підручник для інститутів фізичної культури / ред. Л.П. Матвеев.- М., 1991. – 544 с.

17. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л. Б. Кофмана. — М.: Физкультура и спорт, 1998. — 496 с.
18. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
19. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена. — К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
20. Пометун О.І. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: наук.-метод. посібн. / О.І.Пометун, Л.В.Пироженко / За ред.. О.І. Пометун. - К.: А.С.К., 2003. - 192 с.
21. Програми для загальноосвітніх закладів "Фізична культура". 1—11 класи. - К.: Перун, 1998. - 52 с.
22. Сосина В.Ю. Коллекция забавных гимнастических упражнений : методические рекомендации / В.Ю. Сосина, В.А. Нетоля. - К.: Олимпийская литература, 2013. - 432 с.
23. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Б.А. Ашмарина.-М.: Просвещение, 1990. — 272 с.
24. Теория и методика физической культуры / Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова. - СПб: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999. - 374 с.
25. Уилмор Дж.Х., Костила Д.Л. Физиология спорта и двигательной активности: Пер. с англ. — К.: Олимпийская литература, 1997. — 504 с.
26. Фарфель В.С. Двигательные способности //Теория и практика физ. культуры. - 1977. - № 12. - С. 27-30.
27. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса: Пер. с англ. / Под ред. Дж. Дункана Мак-Дугласа, Г.С. Уэнгера, Г.Дж. Грина. — К.: Олимпийская литература, 1998. — 432 с.
28. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. — М.: Академия, 2000. — 480 с.
29. Хоули Э.Т., Френке Б.Д. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса: Пер. с англ. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 376 с.
30. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. - Тернопіль: Збруч, 2002. - Т. 1. - 252 с.; Т. 2. - 260 с.