

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Кафедра фізичного виховання і педагогіки спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи
О.Б. Жильцов
«04» 09 2017 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

напрямок підготовки: 6.010201 – Фізичне виховання
Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02130554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти
Проректор 1301/17
[Signature]
(підпис) (прізвище, ініціал)
« » 20 17 р.

2017-2018 р.

Робоча програма «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів галузі знань – 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, за напрямом підготовки: 6.010201 – Фізичне виховання, 2017 року – 37 с.

Розробники: Ясько Лілія Володимирівна, доцент кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент; Кожанова Ольга Сергіївна, старший викладач кафедри фітнесу і рекреації Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту

Протокол №1 від «29» серпня 2017 року

Завідувач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту


Л.В. Ясько

Години відповідають навчальному плану. Структура програми типова.

Заступник декана з науково-методичної та навчальної роботи


О.С. Комоцька

© Університет Грінченка, 2017 рік

© Ясько Л.В., 2017 рік

© Кожанова О.С., 2017 рік

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.	9
Змістовий модуль III.	10
Змістовий модуль IV.	10
IV. Навчально-методична карта дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»	12
V. Плани семінарських занять	14
Тематика модульних контрольних робіт	24
VI. Завдання для самостійної роботи	25
Карта самостійної роботи студента	26
VII. Система поточного та підсумкового контролю	28
VIII. Методи навчання	30
IX. Методичне забезпечення курсу	31
X. Питання до екзамену	31
XI. Рекомендована література	36
Основна	36
Додаткова	36

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є нормативним документом Київського університету імені Бориса Грінченка, що розроблений кафедрою фізичного виховання і педагогіки спорту 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.

Вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» сприяє формуванню наступних компетенцій:

1. Здатність використовувати знання про загальні теоретичні положення, сутність, закономірності процесу фізичного виховання у своїй майбутній професійній діяльності.

2. Здатність студентів застосовувати засоби здорового способу життя у своїй повсякденній діяльності.

3. Здатність застосовувати знання та вміння з методики викладання фізичного виховання в навчальному процесі загальноосвітніх закладів, що сприятиме ефективності його організації тощо.

4. Здатність вивчити закономірності керування процесом фізичного виховання та його різновидів.

5. Здатність вивчити основні розділи навчальних програм з фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладів.

6. Здатність опанувати методикою навчання основних видів фізичних вправ, передбачених шкільною програмою.

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;

- сформувати 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.

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 120. З них у 5 семестрі – 60 годин: 6 год. - лекції, 22 год. - семінарські заняття, 28 год. - самостійна робота, 4 год. - модульний контроль. У 6 семестрі – 60 години: 6 год. - лекції, 8 год. - семінарські заняття, 14 год. - самостійна робота, 2 год. - модульний контроль, 30 год. - семестровий контроль.

Підсумковий контроль успішності вивчення студентами навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» проводиться у формі екзамену у 6 семестрі.

СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

I. ОПИС ПРЕДМЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предмет: Теорія та методика фізичного виховання

Курс: 3	Напрямок, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
<p>Кількість кредитів, відповідних ECTS: 4,0 кредитів</p> <p>Змістові модулі: 4 модулі</p> <p>Загальний обсяг дисципліни (години): 120 годин</p> <p>Тижневих годин: 2 години (V семестр); 1 година (VI семестр)</p>	<p>Галузь знань: 0102 " Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини"</p> <p>Напрямок підготовки: 6.010201 - «Фізичне виховання»</p> <p>Освітній рівень: перший (бакалаврський)</p>	<p>Нормативна Рік підготовки: 3 Семестр: V - VI <u>V семестр:</u> Контактні години: 28, з них: Лекції: 6 годин Семінарські заняття: 22 години Самостійна робота: 28 годин Модульний контроль: 4 години <u>VI семестр:</u> Контактні години: 14, з них: Лекції: 6 годин Семінарські заняття: 8 годин Самостійна робота: 14 годин Модульний контроль: 2 години Семестровий контроль: 30 годин Вид контролю: екзамен – 6 семестр</p>

II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ 2016-2017 навчальний рік

№ п / п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин						
		Разом	Контакт- них	Лекцій	Семінар- ських	Самостій- на робота	Модуль- ний контроль	Семест- ровий контроль
СЕМЕСТР 5								
Змістовий модуль I РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ								
1	Рухова активність та здоров'я дітей та підлітків	22	10	2	6	10	2	
<i>Разом</i>		22	10	2	6	10	2	
Змістовий модуль II ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ ТА УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ								
2	Особливості планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання	18	8	2	8	10		
3	Особливості управління процесом фізичного виховання	20	10	2	8	8	2	
<i>Разом</i>		38	18	4	16	18	2	
<i>Разом за 5 семестр</i>		60	28	6	22	28	4	
СЕМЕСТР 6								
Змістовий модуль III ПРОГРАМУВАННЯ ЗАНЯТЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ								
4	Особливості програмування занять у фізичному вихованні	9	4	2	2	5		
5	Корекція програм занять у процесі фізичного виховання	8	4	2	2	4		
<i>Разом</i>		17	8	4	4	9		
Змістовий модуль IV ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ЗАГАЛЬНО-ОСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ								
6	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1- 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів	43	6	2	4	5	2	30
<i>Разом</i>		43	6	2	4	5	2	30
<i>Разом за 4 семестр</i>		60	14	6	8	14	2	30
<i>Разом за навчальним планом</i>		120	42	12	30	42	6	30

III. ПРОГРАМА

СЕМЕСТР 5

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Лекція 1. Рухова активність та здоров'я дітей та підлітків (2 год.).

Поняття здоров'я та основні фактори здоров'я. Рухова активність дітей і підлітків (поняття, види). Проблеми мотивації дітей і підлітків до рухової активності в шкільному віці. Біологічна потреба організму в руховій активності. Норми рухової активності в шкільному віці.

Основні поняття теми: здоров'я, рухова активність, фізичне виховання, фізична культура, діти, підлітки, потреби, норми.

Семінар 1. Норми рухової активності дітей і підлітків (2 год.).

Семінар 2. Методи вимірювання рухової активності дітей і підлітків (2 год.).

Семінар 3. Рухова активність як чинник здоров'я дітей і підлітків (2 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ ТА УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Лекція 2. Особливості планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання (2 год.) Поняття «планування». Умови здійснення планування. Види планування. Поняття контролю та обліку у процесі фізичного виховання. Документи контролю, обліку та звітності.

Основні поняття теми: планування, перспективне планування, поточне планування, оперативне планування, контроль, облік.

Семінар 4-5. Поняття про планування, його види і зміст (4 год.).

Семінар 6-7. Поняття контролю та обліку в процесі фізичного виховання (4 год.).

Лекція 3. 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, кібернетична система, динамічна система, саморегулююча система, імовірнісна система, модель поведінки.

Семінар 8. Управління процесом фізичного виховання (2 год.).

Семінар 9. Моделювання у фізичному вихованні (2 год.).

Семінар 10. Прогнозування у фізичному вихованні (2 год.).

Семінар 11. Контроль в управлінні фізичним вихованням (2 год.).

СЕМЕСТР 6

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

ПРОГРАМУВАННЯ ЗАНЯТЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

Лекція 4. Особливості програмування занять у фізичному вихованні (2 год.). Поняття програмування у фізичному вихованні. Суб'єктивні й об'єктивні критерії ефективності занять у самоконтролі. Визначення раціональних засобів і методів фізичного виховання. Визначення раціонального рухового режиму. Інтенсивність силових навантажень. Режим чергування навантаження та відпочинку в заняттях.

Основні поняття теми: програмування, алгоритм програмування, нормативний рівень фізичної підготовленості, тестування фізичної працездатності, оціночні системи, раціональний руховий режим.

Семінар 12. Особливості програмування занять у фізичному вихованні (2 год.).

Лекція 5. Корекція програм занять у процесі фізичного виховання (2 год.). Технологія корекції програм занять. Види програм занять. Фактори, що впливають на зміст програм групових занять: екологічні фактори; мотиви та інтереси тих, що займаються; національні традиції. Оперативна корекція програм занять. Поточна корекція програм занять. Ефективність системи фізичного виховання.

Основні поняття теми: корекція, групові програми занять, індивідуальні програми занять, екологічні фактори, мотиви та інтереси, національні традиції, оперативна корекція, поточна корекція.

Семінар 13. Корекція програм занять у процесі фізичного виховання (2 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV

ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ЗАГАЛЬНО-ОСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Лекція 6. 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 14. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

Семінар 15. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у середніх та старших класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

IV. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ

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

Разом: 120 год., лекції – 12 год., семінарські заняття – 30 год., самостійна робота – 42 год., модульний контроль – 6 год., семестровий контроль – 30 год.

Модулі	Змістовий модуль I			Змістовий модуль II							
Назва модуля	РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ			ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ ТА УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ							
Лекції	1			2				3			
Теми лекцій	Рухова активність та здоров'я дітей та підлітків			Особливості планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання				Особливості управління процесом фізичного виховання			
Відвідування лекцій	1			1				1			
Семінари	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Теми семінарських занять	Норми рухової активності дітей і підлітків	Методи вимірювання рухової активності дітей і підлітків	Рухова активність як чинник здоров'я дітей і підлітків	Поняття про планування, його види і зміст	Поняття про планування, його види і зміст	Поняття контролю та обліку в процесі фізичного виховання	Поняття контролю та обліку в процесі фізичного виховання	Управління процесом фізичного виховання	Моделювання у фізичному вихованні	Прогнозування у фізичному вихованні	Контроль в управлінні фізичним вихованням
Відвідування семінарів, бали	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Робота на семінарах, бали	10		10			10	10	10		10	
Самостійна робота, бали	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Модульний контроль	25			25							

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

Модулі	Змістовий модуль III		Змістовий модуль IV	
Назва модуля	ПРОГРАМУВАННЯ ЗАНЯТЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ		ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ЗАГАЛЬНО-ОСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ	
Лекції	4	5	6	
Теми лекцій	Особливості програмування занять у фізичному вихованні	Корекція програм занять у процесі фізичного виховання	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1- 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів	
Відвідування лекцій	1	1	1	
Семінари	12	13	14	15
Теми семінарських занять	Особливості програмування занять у фізичному вихованні	Корекція програм занять у процесі фізичного виховання	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів	Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 середніх та старших класах загальноосвітніх навчальних закладів
Відвідування семінарів, бали	1	1	1	1
Робота на семінарах, бали		10		10
Самостійна робота, бали	5	5	5	5
Модульний контроль		25		
Екзамен		40		

V. ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ТА ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ

СЕМІНАР 1

Тема: **Норми рухової активності дітей і підлітків** (2 год.)

План

I. Теоретична частина

1. Стан здоров'я дітей і підлітків в Україні.
2. Обґрунтування значення рухової активності як чинника гарного здоров'я дітей і підлітків.
3. Фактори визначення рухової активності дітей і підлітків.
4. Порівняльна характеристика форм обов'язкової і добровільної фізкультурної активності дітей і підлітків.
5. Характеристика факторів формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом дітей і підлітків.
6. Характеристика рухової активності як біологічної потреби дитини.
7. Наслідки до яких призводить дефіцит рухової активності у період навчання в школі.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна:

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ ФВіС / ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська літ., 2012. – Т. 2. – 368 с.
2. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практ. применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимпийская литература, 2009. – 528 с.
3. Трачук С.В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з ФВіС: 24.00.02 / С.В. Трачук. – Київ, 2011. – 24 с.

Додаткова:

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

СЕМІНАР 2

Тема: **Методи вимірювання рухової активності дітей і підлітків (2 год.)**

План

I. Теоретична частина

1. Характеристика критерію оптимальної норми рухової активності дітей і підлітків.
2. Аспекти, які необхідно враховувати при нормуванні рухової активності дітей і підлітків.
3. Показники норм рухової активності дітей і підлітків.
4. Рівні оцінки рухової активності дітей і підлітків.
5. Методи вимірювання рухової активності.
6. Методика хронометражу.
7. Технологія визначення ІФА.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна:

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ ФВіС / ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська літ., 2012. – Т. 2. – 368 с.
2. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практ. применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимпийская литература, 2009. – 528 с.
3. Трачук С.В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з ФВіС: 24.00.02 / С.В. Трачук. – Київ, 2011. – 24 с.

Додаткова:

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

СЕМІНАР 3

Тема: **Рухова активність як чинник здоров'я дітей і підлітків (2 год.)**

План

I. Теоретична частина:

1. Методика розрахунку і аналізу рухової активності.

II. Перевірка виконання самостійної роботи.

Рекомендована література

Основна:

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ ФВіС / ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська літ., 2012. -Т. 2. - 368 с.
2. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практ. применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимпийская литература, 2009. – 528 с.
3. Трачук С.В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з ФВіС: 24.00.02 / С.В. Трачук. – Київ, 2011. – 24 с.

Додаткова:

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

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ ТА УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СЕМІНАР 4-5

Тема: Поняття про планування, його види і зміст (4 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.

8. Методика складання річного план-графіку навчально-виховної роботи, семестрового поурочного робочого плану, плану-конспекту уроку, календарного плану спортивно-масових заходів.
9. Види планування в залежності від термінів виконуваної дії та їх характеристика.

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. – 392 с.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.
2. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Папуша. – Тернопіль, 2010. – 128 с.
3. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.

СЕМІНАР 6-7

Тема: **Поняття контролю та обліку в процесі фізичного виховання (4 год.).**

План

I. Теоретична частина

1. Поняття контролю в процесі фізичного виховання.
2. Функції контролю.
3. Поняття самоконтролю.
4. Методи самоконтролю.
5. Основні документи контролю, обліку, звітності.

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. – 392 с.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.
2. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Папуша. – Тернопіль, 2010. – 128 с.
3. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.

СЕМІНАР 8

Тема: Управління процесом фізичного виховання (2 год.).

План**I. Теоретична частина**

1. Поняття управління у фізичному вихованні.
2. Мета та основні завдання управління.
3. Передумови до управління.
4. Структура управління фізичним вихованням.
5. Види управління (етапне, поточне, оперативне) та їх характеристика.
6. Характеристика критеріїв ефективності управління (передумови, процес, реалізація).

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. – 392 с.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.
2. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Папуша. – Тернопіль, 2010. – 128 с.
3. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.

СЕМІНАР 9

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.
5. Характеристика способів опису моделей.
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. 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.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.
2. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Папуша. – Тернопіль, 2010. – 128 с.

СЕМІНАР 10

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.

5. Основні підходи до прогнозування у фізичному вихованні та їх характеристика.
6. Види прогнозів в залежності від строків дії та їх характеристика:

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. – 392 с.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.
2. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Папуша. – Тернопіль, 2010. – 128 с.

СЕМІНАР 11

Тема: **Контроль в управлінні фізичним вихованням** (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. 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.

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. – 392 с.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.
2. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях // Навчальний посібник / В.Г. Папуша. – Тернопіль, 2010. – 128 с.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

ПРОГРАМУВАННЯ ЗАНЯТЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

СЕМІНАР 12

Тема: **Особливості 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.
4. Алгоритм складання програм занять у фізичному вихованні.
5. Визначення раціональних засобів та методів фізичного виховання.
6. Визначення раціонального рухового режиму.
7. Інтенсивність силових навантажень.
8. Режим чергування навантаження та відпочинку в заняттях.
9. Форми складання індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм занять для школярів.

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. – 392 с.

Додаткова:

3. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.

СЕМІНАР 13

Тема: **Корекція програм занять у процесі фізичного виховання (2 год.).**

План

I. Теоретична частина

1. Технологія корекції програм занять.
2. Види програм занять.
3. Фактори, що впливають на зміст програм групових занять:
 - 3.1. Екологічні фактори;
 - 3.2. Мотиви та інтереси тих, що займаються;
 - 3.2. Національні традиції.
4. Оперативна та поточна корекція програм занять.
5. Ефективність системи фізичного виховання.

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. – 392 с.

Додаткова:

1. Шиян Б.М. Теорія і фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. – Частина 2. – 247 с.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV
ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ЗАГАЛЬНО-
ОСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

СЕМІНАР 14

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

План

I. Теоретична частина

1. Структура та зміст навчальної програми з фізичної культури для учнів 1 - 4 класів.
2. Характеристика способів рухової діяльності школярів у початкових класах.
3. Характеристика орієнтовних навчальних нормативів та вимог до рівня загальноосвітньої підготовки учнів у 1 – 4 класах.
4. Оцінка рівня 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. 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.
2. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – 271 с.

СЕМІНАР 15

Тема: Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у середніх та старших класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).

План

I. Теоретична частина

1. Основні компоненти змісту предмета «Фізична культура» у середніх та старших класах.
2. Характеристика вимог до сучасного уроку фізичної культури у середніх та старших класах.
3. Структура та зміст навчальної програми з фізичної культури для учнів середніх та старших класів.
4. Характеристика орієнтовних навчальних нормативів та вимог до рівня загальноосвітньої підготовки учнів середніх та старших класах.
5. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів з предмета «Фізична культура» у середніх та старших класах.

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. Деревянко та ін. –К. – 2012. – 294 с.

Додаткова:

1. 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.
2. 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.

ТЕМАТИКА МОДУЛЬНИХ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

1. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1- 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
2. Особливості планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання.
3. Управління процесом фізичного виховання.
4. Рухова активність та здоров'я дітей та підлітків.

VI. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Тема 1. Рухова активність та здоров'я дітей та підлітків – 10 год.

1. Ознайомитися з проблемою здоров'я дітей і підлітків – 5 год.
2. Ознайомитися з нормами рухової активності дітей і підлітків – 5 год.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ ТА УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Тема 2: Особливості планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання – 10 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 (6 год.).
2. Вивчити основні документи контролю, обліку та звітності у процесі фізичного виховання (4 год.).

Тема 3. Особливості управління процесом фізичного виховання - 8 год.

1. Знати мету, завдання та особливості використання попереднього, оперативного, поточного та етапного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання (4 год.).
2. Знати особливості застосування моделювання у процесі фізичного виховання (4 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

ПРОГРАМУВАННЯ ЗАНЯТЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

Тема 4. Особливості програмування занять у фізичному вихованні – 5 год.

1. Ознайомитися з методикою складання фізкультурно-оздоровчих програм занять для школярів (5 год.).

Тема 5. Корекція програм занять у процесі фізичного виховання – 4 год.

1. Ознайомитися з технологією корекції програм занять у процесі фізичного виховання (4 год.).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV

ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» У 1-11 КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Тема 1: Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 - 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів - 5 год.

1. Ознайомитися зі змістом та особливостями викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).
2. Ознайомитися зі змістом та особливостями викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів (2 год.).
3. Ознайомитися зі змістом та особливостями викладання предмету «Фізична культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів (1 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		
РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ		
Тема 1: Рухова активність та здоров'я дітей та підлітків (10 год.).	поточний, семінарські заняття	5×3
Змістовий модуль II		
ПЛАНУВАННЯ ЗАНЯТЬ ТА УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ		
Тема 2: Особливості планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання (10 год.).	поточний, семінарські заняття	5×4
Тема 3: Особливості управління процесом	поточний,	5×4

фізичного виховання (8 год.).	семінарські заняття	
Змістовий модуль III		
ПРОГРАМУВАННЯ ЗАНЯТЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ		
Тема 4: Особливості програмування занять у фізичному вихованні (5 год.).	поточний, семінарські заняття	5×1
Тема 5: Корекція програм занять у процесі фізичного виховання (4 год.).	поточний, семінарські заняття	5×1
Змістовий модуль IV		
ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» У 1-11 КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ		
Тема 6. Зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 - 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів (5 год.).	поточний, семінарські заняття	5×2
Разом: 42 години	Разом: 75 балів	

VII. 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 європейську (ECTS) шкалу подано у таблицях 8.1; 8.2.

Таблиця 8.1

Розрахунок рейтингових балів за видами поточного (модульного) контролю

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
1.	Відвідування лекцій	1	6	6
2.	Відвідування семінарських занять	1	15	15
3.	Робота на семінарському занятті, в т.ч. доповідь, дискусія, виступ, повідомлення	10	8	80
4.	Виконання завдання з самостійної роботи (домашнього завдання)	5	15	75
6.	Модульна контрольна робота	25	3	75
	Разом			251
	Екзамен	40	1	40
Максимальна кількість балів – 251. Розрахунок $251 : 60 = 4,18 + 40$ балів екзамен				

Таблиця 8.2

Порядок переведення рейтингових показників успішності

Оцінка в балах	Оцінка за шкалою ECTS	
	оцінка	Пояснення
90 – 100	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	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 складання</i>
1 – 34	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.

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.

VIII. 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 проєктів.

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.

ІХ. 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).

Х. ПИТАННЯ ДО ЕКЗАМЕНУ

1. Визначте предмет, об'єкт та напрямки вивчення теорії і методики фізичного виховання.
2. Дайте визначення поняттям: фізична культура, фізичне виховання, фізичні якості, фізичний розвиток, фізична підготовленість.
3. Охарактеризуйте методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання.
4. Визначте напрями функціонування фізичного виховання як соціального явища.
5. Визначте критерії ефективності системи фізичного виховання в країні.
6. Перерахуйте специфічні ознаки фізичного виховання.
7. Визначте мету, завдання, та основні принципи фізичного виховання.
8. Охарактеризуйте методичні принципи фізичного виховання: наочності, систематичності, індивідуалізації, доступності.
9. Визначте особливості виховання особистісних якостей тих, хто займається фізичними вправами.
10. Перерахуйте професійні педагогічні вміння викладача фізичного виховання.
11. Надайте характеристику засобів фізичного виховання.
12. Перерахуйте види ефектів, які виникають в результаті застосування фізичних вправ.
13. Охарактеризуйте фактори, що визначають вплив фізичних вправ.
14. Надайте класифікацію фізичних вправ.
15. Охарактеризуйте зміст та форми фізичних вправ.
16. Визначте поняття та охарактеризуйте техніку фізичних вправ.
17. Охарактеризуйте сили природи та гігієнічні фактори як засоби

фізичного виховання.

18. Надайте характеристику компонентів фізичного навантаження.
19. Визначте види формування адаптаційних реакцій організму людини.
20. Охарактеризуйте стадії формування довготривалої адаптації при виконанні фізичних вправ.
21. Охарактеризуйте методів, які спрямовані на здобуття знань в процесі фізичного виховання.
22. Охарактеризуйте методи, які спрямовані на оволодіння руховими вміннями та навичками в процесі фізичного виховання.
23. Охарактеризуйте методи, які спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей в процесі фізичного виховання.
24. Визначте негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості і здоров'я школярів.
25. Надайте фізіологічне обґрунтування формування рухових навиків.
26. Визначте методологічні основи теорії навчання руховим діям.
27. Охарактеризуйте дидактичні принципи як основоположні закономірності навчання руховим діям.
28. Визначте поняття та характерні особливості рухових вмінь.
29. Визначте поняття та характерні особливості рухової навички.
30. Охарактеризуйте відмінності рухового вміння та рухової навички.
31. Опишіть значення рухових навичок при навчанні руховим діям у фізичному вихованні.
32. Опишіть передумови успішного засвоєння рухових дій.
33. Охарактеризуйте структуру процесу навчання руховим діям у фізичному вихованні.
34. Охарактеризуйте методи навчання руховим діям у фізичному вихованні.
35. Визначте помилки та шляхи їх усунення в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
36. Визначте нормування навантаження і відпочинку в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
37. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі початкового розучування рухових дій.
38. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі поглибленого розучування рухових дій.
39. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі закріплення і вдосконалення рухових дій.
40. Охарактеризуйте метод ідеомоторного тренування у процесі навчання руховим діям.

41. Надайте визначення та охарактеризуйте силові спроможності людини.
42. Охарактеризуйте режими роботи м'язів при розвитку сили.
43. Перерахуйте фактори, від яких залежать силові спроможності людини.
44. Надайте загальну характеристику засобів розвитку сили.
45. Надайте методику розвитку максимальної сили за допомогою збільшення м'язової маси.
46. Надайте методику розвитку вибухової сили.
47. Надайте методику розвитку силової витривалості
48. Надайте визначення та охарактеризуйте види швидкісних спроможностей людини.
49. Надайте характеристику видів рухових реакцій як елементарної форми прояву бистроти.
50. Охарактеризуйте фактори, що обумовлюють прояв бистроти.
51. Розкрийте вікову динаміку природного розвитку бистроти.
52. Охарактеризуйте засоби розвитку бистроти.
53. Надайте методику розвитку бистроти.
54. Розкрийте методичні рекомендації до попередження «швидкісного бар'єра» та його усунення.
55. Надайте визначення та охарактеризуйте види гнучкості.
56. Розкрийте фактори, що обумовлюють прояв гнучкості.
57. Охарактеризуйте засоби розвитку гнучкості.
58. Розкрийте особливості методики розвитку гнучкості.
59. Охарактеризуйте види фізичного стомлення в залежності від об'єму м'язових груп, які беруть участь у роботі.
60. Надайте визначення та охарактеризуйте види витривалості.
61. Перерахуйте фактори, що обумовлюють прояв витривалості.
62. Розкрийте вікову динаміку природного розвитку витривалості.
63. Охарактеризуйте засоби розвитку витривалості.
64. Охарактеризуйте допоміжні засоби комплексного розвитку витривалості (дихальні вправи, використання факторів навколишнього середовища, гірського клімату).
65. Розкрийте особливості методики розвитку загальної витривалості.
66. Розкрийте особливості методики розвитку швидкісної витривалості.
67. Надайте визначення та перерахуйте види координаційних здатностей.
68. Визначте фактори, що обумовлюють прояв координаційних здатностей.
69. Надайте характеристику засобів розвитку координаційних здатностей.
70. Визначте загальні положення методики розвитку координаційних

здатностей.

71. Охарактеризуйте організаційні недоліки, які призводять до травмування школярів на уроках фізичної культури.
72. Охарактеризуйте рухову активність як чинник здоров'я дітей і підлітків.
73. Охарактеризуйте стан здоров'я дітей і підлітків в Україні.
74. Визначте проблему здоров'я дітей і підлітків.
75. Визначте соціальні та особистісні потреби школярів у руховій активності.
76. Визначте біологічні потреби організму в руховій активності.
77. Визначте норми рухової активності дітей і підлітків.
78. Охарактеризуйте методи вимірювання рухової активності дітей і підлітків.
79. Надайте характеристику контролю рівня розвитку фізичних якостей.
80. Розкрийте суть планування у фізичному вихованні.
81. Охарактеризуйте умови планування роботи з фізичного виховання.
82. Охарактеризуйте етапи планування роботи з фізичного виховання.
83. Визначте види планів в залежності від різноманіття виконуваної роботи.
84. Охарактеризуйте загальний план фізкультурно-спортивної роботи.
85. Визначте види та особливості складання часткових планів роботи з фізичного виховання в школі.
86. Надайте характеристику державних документів планування та документів, що складаються вчителем.
87. Надайте методику складання річного план-графіку навчально-виховної роботи, семестрового поурочного робочого плану, плану-конспекту уроку, календарного плану спортивно-масових заходів.
88. Визначте види планування в залежності від термінів виконуваної дії та надайте їх характеристику.
89. Розкрийте суть управління процесом фізичного виховання.
90. Охарактеризуйте умови здійснення управління у процесі фізичного виховання.
91. Охарактеризуйте види контролю у процесі фізичного виховання.
92. Визначте мету, завдання та особливості використання попереднього педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
93. Визначте мету, завдання та особливості використання оперативного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
94. Визначте мету, завдання та особливості використання поточного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.

95. Визначте мету, завдання та особливості використання етапного педагогічного контролю у процесі фізичного виховання.
96. Охарактеризуйте основні документи контролю, обліку та звітності у процесі фізичного виховання.
97. Визначте мету та завдання моделювання у процесі фізичного виховання.
98. Охарактеризуйте основні види моделей у фізичному вихованні.
99. Надайте характеристику способів опису моделей.
100. Розкрийте суть експрес - оцінки рівня соматичного здоров'я школярів за методикою Г.Л. Апанасенко, 1992.
101. Визначте мету та завдання прогнозування у фізичному вихованні.
102. Розкрийте основні методи та підходи до прогнозування у фізичному вихованні.
103. Охарактеризуйте види прогнозів в залежності від строків дії.
104. Визначте мету та завдання програмування у фізичному вихованні.
105. Охарактеризуйте види тренувальних програм у фізичному вихованні.
106. Опишіть алгоритм складання програм занять у фізичному вихованні.
107. Визначте соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.
108. Розкрийте типові вікові особливості розвитку організму людини в період навчання у школі.
109. Визначте мету, завдання і спрямованість фізичного виховання дітей шкільного віку.
110. Охарактеризуйте чинники, що визначають специфіку уроків фізичної культури у школі.
111. Надайте класифікацію форм занять в системі шкільного виховання.
112. Охарактеризуйте вимоги до сучасного уроку фізичної культури.
113. Охарактеризуйте заняття фізичними вправами у режимі навчального дня школи.
114. Надайте характеристику позакласних і позашкільних занять фізичними вправами у режимі навчального дня школи.
115. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
116. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
117. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична

- культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
118. Охарактеризуйте щільність уроку, її види і способи регулювання.
 119. Визначте зміст попередньої підготовки педагога до уроку фізичної культури.
 120. Визначте зміст безпосередньої підготовки педагога до уроку фізичної культури.
 121. Надайте методику складання поурочного робочого плану з фізичної культури.
 122. Надайте методику складання плану конспекту уроку фізичної культури.
 123. Сформулюйте завдання уроку фізичної культури.

XI. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна:

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

Додаткова:

1. Ахметов Р.Ф., Максименко Г.М., Кутек Т.Б. Легка атлетика: Підручник / Р.Ф. Ахметов. – Житомир: ЖДУ ім. І.Франка, 2010. – 337 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 «ОІЮМ», 2012. – 288 с.
3. Иващенко Л.Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Иващенко Л.Я., А.Л. Благий, Ю.А. Усачев. – К.: Науковий світ, 2008. – 198 с.
4. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді / Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2011. – 224 с.
5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2015. – В 2-х книгах. – 1432 с.
6. Попуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях: навч. посібник / В.Г. Попуша. – Тернопіль: Навчальна книга -

- Богдан, 2010. – 128 с.
7. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2011. – 264 с.
 8. Старение и двигательная активность / ред. С. Джесс и Джоунс, Дебры Дж. Роуз. – К.: Олимпийская литература, 2012. – 440 с.
 9. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник. – Харків: ОВС, 2008. – 406 с.
 10. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга- Богдан, 2006. – Частина 1. – 272 с.
 11. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2007. – Частина 2. – 248 с.