

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
УНІВЕРСИТЕТСЬКИЙ КОЛЕДЖ**

Циклова комісія викладачів фізичного виховання

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Проректор з науково-методичної та
навчальної роботи
О.Б. Жильцов
“ 01 ” _____ 2015 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія і методика фізичного виховання

Галузі знань 0101 Педагогічна освіта

Спеціальність 5.01010201 Початкова освіта

Київ – 2015 рік

І. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
Кількість кредитів – 2,5	<u>Галузь знань</u> 0101 Педагогічна освіта	Нормативна	
Модулів – 2	<u>Спеціальність</u> 5.01010201 Початкова освіта		
Змістових модулів – 2	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «молодший спеціаліст»	Рік підготовки:	
Загальна кількість годин - 90		3-й	4-й
		Семестр	
6-й		7-й	
Лекції			
18 год.			
Практичні			
12 год.			
Семінари			
6 год.			
Модульний контроль			
4 год.			
Самостійна робота			
40 год.			
Індивідуальні			
10 год.			
Вид контролю: залік			

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою викладання навчальної дисципліни є розкриття сучасних наукових концепцій методики фізичної культури в навчальному процесі початкової школи, що сприятиме формуванню, збереженню і зміцненню здоров'я учнів.

Завдання навчальної дисципліни передбачають оволодіння студентами знаннями, що будуть сприяти:

- формуванню комплексу умінь і навичок щодо формування фізичної культури молодшого школяра на основі здоров'язберігаючих освітніх технологій в навчально-виховному процесі початкової школи;
- умінню обирати основні положення що визначають зміст, організацію, форми та методи навчального процесу відповідно до загальних цілей фізичної культури;
- розвитку вмінь моделювати систему рухової діяльності учнів, яка сприятиме формуванню в них знань, умінь, навичок з фізичної культури;
- вихованню в учнів активної позиції щодо зміцнення і збереження власного здоров'я.

Під час вивчення курсу формуються такі предметні **компетентності**, як:

- аналізувати та дотримуватись вимог Державного стандарту та програми для загальноосвітніх навчальних закладів «Фізична культура»
- проектувати навчально-виховний процес, конструювати навчальний матеріал, моделювати педагогічні ситуації при вивченні курсу «Фізична культура»;
- перетворювати наукову інформацію та життєвий досвід в навчальний матеріал;
- сприймати психологічний стан учнів, визначати особливості стосунків у дитячому колективі;
- ставити коректні завдання, координувати діяльність школярів, співпрацювати в навчально-пізнавальному процесі;
- виробляти сміливе, гнучке мислення в пошуках оптимального вибору форм і методів навчально-виховної діяльності курсу «Фізична культура»;
- оволодівати новими науково-педагогічними й науково-технічними знаннями, передовими, здебільшого нетрадиційними й нестандартними методами регулювання стосунків з колегами, батьками учнів;

- здійснювати емоційний вплив на учнів;
- проводити моніторинг навчання, виховання та розвитку учнів;
- установлювати ступінь ефективності власної діяльності;
- творчо переосмислювати досвід практиків.

Очікувані результати

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» студенти зможуть:

- володіти змістом навчального матеріалу з предмету «Фізична культура»; формами і методами організації навчання з курсу «Фізична культура»;
- аналізувати навчальну програму та Державний стандарт початкової загальної освіти;
- використовувати новітні методи і прийоми навчання фізичного виховання;
- формувати навички здорового способу життя;
- складати конспекти занять та проводити уроки фізичної культури в початкових класах

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1

Удосконалення фізичних якостей молодшого школяра

Тема 1. Предмет теорії фізичного виховання і її місце в системі наукових знань.

Тема 2. Загальна характеристика фізичних якостей молодшого школяра та методики їх вдосконалення

Тема 3. Методика розвитку сили.

Тема 4-5. Загальні основи навчання рухових дій.

Змістовий модуль 2.

Форми фізичного виховання молодшого школяра

Тема 6. Зміст і побудова уроку. Завдання уроку фізичного виховання. Організація діяльності учнів на уроці. Підготовка до уроку. Проведення уроку фізичного виховання в початковій школі.

Тема 7. Дозування навантаження учнів на уроці. Оцінка діяльності учнів. Різновиди уроків фізичної культури в початковій школі.

Тема 8. Руховий режим навчального дня молодшого школяра. Позакласні та позашкільні заняття фізичними вправами.

Тема 9. Фізичне виховання учнів віднесених до спеціальної медичної групи.

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ п/п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин							
		Разом	Аудиторних	Лекцій	Семінарські	Практичні	Індивідуаль на роботу	Самостійна робота	Підсумковий контроль/2х
Змістовий модуль 1. Удосконалення фізичних якостей учнів початкової школи									
1	Предмет, виникнення та розвиток теорії фізичного виховання			2	2			4	
2	Методи фізичного виховання						2	4	
3	Загальна характеристика фізичних якостей			2	2		2	4	
4	Методика розвитку сили			2				2	
5	Методика розвитку пружкості					2		2	
6	Методика вдосконалення витривалості					2		2	
7	Методика розвитку гнучкості					2		2	
8	Методика вдосконалення спритності					2		2	
9	Основи навчання рухових дій			4			2	2	2
	Разом	54	30	10	4	8	6	24	2
Змістовий модуль 2. Форми фізичного виховання молодшого школяра									
10	Зміст, завдання та побудова уроку. Організація діяльності на уроці. Підготовка до уроку.			2				2	
11	Дозування навантаження учнів на уроці, оцінка їх діяльності. Загальні вимоги до уроку та його різновиди.			2				2	
12	Планування та контроль уроку фізичного виховання в початковій школі					2	2	4	
13	Руховий режим молодшого школяра. Позакласні та позашкільні заняття фізичною культурою молодшого школяра			2	2		2	4	
14	Фізичне виховання учнів віднесених до спеціальної медичної групи			2		2		4	2
	Разом	36	20	8	2	4	4	16	2
	Всього	90	50	18	6	12	10	40	4

5. ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ТА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	<i>Семінар 1.</i> Джерела виникнення та розвитку теорії фізичного виховання.	2
3	<i>Практична робота 1.</i> Складові системи фізвиховання	2
4	<i>Практична робота 2.</i> Визначення рівня розвитку фізичного виховання в початковій школі	2
5	<i>Семінар 2.</i> Методика розвитку прудкості	2
6	<i>Практична робота 3.</i> Методика вдосконалення витривалості	2
7	<i>Практична робота 4.</i> Методика вдосконалення спритності	2
8	<i>Семінар 3.</i> Технологія планування навчального матеріалу з предмету «Фізична культура» для учнів 1-4 класу.	2
9	<i>Практична робота 5.</i> Перспективне та календарне планування навчального матеріалу з предмету «Фізична культура» для учнів 1-4 класу.	2
10	<i>Практична робота 6.</i> Дозування навантажень на учнів віднесених до спецмедгруп.	2

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

Змістовий модуль та теми	Години	Бали
<i>Тема 1.</i> Система фізичного виховання у народній педагогіці та її розвиток у спадщині видатних українських педагогів.	4	5 балів
<i>Тема 2.</i> Передумови і перспективи реформування національної системи фізичного виховання школярів.	4	5 балів
<i>Тема 3.</i> Засоби і принципи фізичного виховання	4	5 балів
<i>Тема 4.</i> Методика фізичного виховання	4	5 балів
<i>Тема 5.</i> Загальна характеристика фізичних якостей	4	5 балів
<i>Тема 6.</i> Методика розвитку сили . Методика розвитку гнучкості . Методика вдосконалення спритності	4	5 балів
<i>Тема 7.</i> Методика пороведення уроків з елементами гімнастики та плавання	4	5 балів
<i>Тема 8.</i> Аналіз уроку – спосіб підвищення його ефктивності.	4	5 балів
<i>Тема 9.</i> Руховий режим дня молодшого школяра	4	5 балів
<i>Тема 10.</i> Позакласні та позашкільні заняття фізичного виховання	4	5 балів
<i>Разом: 40 год.</i>		Разом: 50 балів

7. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

VI семестр

Разом - 90 години, з них: 18 год. – лекції, 18 год. – семінарські та практичні заняття, 10 год. – індивідуальна робота, 4 год. – модульний контроль, 40 год. – самостійна робота.

Модуль	Змістовий модуль 1					
Назва модуля	Удосконалення фізичних якостей молодшого школяра					
Лекції						
Теми лекцій	Предмет теорії фізичного виховання	Загальна характеристика фізичних якостей	Методика розвитку сили	Основи навчання рухових дій	Основи навчання рухових дій	
Теми семінарських та практичних занять	С. Джерела виникнення і розвитку теорії фізичного виховання	П/Р. Складові системи фізичного виховання	П/Р. Визначення рівня розвитку фізичної культури в початковій школі	С. Методика розвитку пружкості	П/Р. Методика вдосконалення витривалості	П/Р. методика вдосконалення спритності
С.р.	1	2	3	4	5	6
К-сть балів за модуль	Відвідування лекцій - 5 Відвідування семінарських та практичних занять - 6 Робота на семінарських заняттях - 50 Самостійна робота – 30					
МКР	МКР № 1 (25 бал)					

8. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

VII семестр

Разом - 90 години, з них: 18 год. – лекції, 18 год. – семінарські та практичні заняття, 10 год. – індивідуальна робота, 4 год. – модульний контроль, 40 год. – самостійна робота.

Модуль	Змістовий модуль			
Назва модуля	Форми фізичного виховання молодшого школяра			
Лекції				
Теми лекцій	Зміст, завдання і побудова уроку Організація діяльності учнів на уроці	Дозування навантаження на уроці Різновиди уроків фізичного виховання	Руховий режим дня молодшого школяра Позакласні та позашкільні заняття з фізичного виховання	Фізичне виховання учнів віднесених до спец.мед. груп
Теми семінарських та практичних занять	С. Зміст і структура програми «Фізична культура 1-4 клас»	П/Р. Перспективне та календарне планування	П/Р Дозування навантажень учнів віднесених до спец.мед.групи	
С.р.	7	8	9	10
К-сть балів за модуль	Відвідування лекцій - 4 Відвідування семінарських занять - 3 Робота на семінарських заняттях - 20 Самостійна робота – 20			
МКР	МКР №2 (25 бал)			
Підсум.контроль	Залік			

9. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів застосовуються такі методи:

1. **Методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, залік.
2. **Методи письмового контролю:** письмове тестування; підсумкове письмове тестування, звіт, реферат.
3. **Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

10. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Навчальні досягнення студентів із дисципліни оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок. Розширення кількості підсумкових балів до 100.

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти (п.ІУ), де визначено види і терміни контролю. Систему рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення у національну (4 бальну) та європейську (ECT S) шкалу подану в таб. 10.1, табл. 10.2

Таблиця 10.1.Розрахунок рейтингових балів за видами поточного(модульного контролю)

Види діяльності	Кількість	Розрахунок	Заг.сума за видами діял-сті
1.Лекція(відвідування)	9	9x1	9
2. Семінарське заняття(відвідування)	3	3x1	3
4. Практичні заняття(відвідування)	6	6x1	6
5. Робота на сем. заняттях	2	2X10	20
6. Робота на пр. заняттях	6	6x10	60
9. Виконання модульної контрольної роботи	2	2x25	50
10. Виконання сам.роботи	10	10x5	50
Підсумковий рейтинговий бал			198
Форма контролю - залік	198: 100 = 1,98(коефіцієнт) (При підрахунку балів кількість балів, що набрав студент ділимо на 1,16 округлюємо.)		

Таблиця 10.2
Порядок переведення рейтингових показників успішності у європейські оцінки ECTS

Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	зараховано
B	82-89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75-81 (добре)		
D	69-74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60-68 (достатньо)		
FX	35-59 (недостатньо – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	не зараховано
F	1-34 (незадовільно з можливістю повторного складання)		

Кожний модуль включає бали за поточну роботу студента на семінарських, практичних заняттях, лабораторних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальну роботу, поточну контрольну роботу, модульну контрольну роботу.

Виконання модульних контрольних робіт здійснюється в режимі комп'ютерної діагностики або з використанням роздрукованих завдань. Реферативні дослідження та есе, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на індивідуальних заняттях (див. п. «Захист творчих проектів»)

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

11. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

МОДУЛІ					МКР
Змістовий модуль 1					МКР№1
T1	T2	T3	T4	T5	25 бал
17	17	17	17	17	
Всього - 85					
Змістовий модуль 2					МКР№2
T6	T7	T8	T9		25 бал
17	12	17	17		
Всього -63					
<i>Разом : 198 балів</i>			<i>Коефіцієнт 2,18</i>		

12. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Навчальні посібники.
2. Конспекти лекцій.
3. Практичні роботи та методичні рекомендації до їх виконання.
4. Опорні конспекти для самостійного опрацювання.
5. Завдання для індивідуальних робіт та рекомендації до їх виконання.
6. Плани семінарських занять та рекомендації до їх підготовки.
7. Тестові завдання.
8. Завдання для модульних контрольних робіт.
9. Тематика курсових робіт та методичні рекомендації до їх написання та захисту.

14. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова:

1. Навчальні програми для загальноосвітніх навч.закл.із навчанням українською мовою. 1-4 класи. – К.: Видасничий дім «Освіта», 2012. – 392 с.
2. Державний стандарт початкової загальної освіти від 20 квітня 2011 р.
3. Шиян В.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2011.
4. Шиян В.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2012.

ДОДАТКОВА:

1. Заїка Л. Формування в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я: Методичні рекомендації //Директор школи. - Квітень 2002. - №15. - С. 7.
2. Ващенко О.М. та ін. Оцінювання техніки рухових дій учнів за навчальною програмою «Основи здоров'я і фізична культура». 1-4 клас: Навчально-методичний посібник / О.М. Ващенко, Л.В. Романенко; за заг. ред. Е.В. Белкіної. - Кам'янець-Подільський: Абетка, 2004. – 36 с.
3. Ващенко О.М., Кудикіна Н.В., Люріна Т.І., Романенко Л.В. Рухливі ігри в початковій школі: Навчально-методичний посібник. - К.: Навчальна книга, 2002. - 80 с. - (Сер. „Здоров'ятко”).
4. Ващенко О.М., Люріна Т.І., Романенко Л.В. Організація і методика проведення "фізкультурних пауз" у режимі навчального дня молодшого школяра: Навчально-методичний посібник. - К.: Навчальна книга, 2002. - 32 с. - (Сер. „Здоров'ятко”).
5. Ващенко О.М., Люріна Т.І., Романенко Л.В. Фізкультхвилинки в початкових класах: Навчально-методичний посібник. - К.: Навчальна книга, 2002. - 48 с. - (Сер. „Здоров'ятко”).
6. Ващенко О.М., Романенко Л.В. Організація і методика проведення „годин здоров'я" в режимі навчального дня молодшого школяра: Навчально-методичний посібник. - К.: Навчальна книга, 2002. - 64 с. - (Сер. „Здоров'ятко”).

Інформаційні ресурси

1. <http://www.nbu.gov.ua/>
2. www.dnpb.gov.ua
3. <http://pidpuchniki.ws/>
4. <http://www.gumer.info/>
5. mon.gov.ua/images/education/average/prog12/f_k_pr.doc