

Київський університет імені Бориса Грінченка  
Педагогічний інститут  
Кафедра початкової освіти



«ЗАТВЕРДЖУЮ»  
Проректор  
з науково-методичної та навчальної  
роботи

О.Б. Жильцов  
2019 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**«МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ «ЗДОРОВ'Я І**  
**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»**

для студентів

галузь знань 0101 Педагогічна освіта  
освітнього рівня першого (бакалаврського)  
освітньої програми 012.00.01 «Дошкільна освіта»

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

Програма № 2130/19

*Жильцов*  
(підпис) (прізвище, ініціали)

« 20 19 »

Київ – 2019

**Розробник:**

Ващенко Олена Миколаївна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри початкової освіти Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка

**Викладач:**

Ващенко Олена Миколаївна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри початкової освіти Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри початкової освіти

Протокол №6 від 09 січня 2019 року


Завідувач кафедри  Г.Л. Бондаренко

Робочу програму погоджено з гарантом освітньо-професійної програми

012.00.01 «Дошкільна освіта»

«25» січня 2019 р.

Гарант освітньо-професійної програми 012.00.01 «Дошкільна освіта»

 О.А. Половіна

Робочу програму перевірено

«28» січня 2019 р.

Заступник директора  М.А. Машовець

Пролонговано:

на 20\_\_ /20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Протокол №\_\_

(підпис)

(ПБ)

на 20\_\_ /20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Протокол №\_\_

(підпис)

(ПБ)

на 20\_\_ /20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Протокол №\_\_

(підпис)

(ПБ)

на 20\_\_ /20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Протокол №\_\_

(підпис)

(ПБ)

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формою навчання	
	денна форма навчання	заочна форма навчання
<b>«МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ «ЗДОРОВ'Я І ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»</b>		
Вид дисципліни	вибіркова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	2 / 60	4/120
Курс	3	4
Семестр	6	8
Кількість змістовий модулів із розподілом:	3	3
Обсяг кредитів	2	4
Обсяг годин, в тому числі:	60	120
Аудиторні	28	16
Модульний контроль	4	-
Семестровий контроль	-	30
Самостійна робота	28	74
Форма семестрового контролю	-	екзамен

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

**Мета навчальної дисципліни** – ознайомлення студентів з цілями, метою та завданнями Державного стандарту початкової освіти щодо фізкультурної освітньої галузі, формування в них знань, вмінь і навичок, що сприятимуть досягненню учнями очікуваних результатів навчання, визначених означеними галузями.

### **Завдання навчальної дисципліни:**

- формування комплексу умінь і навичок щодо застосування здоров'язбережувальних практик в освітньому процесі початкової школи відповідно до концептуальних засад НУШ;
- розвиток уміння обирати основні положення, що визначають зміст, організаційні форми та методи освітнього процесу відповідно до загальних цілей фізкультурної освітньої галузі;
- розвиток уміння моделювати систему діяльності учнів, що сприятиме формуванню в них здоров'язбережувальної компетентності; активної позиції щодо зміцнення власного здоров'я; розширенню рухового досвіду; вдосконаленню навичок життєво необхідних рухових умінь, використанню їх у повсякденній та ігровій діяльності.

## **3. Результати навчання за дисципліною**

- здатність продемонструвати вміння застосовувати сучасні здоров'язбережувальні практики в освітньому процесі початкової школи відповідно до концептуальних засад НУШ;
- уміння робити презентації (усно/письмово), виконувати дослідницькі, експериментальні здоров'язбережувальні проекти;
- здатність аналізувати навчально-методичні комплекти для початкової школи, оцінювати їхнє змістово-технологічне наповнення відповідно до вимог здоров'язбережувальної педагогіки;
- здатність розробляти плани-конспекти сучасних інтегрованих здоров'язбережувальних уроків для початкової школи, визначати їхнє навчально-методичне забезпечення, застосовувати сучасні ІКТ;
- здатність розробляти та використовувати у своїй практичній діяльності комплекси гімнастики до занять, фізкультхвилинок, «годин здоров'я», релаксаційних пауз для учнів початкової школи;
- уміння здійснювати пошук і огляд інформації у спеціальних наукових джерелах, використовуючи різноманітні ресурси: періодичні видання, бази даних, веб-сайти, портали тощо;
- здатність опрацьовувати інформаційні джерела для ознайомлення з здоров'язбережувальними практиками та методикою їхнього упровадження в початковій школі;
- здатність аналізувати перспективний досвід учителів початкової школи для подальшого його творчого використання;
- здатність працювати як самостійно, так і в команді, демонструючи якості лідерства, вміння ефективно спілкуватися й досягати очікуваних результатів.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

*Змістовий модуль № 1*

Загальні цілі, мета «Фізкультурної освітньої галузі»

№ п/п	Назва теми	Кількість годин					
		Разом	Аудиторних	Лекцій	Семинарських	Самостійна робота	Підсумковий контроль
1	Загальна характеристика «Фізкультурної освітньої галузі» нового Державного стандарту початкової освіти	8	4	4		4	
2	Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Основи здоров'я» для учнів початкової школи	4	2	2		2	
3	Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Фізична культура» для учнів початкової школи	4	2	2		2	
Разом за змістовий модуль № 1		<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	

*Змістовий модуль № 2*

Система здоров'язбережувальної діяльності початкової школи в умовах реформи «Нова українська школа»

1	Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей	4	2	2		2	
2	Особливості процесу навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки	4	2	2		2	
3	Педагогічна діагностика сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності	4	2	2		2	
4	Організація діяльності вчителя щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів	4	2		2	2	
5	Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки	4	2		2	2	
	Модульна контрольна робота №2	2					2
Разом за змістовий модуль № 2		<b>32</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>2</b>

*Змістовий модуль № 3*

Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня молодшого школяра

1	Особливості організації пізнавально-рухового навчання молодших школярів як вимоги реформи «Нова українська школа»	4	2		2	2	
2	Організація та методика проведення ранкової гімнастики до занять	4	2		2	2	
3	Організація та методика проведення фізкультурних хвилинок	4	2		2	2	
4	Організація та методика проведення «годин здоров'я»	4	2		2	2	
5	Методичні особливості проведення релаксаційних пауз	4	2		2	2	
	Модульна контрольна робота №3	2					2
Разом за змістовий модуль № 3			<b>10</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>2</b>
Разом за навчальним планом		<b>60</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>28</b>	<b>4</b>

Тематичний план для заочної форми навчання

*Змістовий модуль № 1*

**Загальні цілі, мета «Фізкультурної освітньої галузі»**

№ п/п	Назва теми	Кількість годин					
		Разом	Аудиторних	Лекцій	Семинарських	Самостійна робота	Семестровий контроль
1	Загальна характеристика «Фізкультурної освітньої галузі» нового Державного стандарту початкової освіти	8	2	2		6	
2	Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Основи здоров'я» для учнів початкової школи	4				4	
3	Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Фізична культура» для учнів початкової школи	6			2	4	
Разом за змістовий модуль № 1		<b>18</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	

*Змістовий модуль № 2*

**Система здоров'язбережувальної діяльності початкової школи в умовах реформи «Нова українська школа»**

1	Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей	8	2		2	6	
2	Особливості процесу навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки	8	2	2		6	
3	Педагогічна діагностика сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності	8	2	2		6	
4	Організація діяльності вчителя щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів	8	2		2	6	
5	Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки	8	2		2	6	
Разом за змістовий модуль № 2		<b>40</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	

*Змістовий модуль № 3*

**Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня молодшого школяра**

1	Особливості організації пізнавально-рухового навчання молодших школярів як вимоги реформи «Нова українська школа»	8	2	2		6	
2	Організація та методика проведення ранкової гімнастики до занять	6				6	
3	Організація та методика проведення фізкультурних хвилинок	6				6	
4	Організація та методика проведення «годин здоров'я»	6				6	
5	Методичні особливості проведення релаксаційних пауз	6				6	
	Семестровий контроль	30					30
Разом за змістовий модуль № 3		<b>62</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>30</b>	<b>30</b>
Разом за навчальним планом		<b>120</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>74</b>	<b>30</b>

## **5. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль № 1**

#### **Загальні цілі, мета «Фізкультурної освітньої галузі»**

#### **Тема 1. Загальна характеристика «Фізкультурної освітньої галузі» нового Державного стандарту початкової освіти**

Мета та загальні цілі «Фізкультурної освітньої галузі». Уміння та досвід, якими має оволодіти учень початкової школи відповідно до вимог галузі. Обов'язкові результати навчання учнів початкової школи відповідно до вимог галузі після закінчення першого циклу. Обов'язкові результати навчання учнів початкової школи відповідно до вимог галузі після закінчення другого циклу. Характеристика змістових ліній освітньої галузі. Формування в учнів стійкої мотивації до занять фізичною культурою і спортом та життєво необхідних рухових умінь і навичок для збереження власного здоров'я, розширення функціональних можливостей організму як мета «Фізкультурної освітньої галузі». Обов'язкові результати навчання, визначені освітньою галуззю відповідно до циклів 1-2 та 3-4. «Базова рухова активність», «Ігрова та змагальна діяльність учнів», «Турбота про стан здоров'я та безпеку» як змістові лінії освітньої галузі. Нові підходи до змісту занять фізичною культурою у початковій школі.

**Ключові поняття:** фізкультурна освітня галузь, Державний стандарт, початкова освіта.

#### **Рекомендована література:**

**Основна література:** [2, 3, 5]

**Додаткова література:** [1; 5]

#### **Тема 2. Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Основи здоров'я» для учнів початкової школи**

Головні завдання предмета, його мета. Базові поняття предмета «Основи здоров'я» для учнів 1-4 класів. Характеристика змістових ліній предмета. Особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в початковій школі. Вимоги до оцінювання навчальних досягнень учнів. Формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєних ними знань про здоров'я та безпеку як мета навчальної дисципліни. Оцінювання навчальних досягнень учнів.

**Ключові поняття:** основи здоров'я, здоровий спосіб життя, безпека, безпечна поведінка, здоров'язбережувальна компетентність.

#### **Рекомендована література:**

**Основна література:** [1; 6]

**Додаткова література:** [4; 5]

### **Тема 3. Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Фізична культура» для учнів початкової школи**

Основна мета предмета «Фізична культура». Характеристика основних компонентів змісту предмета. Рухова активність учнів як предмет навчання фізичній культурі у початковій школі. Змістові розділи навчального предмета «Фізична культура» у початковій школі. Розподілення навчального матеріалу за відповідними «школами». Визначення основної мети та завдань предмета «Фізична культура» для учнів 1-4 класів. Спрямованість змісту предмета на розвиток в учнів ключових компетентностей. Характеристика основних компонентів змісту предмета. «Школи» як складові навчального предмета «Фізична культура»: школа пересувань, школа культури рухів, школа м'яча, школа стрибків, школа активного відпочинку, школа розвитку фізичних здібностей, школа постави.

**Ключові поняття:** фізична культура, молодший школяр, основні компоненти предмета «Фізична культура».

**Рекомендована література:**

**Основна:** [1; 7]

**Додаткова:** [1; 2]

#### *Змістовий модуль № 2*

### **Система здоров'язбережувальної діяльності початкової школи в умовах реформи «Нова українська школа»**

### **Тема 4. Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей**

Характеристика факторів ризику, що впливають на здоров'я молодших школярів під час навчання в школі: стресова педагогічна тактика; інтенсифікація навчального процесу; невідповідність методик і технологій навчання віковим та функціональним можливостям учнів; невиконання елементарних фізіологічних та гігієнічних вимог до організації навчального процесу; недостатня обізнаність педагогів з вимогами оздоровчої педагогіки; відсутність служб шкільного лікарського контролю; недоліки в існуючій системі фізичного виховання дітей; відсутність системи оздоровчої роботи з батьками.

**Ключові поняття:** шкільні фактори ризику, здоров'я молодших школярів, стресова педагогічна тактика.

**Рекомендована література:**

**Основна:** [1; 4]

**Додаткова:** [3; 5]



## **Тема 5. Особливості процесу навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки**

Компетентнісний підхід як основа здоров'язбережувального освітнього процесу. Загальна характеристика етапів навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки. Етап початкового ознайомлення учнів з основними поняттями та уявленнями. Етап поглибленого вивчення навчального матеріалу. Етап закріплення знань, умінь та навичок збереження та зміцнення здоров'я та їх подальшого вдосконалення. Етап початкового ознайомлення з основними поняттями та уявленнями. Його мета та основні завдання. Етап поглибленого вивчення. Його мета та основні завдання. Етап закріплення знань, умінь та навичок збереження та зміцнення здоров'я та їх подальшого вдосконалення. Його мета та основні завдання.

**Ключові поняття:** етап початкового ознайомлення, етап поглибленого вивчення, етап закріплення знань.

### **Рекомендована література:**

**Основна:** [1; 2; 3]

**Додаткова:** [4; 5]

## **Тема 6. Педагогічна діагностика сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності**

Педагогічна діагностика як складова системи здоров'язбережувальної діяльності початкової школи. Показники сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності у сфері фізичного, психічного та соціального здоров'я. Засоби оцінки сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності. Визначення педагогічної діагностики як складової системи здоров'язбережувальної діяльності початкової школи. Характеристика показників сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності у сфері фізичного, психічного та соціального здоров'я. Спостереження як діагностичний інструмент визначення рівня сформованості в молодших школярів здоров'язбережувальної компетентності.

**Ключові поняття:** педагогічна діагностика; показники, рівні та засоби оцінки сформованості в молодших школярів здоров'язбережувальної компетентності.

### **Рекомендована література:**

**Основна:** [1; 6]

**Додаткова:** [4; 5]

**Семінарське заняття 1.** Організація діяльності вчителя щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів.

1. Забезпечення фізичного здоров'я учнів.
2. Система підвищення рівня фізичного здоров'я учнів.
3. Щоденник зміцнення здоров'я молодших школярів.

4. Збереження психічного здоров'я учнів.
5. Завдання психологічної служби школи.
6. Робота практичного психолога з учнівським колективом.
7. Збереження соціального здоров'я учнів.
8. Формування в учнів позитивного ставлення до власного здоров'я.
9. Особливості проектної діяльності вчителя. Проект «Я і моє здоров'я».

#### **Рекомендована література:**

**Основна література:** [1; 2; 3]

**Додаткова література:** [3; 5]

**Семінарське заняття 2.** Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки.

1. Рациональна організація здоров'язбережувального уроку в початковій школі.
2. Психолого-педагогічні умови організації уроку.
3. Здоров'язбережувальні аспекти сучасного уроку.
4. Головні вимоги здоров'язбережувального уроку.
5. Врахування обов'язкової рухової активності учнів на уроці.
6. Умови збереження працездатності учнів.
7. Формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я як важливий компонент здоров'язбережувального уроку.

Рекомендована література:

**Основна література:** [1; 6]

**Додаткова література:** [5]

### **Змістовий модуль № 3**

#### **Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня молодшого школяра**

**Семінарське заняття 3.** Особливості організації пізнавально-рухового навчання молодших школярів як вимоги реформи «Нова українська школа».

1. Сучасні психологи та фізіологи про врахування рухового розвитку дитини під час навчання.
2. Методика навчання в русі (за О.Д. Дубогай).
3. Оптимізація рухової активності дітей під час навчальної діяльності.
4. Особливості рухового відтворення навчального матеріалу. Етапи відтворення.
5. Зв'язок між слуховим сприйняттям навчального матеріалу, мовним і руховим його відтворенням.
6. Навчання в русі на уроках математики та української мови.

#### **Рекомендована література:**

**Основна література:** [2; 3]

**Додаткова література:** [1; 2]

**Семінарське заняття 4.** Організація та методика проведення ранкової гімнастики до занять.

1. Ранкова гімнастика – окрема форма здоров'язбережної діяльності молодших школярів.
2. Умови ефективної організації ранкової гімнастики до занять.
3. Методика проведення ранкової гімнастики до занять.
4. Орієнтовні комплекси ранкової гімнастики до занять для учнів початкової школи.

**Рекомендована література:**

**Основна література:** [2; 3]

**Додаткова література:** [1]

**Семінарське заняття 5.** Організація та методика проведення фізкультурних хвилинок.

1. Фізкультурна хвилинка як складова рухового режиму навчального дня молодших школярів.
2. Умови ефективної організації фізкультурних хвилинок.
3. Методика проведення фізкультурних хвилинок.
4. Особливості підбору вправ, що входять до комплексів фізкультурних хвилинок.

**Рекомендована література:**

**Основна література:** [2; 3];

**Додаткова література:** [1].

**Семінарське заняття 6.** Організація та методика проведення «годин здоров'я».

1. «Година здоров'я» як фактор збільшення рухової активності молодших школярів.
2. Умови ефективної організації «годин здоров'я».
3. Методика проведення «годин здоров'я».
4. Особливості складання комплексів загальнорозвивальних вправ, що входять до складу «годин здоров'я».

**Рекомендована література:**

**Основна література:** [2; 3]

**Додаткова література:** [2]

**Семінарське заняття 7.** Методичні особливості проведення релаксаційних пауз.

1. Релаксаційні паузи як фактор покращення фізичного та психічного здоров'я молодших школярів.
2. Умови ефективного проведення релаксаційних пауз.
3. Методика проведення релаксаційних пауз.
4. Особливості складання комплексів релаксаційних пауз.

**Рекомендована література:**

**Основна література:** [2; 3]

**Додаткова література:** [1]

## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Види діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	
		К-сть одиниць	Макс. к-сть балів	К-сть одиниць	Макс. к-сть балів	К-сть одиниць балів	Макс. к-сть балів
Відвідування лекцій	1	3	3	3	3	-	-
Відвідування семінарських занять	1	-	-	2	2	5	5
Робота на семінарському занятті	10	-	-	2	20	5	50
Виконання завдань для самостійної роботи	10	3	30	5	50	5	50
Виконання модульної роботи	25	-	-	1	25	1	25
Разом			33		100		130
Максимальна кількість балів		263					
Розрахунок коефіцієнта		2,63					

### 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання

№ з/п	Завдання для самостійної роботи	Кількість годин	Кількість балів
1	<b>Загальна характеристика «Фізкультурної освітньої галузі» нового Державного стандарту початкової освіти</b> 1. Охарактеризувати уміння та досвід, якими має оволодіти учень початкової школи відповідно до вимог галузі. 2. Здійснити змістовний аналіз обов'язкових результатів навчання учнів початкової школи після закінчення першого циклу навчання відповідно до вимог галузі. 3. Здійснити змістовний аналіз обов'язкових результатів навчання учнів початкової школи після закінчення другого циклу навчання відповідно до вимог галузі.	4	10
2	<b>Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Основи здоров'я» для учнів початкової школи</b> 1. Розкрити особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в початковій школі. 2. Розробити фрагмент уроку (пояснення нового матеріалу) для учнів 1 класу на тему «Харчування і здоров'я».	2	10
3	<b>Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Фізична культура» для учнів початкової школи</b>	2	10

	<p>1. Розкрити особливості методики проведення уроків фізичної культури в початковій школі.</p> <p>2. Розробити фрагмент уроку для учнів 2 класу з використанням вправ з предметами (малі та великі м'ячі, скакалки, гімнастичні палиці).</p>		
	<b>Разом за змістовим модулем №1</b>	<b>8</b>	<b>30</b>
4	<p><b>Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей</b></p> <p>1. Охарактеризувати психологічні причини виникнення навчального перевантаження учнів.</p> <p>2. Пояснити сутність проблеми шкільної дезадаптації молодших школярів.</p>	2	10
5	<p><b>Особливості процесу навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки</b></p> <p>1. Охарактеризувати етап початкового ознайомлення учнів з основними поняттями та уявленнями про здоров'я.</p> <p>2. Охарактеризувати етап закріплення в учнів знань, умінь та навичок збереження та зміцнення здоров'я та їх подальшого вдосконалення.</p>	2	10
6	<p><b>Педагогічна діагностика сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності</b></p> <p>1. Довести, що педагогічна діагностика є складовою системи здоров'язбережувальної діяльності початкової школи.</p> <p>2. Охарактеризувати показники сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності у сфері фізичного, психічного та соціального здоров'я як вимоги НУШ.</p>	2	10
7	<p><b>Організація діяльності вчителя щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів</b></p> <p>1. Охарактеризувати систему підвищення рівня фізичного здоров'я молодших школярів.</p> <p>2. Визначити умови збереження психічного та соціального здоров'я учнів</p>	2	10
8	<p><b>Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки</b></p> <p>1. Довести доцільність раціональної організації здоров'язбережувального уроку в початковій школі.</p> <p>2. Охарактеризувати головні вимоги здоров'язбережувального уроку.</p> <p>3. Розробити сучасний здоров'язбережувальний урок для учнів початкової школи за вимогами НУШ.</p>	2	10
	<b>Разом за змістовим модулем №2</b>	<b>10</b>	<b>50</b>
9	<p><b>Особливості організації пізнавально-рухового навчання молодших школярів як вимоги реформи «Нова українська школа»</b></p> <p>1. Довести доцільність використання методики навчання в русі (за О. Дубогай) на уроках в початковій школі.</p> <p>2. Пояснити зв'язок між слуховим сприйняттям навчального матеріалу учнями та мовним і руховим його відтворенням.</p>	2	10
10	<p><b>Організація та методика проведення ранкової гімнастики до занять</b></p>	2	10

	1. Розкрити особливості методики проведення ранкової гімнастики до занять у початковій школі як вимоги НУШ. 2. Розробити комплекс ранкової гімнастики до занять для учнів 1 класу.		
11	<b>Організація та методика проведення фізкультхвилин</b> 1. Розкрити особливості методики проведення фізкультхвилин у початковій школі як вимоги НУШ. 2. Розробити 2-3 комплекси фізкультхвилин (кінезіологічних, віршованих, імітаційних) для учнів початкової школи.	2	10
12	<b>Організація та методика проведення «годин здоров'я»</b> 1. Розкрити особливості методики організації та проведення «годин здоров'я» в початковій школі. 2. Розробити 2-3 комплекси загальнорозвивальних вправ.	2	10
13	<b>Методичні особливості проведення релаксаційних пауз</b> 1. Довести, що релаксаційні паузи є фактором покращення фізичного та психічного здоров'я молодших школярів. 2. Розробити комплекс релаксаційних пауз для початкової школи з використанням ІКТ.	2	10
	<b>Разом за змістовим модулем №3</b>	<b>10</b>	<b>50</b>
	<b>Усього:</b>	<b>28</b>	<b>130</b>

### 6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Модульний контроль здійснюється у формі комп'ютерного тестування (25 питань).

### 6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання студентів заочної форми навчання

Семестрове оцінювання здійснюється у формі інтегрованого екзамену з дисципліни «Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура». Форма проведення письмова (комп'ютерне тестування). За правильну відповідь на кожне запитання тесту студент отримує 1 бал. Максимальна кількість балів за виконання тесту – 40.

### 6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю студентів заочної форми навчання

1. Мета та загальні цілі «Фізкультурної освітньої галузі».
2. Уміння та досвід, якими має оволодіти учень початкової школи відповідно до вимог «Фізкультурної освітньої галузі».

3. Обов'язкові результати навчання учнів початкової школи відповідно до вимог «Фізкультурної освітньої галузі» після закінчення першого циклу.
4. Обов'язкові результати навчання учнів початкової школи відповідно до вимог «Фізкультурної освітньої галузі» після закінчення другого циклу.
5. Характеристика змістових ліній «Фізкультурної освітньої галузі».
6. Головні завдання та мета предмета «Основи здоров'я» для учнів початкової школи.
7. Базові поняття предмета «Основи здоров'я».
8. Характеристика змістових ліній предмета «Основи здоров'я».
9. Особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в початковій школі.
10. Основна мета та завдання предмета «Фізична культура» для учнів початкової школи.
11. Характеристика основних компонентів змісту предмета «Фізична культура».
12. Рухова активність учнів як предмет навчання фізичній культурі у початковій школі.
13. Змістові розділи навчального предмета «Фізична культура» у початковій школі.
14. Розподілення навчального матеріалу предмета «Фізична культура» за відповідними «школами».
15. Загальна характеристика шкільних факторів ризику.
16. Психологічні причини виникнення навчального перевантаження учнів.
17. Інтенсифікація освітнього процесу початкової школи як форма шкільного ризику.
18. Проблема шкільної дезадаптації учнів молодшого шкільного віку.
19. Компетентнісний підхід як основа здоров'язбережувального освітнього процесу початкової школи.

20. Загальна характеристика етапів навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки.

21. Етап початкового ознайомлення учнів з основними поняттями та уявленнями.

22. Етап поглибленого вивчення навчального матеріалу.

23. Етап закріплення в учнів знань, умінь та навичок збереження та зміцнення здоров'я та їх подальшого вдосконалення.

24. Педагогічна діагностика як складова системи здоров'язбережувальної діяльності початкової школи.

25. Показники сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності у сфері фізичного, психічного та соціального здоров'я.

26. Засоби оцінки сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності.

27. Організація діяльності вчителя щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів.

28. Забезпечення фізичного здоров'я учнів.

29. Система підвищення рівня фізичного здоров'я учнів.

30. Щоденник зміцнення здоров'я молодших школярів.

31. Збереження психічного здоров'я учнів.

32. Завдання психологічної служби школи.

33. Особливості діяльності вчителя початкової школи щодо збереження соціального здоров'я учнів.

34. Формування в учнів позитивного ставлення до власного здоров'я.

35. Особливості здоров'язбережувальної проектної діяльності вчителя.

36. Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки.

37. Раціональна організація здоров'язбережувального уроку в початковій школі.

38. Психолого-педагогічні умови організації здоров'язбережувального уроку.



39. Здоров'язбережувальні аспекти сучасного здоров'язбережувального уроку.
40. Головні вимоги здоров'язбережувального уроку.
41. Врахування обов'язкової рухової активності учнів на уроці.
42. Умови збереження працездатності учнів.
43. Формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я як важливий компонент здоров'язбережувального уроку.
44. Особливості організації пізнавально-рухового навчання молодших школярів як вимоги стратегії «Школа – освіта для життя».
45. Сучасні психологи та фізіологи про врахування рухового розвитку дитини під час навчання.
46. Методика навчання в русі (за О.Д. Дубогай).
47. Оптимізація рухової активності дітей під час навчальної діяльності.
48. Особливості рухового відтворення навчального матеріалу.
49. Зв'язок між слуховим сприйняттям навчального матеріалу, мовним і руховим його відтворенням.
50. Особливості використання методики «Навчання в русі» на уроках математики та української мови в початковій школі.
51. Організація та методика проведення ранкової гімнастики до занять.
52. Ранкова гімнастика – окрема форма здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів.
53. Умови ефективної організації ранкової гімнастики до занять.
54. Методика проведення ранкової гімнастики до занять.
55. Орієнтовні комплекси ранкової гімнастики до занять для учнів початкової школи.
56. Організація та методика проведення фізкультурних хвилинок.
57. Фізкультурна хвилинка як складова рухового режиму навчального дня молодших школярів.
58. Умови ефективної організації фізкультурних хвилинок.
59. Методика проведення фізкультурних хвилинок.

60. Особливості підбору вправ, що входять до комплексів фізкультурних хвилинок.

61. Організація та методика проведення «годин здоров'я».

62. «Година здоров'я» як фактор збільшення рухової активності молодших школярів.

63. Умови ефективної організації «годин здоров'я».

64. Методика проведення «годин здоров'я».

65. Особливості складання комплексів загальнорозвивальних вправ, що входять до складу «годин здоров'я».

66. Методичні особливості проведення релаксаційних пауз.

67. Релаксаційні паузи як фактор покращення фізичного та психічного здоров'я молодших школярів.

68. Умови ефективного проведення релаксаційних пауз.

69. Методика проведення релаксаційних пауз.

70. Особливості складання комплексів релаксаційних пауз.

## 6.6. Шкала відповідності оцінок

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

## 7. Навчально-методична карта дисципліни

### «Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура»

Разом: 60 год. Лекції – 14 год., семінарські заняття – 14 год., самостійна робота – 28 год., МКР – 4 год.

Модуль	Змістовий модуль I			Змістовий модуль II			Змістовий модуль III				
Назва модуля	Загальні цілі, мета «Соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі», «Фізкультурної освітньої галузі»			Система здоров'язбережувальної діяльності початкової школи в умовах реформи «Нова українська школа»			Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня молодшого школяра				
Лекції	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Теми лекцій	Загальна характеристика «Фізкультурної освітньої галузі» нового Державного стандарту початкової освіти	Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Основи здоров'я» для учнів початкової школи	Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Фізична культура» для учнів початкової школи	Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей	Особливості процесу навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки	Педагогічна діагностика сформованості в учнів здоров'язбережувальної компетентності					
Теми семінарських занять				Організація діяльності вчителів щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів	Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки	Особливості організації пізнавально-рухового навчання молодших школярів як вимоги стратегії «Школа – освіта для життя»	Організація та методика проведення ранкової гімнастики до занять	Організація та методика проведення фізкультурних хвилинок	Організація та методика проведення «годин здоров'я»	Методичні особливості проведення релаксаційних пауз	
С.р.	120 б.										
К-сть балів за модуль	Відвідування лекцій – 3 б. Самостійна робота – 30 б. Разом: 33 б.			Відвідування лекцій – 3 б. Відвідування семінарських занять – 2 б. Робота на семінарських заняттях – 20 б. Самостійна робота – 50 б. Разом: 75 б.			Відвідування семінарських занять – 5 б. Робота на семінарських заняттях – 50 б. Самостійна робота – 50 б. Разом: 95 б.				
МКР				25 б.			25 б.				

Разом – 263, коефіцієнт – 2,63

## 8. Рекомендована література

### *Основна:*

1. Ващенко О. Як створити школу сприяння здоров'ю: метод. посібник / О. Ващенко, С. Свириденко. – К.: Шкільний світ, 2008. – 112 с.
2. Ващенко О.М. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Перший цикл навчання: 1-2 класи: Навч.-метод. посіб. / Уклад. О.М. Ващенко, Л.В. Романенко, К.А. Романенко; за заг. ред. О.М. Докукіної. – К.: Літера, 2017. – 128 с.
3. Ващенко О.М. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Другий цикл навчання: 3-4 класи: Навч.-метод. посіб. / Уклад. О.М. Ващенко, Л.В. Романенко, К.А. Романенко; за заг. ред. О.М. Докукіної. – К.: Літера, 2017. – 80 с.
4. Ващенко О.М. Оздоровче виховання молодших школярів у взаємодії сім'ї та школи: метод. посібник / О.М. Ващенко, К.І. Волинець, Т.В. Кравченко. – Х.: Вид-во «Ранок», 2015. – 96 с.
5. Новий Державний стандарт початкової загальної освіти. – Режим доступу: [http://nus.org.ua/wp-content/uploads/2017/08/NewSchool\\_Presentation-final\\_18-08-2017.pdf](http://nus.org.ua/wp-content/uploads/2017/08/NewSchool_Presentation-final_18-08-2017.pdf).
6. Основи здоров'я. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи // Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою. 1-4 класи. – К.: Освіта, 2012. – С. 314-330.
7. Фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи. // Навчаємо граючись: метод. посіб. для вчителів фізичної культури загальноосвітніх навч. закладів / В.М. Єрмолова, Л.І. Іванова, В.В. Деревянко. – К.: Літера ЛТД, 2012. – С. 141-195.

### *Додаткова:*

1. Ващенко О.М. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра: Навч. метод. посібник / О.М. Ващенко, В.М. Єрмолова, Л.І. Іванова та ін. – Кам'янець-Подільський: Абетка, 2003. – 192 с.
2. Ващенко О. Оздоровча робота на ГПД: Методичний порадник / О. Ващенко, С. Свириденко// Початкова освіта. – 2008. – № 8. – С. 3-11.
3. Ващенко О. Школа соціального здоров'я: Методичний порадник / О. Ващенко, С. Свириденко// Початкова освіта. – 2009. – № 16. – С. 3-11.
4. Мазуренко Л. Формування навичок здорового способу життя у молодших школярів в позаурочний час. / Л. Мазуренко. – К.: Шкільний світ, 2008. – 112 с.
5. Омельченко Л.П. Здоров'ятворча педагогіка / Л.П. Омельченко, О.В. Омельченко. – Х.: Вид. група «Основа», 2008. – 154 с.