Міністерство освіти і науки України

Хмельницький національний університет

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан ГПФ

Станіславова Л.Л.

“___” _____ 2020 р.

**Робоча навчальна програма**

дисципліни дисципліни **„Теорія і методика викладання фізичного виховання у ЗНЗ”**

Галузі знань **Освіта/Педагогіка**

Спеціальності **014 середня освіта фізична культура,** денної та заочної форми навчання

Рівень вищої освіти Перший (бакалаврський) рівень

Обсяг дисципліни 5 кредитів ЄКТС, шифр дисципліни **ПП.02**

Мова навчання - українська

Статус дисципліни: ***обов’язкова для 014***

Факультет **гуманітарно-педагогічний**

Кафедра **теорії і методики фізичного виховання і спорту**

| Форма навчання | Курс | Семестр | Загальне навантаження | | Кількість годин | | | | | Курсова робота | Вид семестрового контролю | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Аудиторні заняття | | | | Самостійна робота студентів в т.ч. ІРС | | | |
| | | | Європейські кредити | Години | Всього | Лекцій | Лабораторні роботи | Практичні заняття | | | Залік | Іспит |
| Денна | 2<br>3 | 4<br>5 | 5,0 | 150 | 72 | 36 | | 36<br>- | 78 | <br>+ | | + |
| Заочна | 3<br>3 | 5<br>6 | 5,0 | 150 | 10 | 6 | - | 4 | 140 | <br>+ | | + |

Робоча програма складена на основі ОПП та стандарту вищої освіти зі спеціальності « Середня освіта фізична культура і спорт», і навчального плану підготовки бакалаврів у ХНУ

Програму склала Базильчук В.Б.

Схвалено на засіданні кафедри ТіМФВіС

Протокол № 1 від „31” серпня 2020 р.

Зав. ТіМФВіС Солтик О.О.

Дакан гуманітарно-педагогічного факультету Станіславова Л.Л.

Робоча програма розглянута та схвалена вченою радою радою ГПФ

Хмельницький 2020

# ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Зміст компетентностей дисципліни “Теорія і методика викладання фізичного виховання у ЗНЗ” є здатність майбутніх фахівців використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики викладання фізичного виховання у загальносвітніх навчальних закладах. Вивчення матеріалу повинно сприяти ідейному формуванню майбутніх фахівців з фізичної культури.

Навчальні заняття проводяться у формі лекцій, практичних занять і самостійної роботи. Укріплення наукового потенціалу студентів супроводжується виконанням курсової роботи.

**Зміст компетентностей:** здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики викладання фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах.

**Результати навчання:**

- Знання джерел та етапів розвитку теорії і методики фізичного виховання;
- Знання принципів, засобів та методів фізичного виховання;
- Знання методологічних та педагогічних основ теорії навчання рухових дій;
- Знання основ методики розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, координації).
- Знання форм організації занять у фізичному вихованні.

**Анотація дисципліни:** ПП.05 Теорія і методика викладання фізичного виховання у ЗНЗ, IV семестр.

Фізичне виховання як педагогічний процес. Основи навчання руховим діям, розвиток фізичних якостей. Методика побудови занять із фізичними вправами. Формування знань, умінь та навичок теорії і методики фізичного виховання. Використання оздоровчого впливу фізичних вправ на стан здоров′я учнів

# Структура залікових кредитів

**Зміст лекційного курсу**

| № | Теми практичних занять | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| 1 | **Тема 1 - Теорія фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна.** Теорія фізичного виховання є складовою частиною педагогічних наук. Місце науки в системі знань визначається, в першу чергу, її предметом. Предметом теорії фізичного виховання є загальні закономірності функціонування і розвитку фізичного виховання. Місце теорії фізичного виховання в системі наук, що вивчають цей процес. Література: [1-6] | 2 | 2 |
| 2 | **Тема 2 – Система фізичного виховання.** Система фізичного виховання — це історично обумовлений тип соціальної практики фізичного виховання, який включає телеологічні, науково-методичні, програмово-нормативні та організаційні елементи (основи), що забезпечують фізичне виховання громадян. Система фізичного виховання тісно пов'язана з системами освіти, охорони здоров'я, оборони, матеріального виробництва, культури, науки і розвивається під впливом змін, що відбуваються в них. Система фізичного виховання входить до суспільного виробництва і впливає на нього опосередковано через суб'єкта виробничих відносин — людину. Вона задовольняє не тільки біологічні потреби в рухах, але і соціальні (формування особи, вдосконалення суспільних відносин). Література: [1-6] | 2 | |
| 3 | **Тема 3 – Засоби фізичного виховання** Для національної системи фізичного виховання характерний цілий комплекс засобів. При цьому, основним засобом вирішення завдань фізичного виховання і досягнення його мети є рухова активність людини (фізичні вправи, народні ігри і забави, військові, побутові та професійні дії (якщо вони виконуються за відповідною програмою). Допоміжним засобом є оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода, земля) та гігієнічні фактори (режим дня і харчування, дотримання правил особистої та громадської гігієни тощо). Література: [1-6] | 4 | |
| 4 | **Тема 4 – Принципи побудови процесу фізичного виховання** Позиції, що визначають найбільш загальні, відправні положення керівництва процесом фізичного виховання, в теорії фізичного виховання одержали назву принципів. Знання принципів та їх практична реалізація роблять процес фізичного виховання школярів ефективнішим і є віддзеркаленням демократизації навчально-виховного процесу. Література: [1-6] | 4 | 2 |
| 5 | **Тема 5 – Методи фізичного виховання** Методи — це способи взаємної діяльності учня і вчителя спрямованої на вирішення навчально-виховних завдань. Методичні прийоми — це шляхи реалізації методів у конкретних випадках і умовах процесу фізичного виховання. Спеціально упорядкована сукупність методів, методичних прийомів, засобів та форм навчання утворює методику. Література: [1-6] | 4 | |
| 6 | **Тема 6 - Загальна характеристика фізичних якостей людини та методики їх удосконалення.** Термін "фізична якість" віддзеркалює рухові можливості людини в основі яких лежать її природні задатки. Отже, фізичні якості – це розвинуті в процесі виховання і цілеспрямованої підготовки рухові задатки людини, які визначають її можливості успішно виконувати певну рухову діяльність. Наприклад, для подолання великого зовнішнього опору потрібна, перш за все, відповідна м'язова сила; для подолання короткої відстані за якомога менший час потрібна прудкість; | 2 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | для тривалого й ефективного виконання фізичної роботи потрібна витривалість; для виконання рухів з великою амплітудою необхідна гнучкість; а для раціональної перебудови рухової діяльності відповідно до зміни умов необхідна спритність. Література: [1-6] | | |
| 7 | **Тема 7** – **Основи методики розвитку сили**<br>Без прояву м'язової сили людина не може виконати жодної рухової дії. Від рівня розвитку сили певною мірою залежить прояв інших рухових якостей. В теорії фізичного виховання поняття "сила" застосовується для якісної характеристики довільних рухів людини, які спрямовані на вирішення конкретних рухових завдань. При виконанні рухових дій м'язи людини виконують чотири основні різновиди роботи:<br>**Утримуючу**, яка виконується за рахунок напруження м'язів без зміни їх довжини (ізометричний режим (статична сила). Вона застосовується для підтримання статичних поз тіла, утримання предметів (штанга) тощо;<br>**Долаючу**, яка виконується за рахунок зменшення довжини м'язів. Вона застосовується найчастіше при виконанні рухових дій;<br>**Поступливу**, яка виконується за рахунок збільшення довжини м'язів. Завдяки поступливій роботі м'язів відбувається амортизація в момент приземлення у стрибках, бігу тощо. Зауважимо, що в цьому режимі м'язи можуть проявити на 50-100% більшу силу, ніж у долаючому та утримуючому;<br>**Комбіновану**, яка складається з почергової зміни названих вище режимів.<br>Література: [1-6] | 4 | 2 |
| 8 | **Тема 8** – **Основи методики розвитку швидкості**<br>Численними дослідженнями встановлено, що швидкість є комплексною руховою якістю, яка проявляється через:<br>· швидкість рухових реакцій;<br>· швидкість виконання необтяжених поодиноких рухів;<br>· частоту (темп) необтяжених рухів;<br>· швидкий початок рухів, що у спортивній практиці називають різкістю.<br>У фізичному вихованні та спорті важливішим є виховання здатності до прояву швидкості в цілісній руховій діяльності, оскільки , наприклад, наявність швидкої реакції ще не гарантує швидкого подолання дистанції. Відсутня також кореляція між здатністю швидко бігати та плавати і навіть між ходьбою і бігом. Прямий зв'язок відзначається лише в тих вправах, які подібні за координацією (стрибок у довжину з розбігу – спринт).<br>Література: [1-6] | 4 | |
| 9 | **Тема 9** – **Основи методики розвитку витривалості**<br>Хто ж витриваліший? Той, хто за рівних умов може ефективніше виконувати фізичну роботу (Яніс Курас), чи той, хто за визначений час виконає більшу кількість роботи(Дік Тот)? І в першому, і в другому випадку якість роботи чітко обумовлюється, але її критерії дещо інші. **Витривалість є немов би зворотньою стороною втоми.** Більш витривалим є той, хто за інших рівних умов менше втомлюється, або втома в нього наступає пізніше. Отже, фізична витривалість як рухова якість людини – це її здатність долати втому у процесі рухової діяльності. Фізична витривалість має велике значення для життєдіяльності людини, бо дозволяє: тривалий час підтримувати високий рівень інтенсивності рухової діяльності; виконувати значний обсяг роботи; швидко відновлювати сили після навантажень. Література: [1-6] | 4 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10 | **Тема 10 – Основи методики розвитку гнучкості**<br>Структура опорно-рухового апарату людини дозволяє їй виконувати рухові дії з великою амплітудою. Проте, часто через недостатню еластичність м'язів, зв'язок і сухожиль вона не може повністю реалізувати ці можливості. Водночас, якщо у людини належним чином не розвинена рухливість у суглобах, то вона не зможе оволодіти технікою багатьох рухових дій. Рухливість у суглобах позначають терміном гнучкість. Гнучкість як рухова якість людини – це її здатність виконувати рухи в суглобах з великою амплітудою. Розрізняють активну і пасивну гнучкість.<br>Література: [1-6] | 2 | 2 |
| 11 | **Тема 11** – **Основи методики вдосконалення спритності**<br>Успішне вирішення рухових завдань залежить від уміння узгоджувати окремі рухи рухової дії, які виконуються одночасно або послідовно. Зрозуміло і те, що успішне виконання вправ залежить від точності рухів. При цьому слід враховувати, що вони можуть виконуватись за чітко обумовленою схемою (наприклад, у гімнастиці, фігурному катанні тощо) або нестандартно залежно від реальної ситуації, що складається в процесі діяльності (наприклад, в іграх та єдиноборствах). Відомо також, що різні учні потребують для засвоєння фізичних вправ більше або менше часу. Якщо учень здатний добре координувати рухи, точно їх виконувати відповідно до вимог техніки, успішно перебудовувати свою діяльність залежно від умов, що складаються в процесі рухової діяльності, і швидко засвоювати фізичні вправи, то можна говорити, що він спритний. Отже, спритність – це складна комплексна рухова якість людини, яка може бути визначена, як її здатність швидко оволодівати складнокоординаційними руховими діями, точно їх виконувати відповідно до вимог техніки і перебудовувати свою діяльність залежно від ситуації, що склалась. Спритність як рухова якість людини лежить в основі спортивної майстерності. Література: [1-6] | 2 | |
| | **Разом за 3/4 семестр** | 34 | 8 |

**Зміст лекційного курсу**
**денної (2 курс 3 семестр); заочної форми навчання (3 курс 6 семестр)**

| № | Теми практичних занять | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| | | денна | заочна |
| 1 | **Тема 1 - Основи методики розвитку рухових дій і рухових навичок, формування фізкультурних знань та потреби; займатися фізичними вправами у дітей ДВ і МШВ.** Вирішення рухових завдань. Розглядаються закономірності та фактори розвитку дитини; підходи до вікової періодизації дітей; вікові особливості розвитку дітей дошкільного віку та дітей молодшого шкільного віку; вначення фізичного виховання у процесі розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Література: [1-6] | 4 | 2 |
| 2 | **Тема 2 – Планування процесу фізичного вихованн в роботі з дітьми шкільного віку.** Вся робота з фізичного виховання в школі і дошкільних навчальних закладах чітко планується. Розглядаються основні педагогічні вимоги щодо планування навчальної роботи, яке здійснюється вчителем перед початком навчального року. Надається характеристика основних документів планування учбового процесу (програма навчання, навчальний план); характеристика документів планування учбового процесу, які складає вчитель. Література: [1-6] | 4 | |
| 3 | **Тема 3 – Особливості методики контролю за процесом фізичного виховання учнів шкільного віку.**<br>Розглядається діяльність організацій, робота яких спрямована на фізичне виховання дітей; організаційні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку; організаційні форми фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.Література: [1-6] | 4 | |
| 4 | **Тема 4 – Особливості фізичного виховання школярів з відхиленнями у стані здоров'я.**<br>Стан здоров'я школярів у сучасних умовах. Фактори, що на нього впливають. Розподіл школярів на медичні групи для занять фізичними вправами. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичного виховання з учнями спеціальної медичної групи. Особливості методики проведення занять фізичного виховання з учнями, які мають різні захворювання. .Література: [1-6] | 2 | 2 |
| 5 | **Тема 5 – Значення та завдання фізичного виховання дорослих. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення.**<br>Вікова періодизація дорослого населення. Мета та завдання фізичного виховання дорослих. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення. Література: [1-6] | 2 | |
| 6 | **Тема 6 – Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання дітей шкільного віку.** Організації, діяльність яких спрямована на фізичне виховання дітей. Організаційні форми фізичного виховання дітей шкільного віку.<br>Література: [1-6] | 2 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **7** | **Тема 7 – Урок як основна форма фізичного виховання школярів** Педагогічний процес фізичного виховання здійснюється через різноманітні форми занять, на яких учні оволодівають предметом фізичної культури, роблячи його своїм надбанням, формуючи і збагачуючи особисту культуру. Структура занять із фізичної культури передбачає їх загальну педагогічну спрямованість і специфічний зміст, який забезпечує вирішення завдань фізичного виховання.Загальні вимоги до уроку фізичної культруи.Розглядаютьсязагальні вимоги до уроку фізичної культури та вимоги які мають виняткове значення у зв'язку із національним відродженням України. На чому грунтується класифікація уроків. Література: [1-6]. | 8 | 2 |
| 8 | **Тема 8 - Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами** Виховання інтересу до занять. Озброєння школярів знаннями, формування переконань. Вироблення уміння і навичок працювати самостійно. Залучення учнів до самостійних занять. Література: [1-6] | 2 | |
| 9 | **Тема 9 -** Література: [1-6] | 6 | |
| 10 | **Тема 10** – Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки(ППФП). Розглядаються основні фактори, які визначають загальну спрямованість ППФП майбутніх фахівців. Особливості ППФП студентів ВНЗ Література: [1-6] | 2 | |
| | **Разом за 4/6 семестр** | 36 | 6 |

**Перелік практичних занять**
**денної (2 курс 3 семестр); заочної форми навчання (2 курс 4 семестр)**

| № | Перелік тем лекцій, їх анотацій | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| | | денна | заочна |
| 1 | **Тема 1 - Теорія фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна.**<br>1. Предмет теорії фізичного виховання і її місце в системі наукових знань<br>2. Джерела виникнення і розвитку теорії фізичного виховання<br>3. Вихідні поняття теорії фізичного виховання<br>3.1. Фізична культура<br>3.2. Фізичний розвиток<br>3.3. Фізичне виховання<br>3.4. Спорт<br>Література: [1-6] | 2 | 2 |
| 2 | **Тема 2 – Система фізичного виховання.**<br>1. Визначення поняття<br>2. Основи української національної системи фізичного виховання<br>2.1. Телеологічні основи<br>2.2. Науково-методичні основи<br>2.3. Правові, програмні та нормативні основи<br>2.4. Організаційні основи<br>3. Умови функціонування системи фізичного виховання<br>4. Мета системи фізичного виховання в Україні<br>5. Основні завдання фізичного виховання<br>5.1. Освітні завдання<br>5.2. Оздоровчі завдання | 2 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 5.3. Виховні завдання<br>Література: [1-6] | | |
| 3 | **Тема 3** – **Засоби фізичного виховання**<br>1. Визначення поняття<br>2. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання<br>2.1. Фактори, які визначають вплив фізичних вправ на організм учнів<br>2.2. Зміст і форма фізичних вправ<br>3. Техніка фізичних вправ<br>3.1. Загальні поняття про техніку рухових дій<br>3.2. Компоненти техніки фізичних вправ<br>3.3. Фази виконання фізичних вправ<br>4. Характеристики рухів<br>4.1. Просторові характеристики<br>4.2. Часові характеристики рухів<br>4.3. Просторово-часові характеристики<br>4.4. Динамічні характеристики<br>4.5. Ритмічні характеристики<br>Література: [1-6] | 4 | |
| 4 | **Тема 4** – **Принципи побудови процесу фізичного виховання**<br>1. Визначення поняття<br>2. Принцип свідомості й активності учнів<br>2.1. Формування стійкого інтересу до мети і завдань занять<br>2.2. Самоаналіз дій учнів<br>2.3. Виховання в учнів творчого ставлення до занять<br>3. Принцип наочності<br>4. Принцип доступності й індивідуалізації<br>5. Принцип систематичності<br>6. Принцип міцності і прогресування<br>Література: [1-6] | 4 | 2 |
| 5 | **Тема 5 – Методи фізичного виховання**<br>1. Визначення поняття<br>2. Практичні методи<br>2.1. Методи навчання рухових дій<br>2.2. Методи вдосконалення та закріплення рухових дій<br>2.3. Методи вдосконалення фізичних якостей<br>3. Методичні прийоми вправляння<br>4. Метод використання слова<br>5. Метод демонстрації<br>6. Засоби навчання<br>7. Загальні вимоги до підбору і використання методів<br>Література: [1-6] | 4 | |
| 6 | **Тема 6 - Загальна характеристика фізичних якостей людини та методики їх удосконалення**<br>1. Визначення понять<br>2. Фізичні навантаження та відпочинок як фактори впливу на фізичний розвиток<br>3. Адаптація – як основа вдосконалення фізичних якостей<br>Література: [1-6] | 2 | |
| 7 | **Тема 7** – **Основи методики розвитку сили**<br>1. Загальна характеристика сили як фізичної якості людини<br>2. Фактори, що зумовлюють силові можливості людини<br>3. Засоби вдосконалення сили<br>4. Методика розвитку максимальної сили<br>4.1. Методика розвитку максимальної сили шляхом збільшення м'язової маси | 4 | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 4.2. Методика розвитку максимальної сили шляхом удосконалення міжм'язової координації<br>4.3. Методика розвитку максимальної сили шляхом удосконалення внутрішньом'язової координації<br>4.4. Методика розвитку максимальної сили шляхом використання ізометричних вправ та вправ із самоопором<br>5. Методика розвитку швидкої сили<br>6. Методика розвитку вибухової сили<br>6.1. Методика застосування вправ з обтяженням масою предметів, включаючи і предмети для метання<br>6.2. Методика застосування ізометричних вправ і вправ в самоопорі<br>6.3. Методика застосування стрибкових вправ для вдосконалення вибухової сили<br>7. Поради щодо профілактики травм в процесі силової підготовки<br>8. Вікова динаміка природного розвитку сили<br>9. Контроль силових можливостей та деякі особливості методики їх вдосконалення у школярів<br>Література: [1-6] | | |
| 8 | **Тема 8 – Основи методики розвитку швидкості**<br>1. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини<br>2. Фактори, що зумовлюють прояв швидкості<br>3. Засоби вдосконалення швидкості<br>4. Методика вдосконалення швидкості<br>4.1. Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій<br>4.2. Методика вдосконалення швидкості циклічних рухів<br>4.3. Методика вдосконалення швидкості ациклічних рухових дій<br>4.4. "Швидкісний бар'єр", його профілактика та усунення<br>5. Вікова динаміка природного розвитку швидкості<br>6. Контроль розвитку швидкості та деякі особливості методики їх удосконалення у школярів<br>Література: [1-6] | 4 | |
| 9 | **Тема 9 – Основи методики розвитку витривалості**<br>**1.** Загальна характеристика витривалості<br>2. Фактори, що зумовлюють витривалість людини<br>3. Засоби виховання витривалості<br>4. Методика вдосконалення загальної витривалості<br>5. Методика розвитку швидкісної витривалості<br>6. Методика розвитку силової витривалості<br>6.1. При застосуванні вправ з обтяженням масою предметів, з еластичними предметами тощо<br>6.2. При локальному розвиткові силової витривалості окремих груп м'язів<br>6.3. Параметри навантажень при застосуванні ізометричних вправ<br>6.4. При розвитку силової витривалості ніг за допомогою стрибкових вправ<br>7. Особливості вдосконалення витривалості в спортивних іграх та поєдинках<br>8. Вікова динаміка природного розвитку витривалості та контроль за її розвитком<br>Література: [1-6] | 4 | |
| 10 | **Тема 10 – Основи методики розвитку гнучкості**<br>1. Загальна характеристика гнучкості<br>2. Фактори, від яких залежить прояв гнучкості<br>3. Засоби вдосконалення гнучкості<br>4. Методика розвитку гнучкості | 2 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 5. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості та контроль за її розвитком<br>Література: [1-6] | | |
| 11 | **Тема 11 – Основи методики вдосконалення спритності**<br>1. Загальна характеристика спритності<br>2. Фактори, що визначають спритність<br>3. Координаційні здібності<br>3.1. Здатність до оцінки і регулювання динамічних і просторово-часових параметрів рухів<br>3.2. Здатність до збереження рівноваги<br>3.3. Здатність відчувати ритм<br>3.4. Здатність до довільного розслаблення м'язів<br>3.5. Здатність до узгодженості рухів<br>4. Загальні основи методики вдосконалення спритності<br>5. Вікова динаміка розвитку та контроль спритності<br>Література: [1-6] | 2 | |
| | **Разом за 3/4 семестр** | 34 | 6 |

**Перелік практичних занять**
**денної (2 курс 3 семестр); заочної форми навчання (3 курс 6 семестр)**

| № | Перелік тем лекцій, їх анотацій | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| | | денна | заочна |
| 1 | **Тема 1 - Основи методики розвитку рухових дій і рухових навичок, формування фізкультурних знань та потреби; займатися фізичними вправами у дітей ДВ і МШВ. Вирішення рухових завдань.**<br>Закономірності та фактори розвитку дитини.<br>1.Підходи до вікової періодизації дітей.<br>2.Вікові особливості розвитку дітей дошкільного віку та дітей молодшого шкільного віку.<br>3.Значення фізичного виховання у процесі розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.<br>4.Спрямованість завдянь фізичного виховання дітей у дошкільний період.<br>5.Спрямованість завдянь фізичного виховання дітей у початковій школі.<br>Література: [1-6] | 4 | 2 |
| 2 | **Тема 2 – Планування процесу фізичного вихованн в роботі з дітьми шкільного віку.** Вся робота з фізичного виховання в школі і дошкільних навчальних закладах чітко планується. Розглядаються основні педагогічні вимоги щодо планування навчальної роботи, яке здійснюється вчителем перед початком навчального року. Надається характеристика основних документів планування учбового процесу (програма навчання, навчальний план); характеристика документів планування учбового процесу, які складає вчитель. Література: [1-6] | 4 | |
| 3 | **Тема 3 – Особливості методики контролю за процесом фізичного виховання учнів шкільного віку.**<br>Розглядається діяльність організацій, робота яких спрямована на фізичне виховання дітей; організаційні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку; організаційні форми фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.Література: [1-6] | 4 | 2 |
| 4 | **Тема 4 – Особливості фізичного виховання школярів з** | 2 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | **відхиленнями у стані здоров'я.**<br>Стан здоров'я школярів у сучасних умовах. Фактори, що на нього впливають. Розподіл школярів на медичні групи для занять фізичними вправами. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичного виховання з учнями спеціальної медичної групи. Особливості методики проведення занять фізичного виховання з учнями, які мають різні захворювання. .Література: [1-6] | | |
| 5 | **Тема 5 – Значення та завдання фізичного виховання дорослих. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення.**<br>Вікова періодизація дорослого населення. Мета та завдання фізичного виховання дорослих. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення. Література: [1-6] | 2 | 2 |
| 6 | **Тема 6 – Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання дітей шкільного віку.** Організації, діяльність яких спрямована на фізичне виховання дітей. Організаційні форми фізичного виховання дітей шкільного віку.<br>Література: [1-6] | 2 | |
| 7 | **Тема 7 - Урок як основна форма фізичного виховання школярів**<br>Характерні риси, зміст і побудова уроку<br>риси уроку<br>зміст уроку<br>структура уроку<br>Визначення завдань уроку<br>освітні<br>оздоровчі<br>виховні<br>Організація діяльності учнів на уроці. Підготовка та проведення уроку.<br>Дозування навантаження на уроках<br>Загальні вимоги до уроку фізичної культруи.<br>Різновиди шкільних уроків фізичної культури.<br>Деякі особливості змісту і методики проведення уроків із дітьми різного віку та стану здоров'я<br>Література: [1-6] | 14<br>2 | |
| 8 | **Тема 8 - Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами**<br>Виховання інтересу до занять. Озброєння школярів знаннями, формування переконань. Вироблення уміння і навичок працювати самостійно. Залучення учнів до самостійних занять. Література: [1-6] | 2 | 2 |
| 9 | **Тема 9 - Професійна діяльність учителя фізичної культури.**<br>Учитель і учні як суб'єкти процесу фізичного виховання. Педагогічні функції, компетенції та техніка вчителя. Педагогічні функції вчителя. Педагогічні уміння, компетенції та компетентність вчителя. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя. Створення матеріальної бази та профілактика травматизму у школі. Підготовка фізкультурного активу. Роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів. Деякі особливості роботи вчителя сільської школи. Розвиток творчих здібностей школярів у процесі фізичного виховання Література: [1-6] | 6 | |
| 10 | **Тема 10 – Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки(ППФП)**. Розглядаються основні фактори, які визначають загальну спрямованість ППФП майбутніх фахівців. Особливості ППФП студентів ВНЗ Література: [1-6] | 2 | |

| | | |
|---|---|---|
| **Разом за 4/6 семестр** | 36 | 8 |

**Зміст самостійної роботи**
**денної (2 курс 3 семестр); заочної форми навчання (2 курс 4 семестр)**

| № | Зміст самостійної роботи | Кількість годин | |
|---|---|---|---|
| | | денна | заочна |
| 1 | Опрацювання лекційного матеріалу №1, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі першого поточного контролю [1-6]. | 6 | 20 |
| 2 | Опрацювання лекційного матеріалу №2, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі другого поточного контролю [1-6]. | 6 | 20 |
| 3 | Опрацювання лекційного матеріалу №3, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі третього поточного контролю [1-6]. | 12 | 10 |
| 4 | Опрацювання лекційного матеріалу №4, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі четвертого поточного контролю [1-6]. | 12 | 10 |
| 5 | Опрацювання лекційного матеріалу №5, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі пятого поточного контролю [1-6]. | 12 | 10 |
| 6 | Опрацювання лекційного матеріалу №6, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі першого поточного контролю [1-6]. | 6 | 10 |
| 7 | Опрацювання лекційного матеріалу №7, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі другого поточного контролю [1-6]. | 12 | 10 |
| 8 | Опрацювання лекційного матеріалу №8, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі третього поточного контролю [1-6]. | 12 | 10 |
| 9 | Опрацювання лекційного матеріалу №9, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі четвертого поточного контролю [1-6]. | 16 | 10 |
| 10 | Опрацювання лекційного матеріалу №10, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі пятого поточного контролю [1-6]. | 8 | 10 |
| 11 | Опрацювання лекційного матеріалу №11, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі шостого поточного контролю [1-6]. | 8 | 10 |
| | **Разом за семестр** | 112 | 130 |

Оцінка знань сутдентів денної форми за ваговим коефіцієнтом
(3 семестр)

| Поточний контроль | Вид підсумкового контролю |
|---|---|
| | Залік за рейтингом |

| ПК1 | ПК2 | ПК3 | ПК4 | ПК5 | ПК6 | ПК7 | ПК8 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 0,2 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | |

Для перевірки засвоєння знань студентів проводяться контролні роботи КР. Роботи оцінюються за 4 бальною шкалою.

**Питання до поточного контролю №1**

1. Охарактеризуйте предмет теорії фізичного виховання і її місце в системі наукових знань
2. Назвіть і охарактеризуйте джерела виникнення і розвитку теорії фізичного виховання
3. Охарактеризуйте вихідні поняття теорії фізичного виховання
4. Охарактеризуйте поняття фізична культура
5. Охарактеризуйте поняття фізичний розвиток
6. Охарактеризуйте поняття фізичне виховання
7. Охарактеризуйте поняття спорт.

**Питання до поточного контролю №2**

1. Охарактеризуйте основи української національної системи фізичного виховання
2. Дайте характеристику телеологічній основі національної системи фізичного виховання
3. Дайте характеристику науково-методичній основі національної системи фізичного виховання
4. Дайте характеристику програмно-нормативній основі національної системи фізичного виховання
5. Дайте характеристику організаційній основі національної системи фізичного виховання
6. Охарактеризуйте умови функціонування системи фізичного виховання
7. Охарактеризуйте мету системи фізичного виховання в Україні
8. Назвіть і охарактеризуйте основні завдання фізичного виховання
9. Охарактеризуйте освітні завдання
10. Охарактеризуйте оздоровчі завдання
12. Охарактеризуйте виховні завдання

**Питання до поточного контролю №3**

1. Охарактеризуйте фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання
2. Охарактеризуйте фактори, які визначають вплив фізичних вправ на організм учнів
3. Дайте характеристику змісту і формам фізичних вправ
4. Дайте характеристику техніці фізичних вправ
5. Охарактеризуйте загальні поняття про техніку рухових дій
6. Охарактеризуйте компоненти техніки фізичних вправ
7. Охарактеризуйте фази виконання фізичних вправ
8. Характеристики рухів
9. Просторові характеристики
10. Часові характеристики рухів
11. Просторово-часові характеристики
12. Динамічні характеристики
13. Ритмічні характеристики

**Питання до поточного контролю №4**

1. Охарактеризуйте принцип свідомості й активності учнів
2. Формування стійкого інтересу до мети і завдань занять
3. Самоаналіз дій учнів
4. Виховання в учнів творчого ставлення до занять
5. Охарактеризуйте принцип наочності
6. Охарактеризуйте принцип доступності й індивідуалізації
7. Охарактеризуйте принцип систематичності
8. Охарактеризуйте принцип міцності і прогресування

**Питання до поточного контролю №5**

1. Охарактеризуйте практичні методи фізичного виховання

2. Охарактеризуйте методи навчання рухових дій
3. Охарактеризуйте методи вдосконалення та закріплення рухових дій
4. Охарактеризуйте методи вдосконалення фізичних якостей
5. Охарактеризуйте методичні прийоми вправляння
6. Охарактеризуйте метод використання слова
7. Охарактеризуйте метод демонстрації
8. Охарактеризуйте засоби навчання
9. Охарактеризуйте загальні вимоги до підбору і використання методів

**Питання до поточного контролю №6**

1. Охарактеризуйте фізичні навантаження та відпочинок як фактори впливу на фізичний розвиток
2. Охарактеризуйте адаптацію – як основу вдосконалення фізичних якостей
3. Охарактеризуйте основні сенситивні періоди розвитку фізичних якостей

**Питання до поточного контролю №7**

1. Дайте загальну характеристику сили як фізичної якості людини
2. Охарактеризуйте фактори, що зумовлюють силові можливості людини
3. Охарактеризуйте засоби вдосконалення сили
4. Методика розвитку максимальної сили шляхом збільшення м'язової маси
5. Методика розвитку максимальної сили шляхом удосконалення міжм'язової координації
6. Методика розвитку максимальної сили шляхом удосконалення внутрішньом'язової координації
7. Методика розвитку максимальної сили шляхом використання ізометричних вправ та вправ із самоопором
8. Методика розвитку швидкої сили
9. Методика розвитку вибухової сили
10. Методика застосування вправ з обтяженням масою предметів, включаючи і предмети для метання
11. Методика застосування ізометричних вправ і вправ в самоопорі
12. Методика застосування стрибкових вправ для вдосконалення вибухової сили
13. Поради щодо профілактики травм в процесі силової підготовки
14. Охарактеризуйте вікову динаміку природного розвитку сили
15. Контроль силових можливостей та деякі особливості методики їх вдосконалення у школярів

**Питання до поточного контролю №8**

1. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини
2. Охарактеризуйте фактори, що зумовлюють прояв швидкості
3. Засоби вдосконалення швидкості
4. Методика вдосконалення швидкості
5. Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій
6. Методика вдосконалення швидкості циклічних рухів
7. Методика вдосконалення швидкості ациклічних рухових дій
8. "Швидкісний бар'єр", його профілактика та усунення
9. Вікова динаміка природного розвитку швидкості
10. Контроль розвитку прудкості та деякі особливості методики їх удосконалення у школярів
11. Охарактеризуйте загальну витривалість
12. Які фактори, що зумовлюють витривалість людини
13. Охарактеризуйте засоби виховання витривалості
14. Методика вдосконалення загальної витривалості
15. Методика розвитку швидкісної витривалості
16. Методика розвитку силової витривалості
17. При застосуванні вправ з обтяженням масою предметів, з еластичними предметами тощо
18. При локальному розвиткові силової витривалості окремих груп м'язів
19. Охарактеризуйте параметри навантажень при застосуванні ізометричних вправ
20. При розвитку силової витривалості ніг за допомогою стрибкових вправ
21. Особливості вдосконалення витривалості в спортивних іграх та поєдинках

22.Вікова динаміка природного розвитку витривалості та контроль за її розвитком
23.Загальна характеристика гнучкості
24.Охарактеризуйте фактори, від яких залежить прояв гнучкості
25.Дайте характеристику засобам вдосконалення гнучкості
26.Методика розвитку гнучкості
**27.**Вікова динаміка природного розвитку гнучкості та контроль за її розвитком
28.Загальна характеристика спритності
29.Охарактеризуйте фактори, що визначають спритність
30.Охарактеризуйте координаційні здібності
31.Здатність до оцінки і регулювання динамічних і просторово-часових параметрів рухів
32.Здатність до збереження рівноваги
33.Здатність відчувати ритм
34.Здатність до довільного розслаблення м'язів
35.Здатність до узгодженості рухів
36.Загальні основи методики вдосконалення спритності
**37.** Вікова динаміка розвитку та контроль спритності

**Завдання для контрольних робіт студентів заочної форми навчання питання (2 курс 4 сместр)**

Варіант 1

1.Які фактори зумовлюють гнучкість людини?
2. Охарактеризуйте спритність як фізичну якість.
3. Яка закономірність лежить в основі принципу свідомості й активності? Назвіть основні шляхи (напрямки) реалізації принципу свідомості й активності.

Варіант 2

1. Як гнучкість взаємодіє з іншими якостями?
2. В чому полягають завдання силової підготовки?
3. Визначте поняття "система фізичного виховання".

Варіант 3

1. Назвіть основні групи вправ для розвитку гнучкості і дайте їх коротку характеристику.
2. Охарактеризуйте швидкість як фізичну якість людини
3. Охарактеризуйте методи безперервної вправи.

Варіант 4

1. Охарактеризуйте групи засобів виховання сили
2. Дайте коротку характеристику етапів удосконалення гнучкості.
3. Назвіть і дайте характеристику джерелам виникнення і розвитку теорії фізичного виховання.

Варіант 5

1. Охарактеризуйте тривалість інтервалів відпочинку під час виконання вправ для розвитку витривалості.
2. Назвіть основні параметри навантажень з застосуванням активних вправ для розвитку гнучкості.
3. Охарактеризуйте "зміст" і "форму" фізичних вправ.

Варіант 6

1. Охарактеризуйте основні фактори прояву швидкості.
2. Які засоби застосовуються для розвитку спеціальної спритності?
3. Які загальні вимоги ставляться до підбору і використання методів?

Варіант 7

1. Під час якої частини уроку слід виконувати вправи для розвитку спритності і чому?
2. Назвіть основні складові компоненти методики вдосконалення гнучкості із застосуванням пасивних і комбінованих вправ.
3. Дайте характеристику фізичної культури.

Варіант 8

1. Дайте характеристику методу цілісного навчання вправ.
2. Охарактеризуйте можливу відмінність фізичних вправ від побутових та виробничих рухових
3. Дайте характеристику методу підвідних вправ.

Варіант 9

1. Як змінюються природні темпи розвитку швидкісних можливостей у людини в процесі її індивідуального розвитку?
2. Яке значення у навчанні фізичних вправ мають технічні засоби навчання?
3. Охарактеризуйте, що є предметом і об‘єктом вивчення теорії фізичного виховання.

Варіант 10

1. Яка закономірність лежить в основі принципу систематичності? Які основні напрямки його реалізації?
2. Як класифікуються основні види силових якостей?
3. Дайте характеристику методу демонстрації.

Варіант 11

1. Дайте характеристику таким поняттям: “рухова діяльність”, “фізична вправа”?
2. Характеризуйте використання методу слова у фізичному вихованні.
3. Дайте характеристику спорту.

Варіант 12

1. Дайте визначення “поняття сила як рухова якість людини” і назвіть та визначіть її різновиди.
2. Охарактеризуйте комбіновані методи тренування.
3. Охарактеризуйте просторові, просторово-часові, ритмічні характеристики техніки фізичних вправ

Варіант 13

1. Охарактеризуйте види витривалості.
2. Дайте характеристику програмно-нормативних основ системи фізичного виховання.
3. Охарактеризуйте методи інтервальної (повторної) вправи.

Варіант 14

1. Назвіть головні методичні напрями в розвитку спритності.
2. Дайте характеристику організаційних основ системи фізичного виховання.
3. Дайте характеристику ігрового методу.

Варіант 15

1. Назвіть найбільш вагомі і оптимальні методичні прийоми які сприяють високому прояву рухової координації.
2. Дайте характеристику завданням фізичного виховання.
3. Яка закономірність лежить в сонові принципу доступності й індивідуалізації?

Варіант 16

1. Назвіть види силових якостей.
2. Дайте визначення поняття “класифікація фізичних вправ”. Які існують класифікації ?
3. Дайте характеристику науково-методичних основ фізичного виховання.

Варіант 17

1. Назвіть засоби вдосконалення сили.
2. Охарактеризуйте просторові, просторово-часові, ритмічні характеристики техніки фізичних вправ.
3. Дайте характеристику змагального методу.

Варіант 18

1. Охарактеризуйте методи які застосовуються для розвитку сили.
2. Охарактеризуйте взаємодію гнучкості з іншими якостями
3. Дайте характеристику таким поняттям: “рух”, “рухова дія”.

Варіант 19

1. Якими методичними положеннями слід керуватись при вдосконаленні швидкості простих реакцій?
2. Дайте характеристику ігрового методу.
3. Дайте характеристику методу навчання вправ по частинах.

Варіант 20

1. Якими методичними положеннями слід керуватись при вдосконаленні швидкості рухової реакції вибору?
2. Охарактеризуйте методики визначення рівня розвитку загальної витривалості.

3. Якими специфічними функціями характеризуються фізичні вправи?

Варіант 21

1. Охарактеризуйте принцип взаємозв‘язку між собою різних фізичних якостей.
2. Дайте характеристику програмно-нормативних основ системи фізичного виховання.
3. Які загальні вимоги ставляться до підбору і використання методів?

Варіант 22

1. Охарактеризуйте методики визначення рівня силових якостей людини.
2. Назвіть і дайте характеристику джерелам виникнення і розвитку теорії фізичного виховання.
3. Якими специфічними функціями характеризуються фізичні вправи?

Варіант 23

1. Яка закономірність лежить в основі принципу систематичності? Які основні напрямки його реалізації?
2. Охарактеризуйте методики визначення рівня розвитку швидкісно-силових якостей.
3. Охарактеризуйте методики удосконалення силової витривалості (на прикладі обраного виду спорту).

Варіант 24

1. Дайте характеристику змагального методу.
2. Охарактеризуйте взаємозв‘язки між рівнем розвитку фізичних якостей і компонентами технічної підготовки (на прикладі обраного виду спорту).
3. Охарактеризуйте поняття: «фізична підготовка», «фізична підготовленість», «фізична якість».

Варіант 25

1. Охарактеризуйте “зміст” і “форму” фізичних вправ.
2. Охарактеризуйте поняття позитивний і негативний «перенос фізичних якостей».
3. Охарактеризуйте сенситивні періоди розвитку швидкісних і силових якостей людини.

**Питання до поточного контролю №1**

1. Охарактеризуйте закономірності та фактори розвитку дитини.
2. Які існують підходи до вікової періодизації дітей?
3. Охарактеризуйте вікові особливості розвитку дітей дошкільного віку та дітей молодшого шкільного вку.
4. Охарактеризуйте значення фізичного виховання у процесі розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.
5. Яка спрямованість завдянь фізичного виховання дітей у дошкільний період?
6. Яка спрямованість завдянь фізичного виховання дітей у початковій школі?

**Питання до поточного контролю №2**

1. Охарактеризуйте значення планування процесу фізичного виховання.
2. Охарактеризуйте програму навчання як документ планування
3. Охарактеризуйте навчальний план як документ планування
4. Охарактеризуйте робочий план як документ планування
5. Охарактеризуйте план-конспект уроку як документ планування

**Питання до поточного контролю №3**

1. Назвіть організації, діяльність яких спрямована на фізичне виховання дітей.
2. Охарактеризуйте працездатність як основа діяльності, види працездатності.
3. Охарактеризуйте організаційні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку.
4. Охарактеризуйте організаційні форми фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.
5. Яке значення організаційних форм фізичного виховання школярів та їх класифікації.
6. Охарактеризуйте урочні форми занять учнів середнього і старшого шкільного віку.
7. Охарактеризуйте малі позаурочні форми занять учнів середнього і старшого шкільного віку.
8. Дайте характеристику крупних позаурочних форм занять учнів середнього і старшого шкільного віку.

**Питання до поточного контролю №4**

1. Значення та види контролю навчального процесу з ФВ.
2. Оцінка теоретико-методичної підготовленості учнів.
3. Оцінка фізичної підготовленості учнів.
4. Методика педагогічних спостережень на уроках фізичної культури.
5. Особливості проведення самоконтролю учнями середнього та старшого шкільного віку.

**Питання до поточного контролю №5**

1. Стан здоров'я школярів у сучасних умовах. Фактори, що на нього впливають.
2. Розподіл школярів на медичні групи для занять фізичними вправами.
3. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.
4. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичного виховання з учнями спеціальної медичної групи.
5. Особливості методики проведення занять фізичного виховання з учнями, які мають різні захворювання.

**Питання до поточного контролю №6**

1. Охарактеризуйте вікову періодизацію дорослого населення.
2. Охарактеризуйте мету та завдання фізичного виховання дорослих.
3. Охарактеризуйте основні напрямки фізичного виховання дорослого населення.
4. Охарактеризуйте технологію розробки планів фізичного виховання дорослого населення.
5. Охарактеризуйте види контролю у фізичному вихованні дорослого населення.
6. Охарактеризуйте засоби та методи контролю у ФВ дорослого населення.
7. Охарактеризуйте градацію рівнів фізичного стану людини.

**Питання до поточного контролю №7**

1. Характерні риси уроку фізичної культури
2. Характеристика змісту уроку
3. Характеристика структури уроку
4. Характеристика освітніх завдань уроку
5. Характеристика оздоровчих завдань уроку
6. Характеристика виховних завдань уроку
7. Донесення завдань уроку до свідомості учнів
8. Організація діяльності учнів на уроці
9. Підготовка до проведення уроку
10. Специфіка проведення уроку
11. Дозування навантаження
12. Поняття “фізичне навантаження” та прийоми його регулювання
13. Щільність уроку як умова досягнення необхідного навантаження
14. Різновиди шкільних уроків фізичної культури
15. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури

**Питання до поточного контролю №8**

1. Виховання інтересу до занять
2. Озброєння школярів знаннями, формування переконань
3. Вироблення уміння і навичок працювати самостійно
4. Залучення учнів до самостійних занять

**Питання до поточного контролю №9**

1. Учитель і учні як суб’єкти процесу фізичного виховання
2. Педагогічні функції вчителя
3. Педагогічні уміння, компетенції та компетентність вчителя
4. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя.
5. Підготовка фізкультурного активу

6. Створення матеріальної бази та боротьба проти травматизму в школі
7. Роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів
8. Деякі особливості роботи вчителя сільської школи

**Питання до поточного контролю №10**

1. Особливості і місце ППФП у фізичному вихованні
2. Основні завдання, які вирішуються в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.
3. Засоби ППФП
4. Методика ППФП
5. Класифікації професій.

**Питання для самопідготовки студентів заочної форми**
**(2 курс 6 семестр)**

Варіант№ 1

1. Учитель і учні як суб'єкти процесу фізичного виховання
2. Дайте характеристику документів планування учбового процесу, які складає вчитель.
3. Вікові особливості розвитку дітей дошкільного віку

Варіант№2

1. Охарактеризуйте специфіку формування вмінь, навичок у дітей молодшого шкільного віку.
2. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя
3. Охарактеризуйте загальні методичні рекомендації до проведення занять з фізичного виховання з учнями спеціальної медичної групи.

Варіант№3

1. Які існують підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи?
2. Спрямованість завдань фізичного виховання дітей у дошкільний період.
3. Значення планування процесу фізичного виховання.

Варіант№4

1. Вікові особливості дітей молодшого шкільного віку.
2. Охарактеризуйте види контролю з точки зору ТМФВ
3. Охарактеризуйте сучасний стан та проблеми рівня здоров'я населення економічно розвинутих країн (за вибором 2-3 країни).

Варіант№5

1. Охарактеризуйте групи здоров′я школярів
2. Спрямованість завдань фізичного виховання дітей у початковій школі.
3. Значення контролю в процесі фізичного виховання.

Варіант№6

1. Охарактеризуйте методологію оцінки теоретико-методичної підготовленості учнів
2. Охарактеризуйте критерії за якими проводиться оцінка здоров′я школярів
3. Значення фізичного виховання у процесі розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Варіант№7

1. Охарактеризуйте особливості навчання дітей руховим діям.
2. Охарактеризуйте методологію оцінки фізичної підготовленості учнів
3. Охарактеризуйте фактори, що впливають на стан здоров'я школярів у сучасних умовах

Варіант№8

1. Охарактеризуйте крупні позаурочні форми занять учнів середнього і старшого шкільного віку.
2. Охарактеризуйте методологію педагогічного спостереження за учнями на уроках фізичної культури.
3. Охарактеризуйте специфіку формування вмінь, навичок у дітей дошкільного віку.

Варіант№9

1. Значення вправ ігрового характеру для вирішення завдань фізичного виховання у дітей молодшого шкільного віку.
2. Охарактеризуйте малі позаурочні форми занять учнів середнього і старшого шкільного віку

3. Охарактеризуйте засоби та методи у процесі навчання руховим діям дітей молодшого шкільного віку.

Варіант№10

1. Охарактеризуйте засоби та методи у процесі навчання руховим діям дітей дошкільного віку.
2. Охарактеризуйте урочні форми занять учнів середнього і старшого шкільного віку.
3. Охарактеризуйте засоби ППФП

Варіант№11

1. Назвіть передумови розвитку для дітей молодшого шкільного віку.
2. Охарактеризуйте методологію педагогічного спостереження за вчителем на уроках фізичної культури.
3. Розвиток творчих здібностей школярів у процесі фізичного виховання

Варіант№12

1. особливості роботи вчителя сільської школи
2. Вікові особливості розвитку дітей дошкільного віку
3. Охарактеризуйте працездатність як основу діяльності, види працездатності.

Варіант№13

1. Охарактеризуйте особливості методики розвитку рухових якостей дітей молодшого шкільного віку.
2. Спрямованість завдань фізичного виховання дітей у початковій школі.
3. Організації, діяльність яких спрямована на фізичне виховання дітей.

Варіант№14

1. Охарактеризуйте методологію самоконтролю.
2. Охарактеризуйте особливості методики розвитку рухових якостей дітей дошкільного віку.
3. Педагогічні уміння, компетенції та компетентність вчителя

Варіант№15

1. Дайте характеристику класифікацій професій
2. Охарактеризуйте методологію донесення завдань уроку до свідомості учнів.
3. Вироблення уміння і навичок працювати самостійно

Варіант№16

1. Значення фізичного виховання у процесі розвитку дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.
2. Охарактеризуйте виховні завдання уроку
3. Охарактеризуйте урочні форми занять учнів середнього і старшого шкільного віку.

Варіант№17

1. Педагогічні функції, компетенції та техніка вчителя
2. Значення планування процесу фізичного виховання.
3. Залучення учнів до самостійних занять

Варіант№18

1. Роль педагогічного колективу у розв’язанні завдань фізичного виховання учнів
2. Охарактеризуйте методологію оцінки фізичної підготовленості учнів
3. Охарактеризуйте оздоровчі завдання уроку

Варіант№ 19

1. Охарактеризуйте методологію розподілу школярів на медичні групи для занять фізичними вправами.
2. Охарактеризуйте методологію самоконтролю.
3. Охарактеризуйте засоби та методи у процесі навчання руховим діям дітей дошкільного віку.

Варіант№20

1. Охарактеризуйте освітні завдання уроку
2. Вікові особливості дітей молодшого шкільного віку.
3. Охарактеризуйте структуру і зміст занять ППФП.

Варіант№21

1. Охарактеризуйте види контролю з точки зору ТМФВ
2. Спрямованість завдань фізичного виховання дітей у початковій школі.
3. Фізичне виховання школярів у природних умовах

Варіант№22

1. Які види підготовки є складовими ППФП, чому?
2. Просвітницька діяльність у системі фізичного виховання школярів
3. Охарактеризуйте особливості методики проведення занять фізичного виховання з учнями, які мають різні захворювання.

Варіант№23

1. Охарактеризуйте градацію рівнів фізичного стану людини.
2. Охарактеризуйте структуру уроку
3. Охарактеризуйте поняття “фізичне навантаження” та прийоми його регулювання

Варіант№24

1. Значення контролю в процесі фізичного виховання.
2. Охарактеризуйте організаційні форми фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.
3. Технологія розробки планів фізичного виховання дорослого населення.

Варіант№25

1. Охарактеризуйте засоби та методи контролю у ФВ дорослого населення.
2. Специфіка розподілу школярів на медичні групи для занять фізичними вправами.
3. Методика педагогічних спостережень на уроках фізичної культури.

Варіант№26

1. Спрямованість завдянь фізичного виховання дітей у дошкільний період.
2. Охарактеризуйте види контролю навчального процесу з фізичного виховання
3. Охарактеризуйте сучасний стан та проблеми рівня здоров’я населення нашої країни

Варіант№27

1. Створення матеріальної бази та профілактика травматизму у школі
2. Охарактеризуйте зміст уроку
3. Охарактеризуйте сучасний стан та проблеми рівня розвитку фізичного виховання у нашій країні

Варіант№28

1. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури
2. Охарактеризуйте специфіку підготовки фізкультурного активу
3. Специфіка оцінювання теоретико-методичної підготовленості учнів у школі.

Варіант№29

1. Основи фізкультурних знань дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.
2. Чим визначаються конкретні завдання професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП)?
3. Охарактеризуйте фактори, що впливають на стан здоров'я школярів.

Варіант№30

1. Охарактеризуйте основні риси уроку
2. Охарактеризуйте сучасний стан та проблеми рівня здоров’я населення найближчих сусідніх країн (за вибором)
3. Які основні загальні завдання вирішує ППФП?

**Оцінка виконання студентами курсової роботи за ваговим коефіцієнтом (денної 2 курс 4 семестр і заочної форми навчання 3 курс 6 семестр)**

| Критерії оцінки | | | | Вид підсумкового контролю |
|---|---|---|---|---|
| Оформлення роботи за вимогами | Представлення доповіді | Інформаційне представлення | Відповіді на питання комісії | Курсова робота |
| 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | |
| 1 | | | | |

Кожний критерій оцінюється за 4 бальною шкалою.

**Рекомендовані теми курсових робіт для студентів 2 курсу денної форми навчання та 3 курсу заочної форми навчання з теорії і методики фізичного виховання.**

1. Взаємозв'язок фізичних якостей людини із виконанням технічних дій фізичних вправ
2. Характеристика явища позитивного і негативного переносу фізичних якостей у процесі їх розвитку
3. Особливості використання ігрового і змагального методів у фізичному вихованні
4. Структура і зміст навчання руховим діям
5. Особливості використання індивідуальних форм фізичного виховання з учнями
6. Особливості використання позакласних форм фізичного виховання
7. Природні і гігієнічні фактори як засіб фізичного виховання і методика їх застосування
8. Особливості проведення занять з фізичного виховання із дітьми, які віднесені до спеціальних медичних груп
9. Особливості ППФП школярів старших класів
10. Способи взаємної діяльності учня і вчителя спрямовані на вирішення навчально-виховних завдань
11. Особливості оцінювання у сфері фізичної культури і спорту
12. Характеристика кількісної оцінки якісних показників у фізичному вихованні і спорті
13. Оптимізація фізичного виховання молодших школярів засобами баскетболу
14. Характеристика форм занять фізичними вправами
15. Особливості розвитку фізичних якостей у школярів молодших класів із застосуванням рухливих ігор
16. Теорія мотивації діяльності як наукова засада фізичного виховання
17. Тренувальне навантаження, як ключовий елемент теорії і методики фізичного виховання
18. Моделювання у фізичному вихованні та спортивному тренуванні. Види моделей та методика їх складання
19. Колове тренування як метод розвитку максимальної сили
20. Застосування нетрадиційних методик розвитку фізичних якостей та функціональних можливостей у процесі збереження та зміцнення здоров'я школярів
21. Рухова активність як основа нормальної життєдіяльності організму
22. Урок фізичної культури – як основа розвитку фізичних якостей та функціональних можливостей
23. Комплексність та послідовність у вихованні фізичних якостей в процесі фізичної підготовки юних спортсменів
24. Особливості загальної величини тренувального навантаження для дітей та підлітків
25. Темпи приросту фізичних якостей дітей, підлітків та юнаків
26. Основні методи організації дітей на уроках гімнастики
27. Використання тестів у фізичній культурі
28. Метод індексів в оцінці фізичного розвитку
29. Особливості контролю за технікою виконання вправ

**Таблиця – Перехід від вітчизняної шкали оцінювання до європейської (ECTS)**

| Оцінка ECTS | Бали | Вітчизняна оцінка | |
|---|---|---|---|
| A | 4,75–5,00 | 5 | ***Відмінно*** – глибоке і повне опанування навчального матеріалу і виявлення відповідних умінь та навичок |
| B | 4,25–4,74 | 4 | ***Добре*** – повне знання навчального матеріалу з кількома незначними помилками |
| C | 3,51–4,24 | 4 | ***Добре*** – в загальному правильна відповідь з двома-трьома суттєвими помилками |
| D | 3,01–3,50 | 3 | ***Задовільно*** – неповне опанування програмного матеріалу, але достатнє для практичної діяльності за професією |
| E | 3,00 | 3 | ***Задовільно*** – неповне опанування програмного матеріалу, що задовольняє |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | мінімальні критерії оцінювання |
| FX | 2,00–2,99 | 2 | ***Незадовільно*** – безсистемність одержаних знань і неможливість продовжити навчання без додаткових знань з дисципліни |
| F | 0,00–1,99 | 2 | ***Незадовільно*** – необхідна серйозна подальша робота і повторне вивчення дисципліни |

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2003. – 272с.
2. Платонов В.Н., Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте:Учебник.– К.:Олимпийская литература, 1997.– 583с
3. Коробейников Н.К., Физическое воспитание:Учебное пособие/ Н.К.Коробейников, А.А.Михеев, И.Г.Николенко.– М.:Высшая школа, 1989.– 384с
4. Сергієнко Л.П., Тестування рухових здібностей школярів:Навчальний посібник.– К.:Олімпійська література, 2001.– 440с.
5. Теория и методика физического воспитания. В 2 т.:Учебник.Т.2:Методика физического воспитания различных групп населения/Под ред. Круцевич Т.Ю.– К.:Олимпийская литература, 2003.– 392с
6. Конспект лекції

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

1. Кравцов М.І. методика формування професійно-важливих рухових якостей і навичок. Методичні вказівки. – Хмельницький: ХНУ, 2006. – 28с.
2. Раевкий Р.Т. Профессионально-прикладаная физическая подготовка студентов технических вузов: Учеб.пособие. – М.: Высш.шк., 1985. – 136с.
3. Физическое воспитание: Учебник/Под.ред. В.А.Головина, В.А. Маслякова, А.В.Коробкова и др. – М.: Высш.школа, 1983, - 391с.
4. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников: Учеб. Пособие для студентов пед. спец. высш. учеб. заведений. – М.: Просвещение, 1989. – 222с.