


КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту
Кафедра фізичного виховання і педагогіки спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи
 О.Б. Жильцов
“ 25 ” 09 2018 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Теорія і методика фізичного виховання

Для студентів

Спеціальності: 017 - Фізична культура і спорт
Освітнього рівня: перший бакалаврський
Освітньої програми: 017.00.01 «Фізичне виховання»

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА Ідентифікаційний код 02136554 Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма №	0554/18
 (підпис)	 (прізвище, ініціали)
« »	20 18 р.

Київ - 2018

Розробники:

Ясько Л.В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту;
Сушко Р.О., доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту.

Викладачі:

Ясько Л.В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту;
Сушко Р.О., доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту.

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту

Протокол від 30.08.2018 р. № 1
Завідувач кафедри _____ (Л.В.Ясько)
(підпис)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми «Фізичне виховання»
30.08.2018 р.

Гарант освітньої (професійної/наукової) програми _____ (Л.В.Ясько)
(керівник проектної групи) _____ (підпис)

Робочу програму перевірено
_____._____.2018 р.

Заступник директора/декана _____ (О.С. Комоцька)
(підпис)

Пролонговано :

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__» __ 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__» __ 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__» __ 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__» __ 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__» __ 20__ р., протокол № _____
(підпис) (ПІБ)

1. Опис навчальної дисципліни

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	Денна	Заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	4/120	
Курс	III	III
Семестр	5,6	5,6
Кількість модулів	4	
Обсяг кредитів	4	4
Обсяг годин, в тому числі:	120	120
Аудиторні	42	16
Модульний контроль	6	-
Семестровий контроль	30	30
Самостійна робота	42	74
Форма семестрового контролю	6 сем. – іспит	6 сем. – іспит

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни – надати студентам поглибленні знання теорії і методики фізичного виховання та на їх підґрунті підготувати компетентних конкурентоспроможних фахівців у галузі фізичного виховання із широким доступом до працевлаштування.

Завдання дисципліни:

1. Опанувати здатність використовувати різні методи та прийоми навчання та виховання особистості, використовуючи закономірності розвитку і прояву психічних та фізичних особливостей людини у фізкультурно-оздоровчій діяльності, сприяти вихованню позитивних соціально- та особистісно значущих якостей, таких, як: ініціативність, відповідальність, організованість, дисциплінованість, працелюбність, наполегливість, комунікативність, толерантність, здатність до роботи у колективі.

2. Навчитись застосовувати систему знань з теорії і методики фізичного виховання, демонструвати розуміння та вміння використовувати в практичній діяльності знання анатоμο-морфологічних, фізіологічних, біохімічних, психологічних особливостей формування адаптації організму людини до фізичних навантажень різної спрямованості; впливу фізкультурно-спортивної діяльності на стан учнів (з урахуванням їх статі, віку, рівня фізичного стану та інших особливостей), сприяючи їх фізичному розвитку та зміцненню здоров'я.

3. Оволодіти знаннями щодо принципів, засобів та методів фізичного виховання, основ навчання рухових дій та методики розвитку рухових якостей.

4. Набути навички організації діяльності та забезпечення ефективного управління у сфері фізичної культури і спорту, ефективно використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

5. Розкрити значущість науково-дослідної діяльності у сфері фізичного виховання, оволодіти сучасними методами наукового дослідження, які застосовуються у сфері фізичного виховання.

6. Засвоїти вимоги щодо санітарно-гігієнічних норм, правил техніки безпеки проведення занять, забезпечення профілактики травматизму, дотримання законодавчих норм та правил при організації занять та безпосередньо на заняттях, враховуючи специфіку сфери фізичної культури і спорту.

3. Результати навчання за дисципліною

1. Випускник демонструє здатність здійснювати загальноосвітній процес, проводити навчальні заняття з учнями освітніх організацій та оцінювати їх ефективність; організовувати та здійснювати позаурочну фізкультурно-спортивну роботу.

2. Випускник здатен до самостійної пізнавальної та аналітичної діяльності, самоорганізації та саморозвитку. Здатен вносити рекомендації щодо введення нових чи зміни існуючих вимог до якості послуг у сфері фізичної культури і спорту.

3. Випускник демонструє здатність на основі володіння елементарними навичками аналізу освітньо-виховних ситуацій, визначити педагогічні завдання та обрати оптимальну для даної ситуації модель професійної поведінки.

4. Випускник демонструє усвідомлене використання засобів фізичної культури як чинника відновлення працездатності, забезпечення активного довголіття, формування здоров'яформуючої та здоров'язберігаючої поведінки.

5. Випускник може продемонструвати знання та вміння застосовувати сучасні методи визначення та оцінки рівня рухової активності, стану здоров'я, фізичного стану та фізичної підготовленості осіб (учнів) різного віку та статі.

6. Випускник демонструє здатність застосувати знання про принципи програмування занять з фізичної культури та вміння програмувати їх для осіб різного віку, статі та рівня фізичного стану.

7. Випускник демонструє здатність формувати у дітей та молоді мотивацію до занять різними видами фізичної рухової активності та спорту; здатен сприяти вихованню у учнів позитивних соціально- та особистісно значущих якостей, таких, як: ініціативність, відповідальність, організованість, дисциплінованість,

працелюбність, наполегливість, комунікативність, толерантність, здатність до роботи у колективі.

8. Випускник демонструє вміння оцінювати фізичні якості та функціональний стан осіб, що тренуються, адекватно підбирати засоби та методи рухової активності.

9. Випускник може продемонструвати базові знання та розуміння основних положень теорії вимірів та особливостей метрологічного контролю у сфері фізичного виховання, спорту та здоров'я людини; демонструє вміння проведення елементарних наукових досліджень з встановлення ефективності різних сторін діяльності у сфері фізичної культури та спорту з використанням апробованих методик та використовувати результати дослідження у практичній діяльності.

10. Випускник демонструє на основі володіння технологіями розробки навчальної та методичної документації здатність розробляти навчальні плани та програми конкретних занять, спортивно-масових заходів, положень змагань та використовувати їх для формування змісту навчання.

11. Випускник вміє адаптувати та застосовувати теоретичні знання у різних специфічних ситуаціях, що виникають під час освітнього процесу та професійної діяльності.

4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1							
Рухова активність і здоров'я дітей та підлітків							
Тема 1. Характеристика рухової активності і здоров'я у дітей та підлітків	2	2					
Тема 2. Проблеми мотивації дітей і підлітків до рухової активності в шкільному віці	8		2				6
Тема 3. Біологічна потреба організму у руховій активності	2		2				

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Тема 4. Норми рухової активності дітей та підлітків	2		2				
Тема 5. Методи дослідження рухової активності дітей і підлітків	8		2				6
Модульний контроль	2						
Разом	24	2	8				12
Змістовий модуль 2							
Фізичне виховання дітей дошкільного віку							
Тема 6. Соціально-педагогічне значення та основи фізичного виховання дітей дошкільного віку	12	4					8
Тема 7. Особливості періоду новонародженості	2		2				
Тема 8. Показники фізичного розвитку та особливості дітей грудного віку	2		2				
Тема 9. Показники фізичного розвитку та особливості дітей переддошкільного та дошкільного віку (раннє та перше дитинство)	2		2				
Тема 10. Зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми переддошкільного та дошкільного віку	2		2				
Тема 11. Інноваційні підходи щодо організації занять фізичними вправами у дошкільних закладах	2		2				
Тема 12. Лікарсько-педагогічний контроль на заняттях з дошкільниками	10		2				8
Тема 13. Особливості методики занять фізичними вправами дітей дошкільного віку	2		2				
Модульний контроль	2						
Разом	36	4	14				16
Змістовий модуль 3							
Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку							
Тема 14. Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку. Зміст та особливості викладання предмета фізична	2	2					

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					Самостійна
		Аудиторна:					
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
культура у школі							
Тема 15. Основи методики фізичного виховання з урахуванням типових вікових особливостей розвитку організму школярів	6		2				4
Тема 16. Продуктивні (сенситивні) періоди виховання рухових здібностей у шкільному віці	6		2				4
Модульний контроль	2						
Разом	16	2	4				8
Змістовий модуль 4 Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи							
Тема 17. Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям	2	2					
Тема 18. Особливості засобів фізичного виховання та методики занять зі спеціальними медичними групами	5		2				3
Тема 19. Особливості методики фізичного виховання при різних захворюваннях та функціональних порушеннях	2	2					
Тема 20. Профілактика порушень постави та плоскостопості, методи їх виправлення в умовах школи	5		2				3
Модульний контроль							
Разом	14	4	4				6
Семестровий контроль	30						
Усього	120	12	30				42

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. РУХОВА АКТИВНІСТЬ І ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Лекція 1. Характеристика рухової активності і здоров'я у дітей та підлітків
 Основні питання / ключові слова: Рухова активність дітей та підлітків (поняття, види). Соціальні та особистісні потреби школярів у руховій активності.

Національна стратегія рухової активності. Необхідність рухової активності в шкільному віці.

Семінарське заняття 1. Проблеми мотивації дітей і підлітків до рухової активності.

Основні питання / ключові слова: Фактори, що впливають на рухову активність дітей та підлітків. Структура і шкала мотивації школярів (результати українських і іноземних досліджень). Формування мотивації до рухової активності.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Соколюк О.В., Дуда О.В. Мотивація студентів вищих навчальних закладів до занять фізичною культурою в умовах інформаційного суспільства. Наук. записки Терноп. нац. пед. ун-ту. – Сер. : Педагогіка, 2012. – С. 164-168.
4. Харлампов Г.А., Небесна В.В. Здоровий спосіб життя і рухова активність студентів [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Донецьк : Дон НУЕТ, 2012. – 144 с.

Семінарське 2. Біологічна потреба організму у руховій активності.

Основні питання / ключові слова: Роль рухової активності в житті людини. Кінезифілія як необхідність життєдіяльності людини. Фізична активність і її тісний зв'язок із здоров'ям людини. Вплив оздоровчої фізичної культури на організм.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Івчатова Т.В., Карпова І.Б., Дудко М.В. Здоровий спосіб життя та рухова активність студентів [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Київ: КНЕУ, 2013. – 109 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
4. Ровний А.С., Ровний В.А., Ровна О.О. Фізіологія рухової активності: підруч. [для студентів ВНЗ фіз. вих. і сп.] Харків, 2014. – 343 с.

Семінарське заняття 3. Норми рухової активності дітей та підлітків.

Основні питання / ключові слова: Зміст тижневої організованої рухової активності для дітей (закордонний досвід). Віковий розподіл фізичної активності. Рекомендації Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ). Критерії оптимальної норми рухової активності.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.

2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Ровний А.С., Ровний В.А., Ровна О.О. Фізіологія рухової активності: підруч. [для студентів ВНЗ фіз. вих. і сп.] Харків, 2014. – 343 с.

Семінарське заняття 4. Методи дослідження рухової активності дітей і підлітків.

Основні питання / ключові слова: Методи дослідження рухової активності. Показники добових локомоцій. Тривалість рухового компонента. Показники енерговитрат.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Кібальник О. Оздоровчі технології для підвищення рухової активності підлітків. Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – С. 63–66.
4. Трачук С.В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання [автореф. дис...]. Київ; 2011. – 24 с.
5. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Змістовий модуль 2. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Лекція 2-3. Соціально-педагогічне значення та основи фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Основні питання / ключові слова: Соціально-педагогічне значення фізичного виховання. Характеристика фізичного виховання дітей дошкільного віку (термінологія, визначення, поняття). Єдина державна «Програма виховання у дитячому садку».

Семінарське заняття 5. Особливості періоду новонародженості.

Основні питання / ключові слова: Фактори впливу на стан здоров'я новонародженого. Показники фізичного розвитку новонароджених. Рефлекси, автоматизми.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Семінарське заняття 6. Показники фізичного розвитку та особливості дітей грудного віку.

Основні питання / ключові слова: Показники нормального фізичного розвитку. Антропометричні виміри. Психомоторний розвиток. Особливості діяльності фізіологічних функцій.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Семінарське заняття 7. Показники фізичного розвитку та особливості дітей переддошкільного та дошкільного віку (раннє та перше дитинство)

Основні питання / ключові слова: Раннє дитинство (переддошкільний вік). Перше дитинство (дошкільний вік). Особливості вікових періодів. Показники фізичного розвитку дітей.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Семінарське заняття 8. Зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми переддошкільного та дошкільного віку.

Основні питання / ключові слова: Завдання фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми переддошкільного віку. Основні форми фізичного виховання від народження до трьох років. Режим. Загартовування. Масаж. Гімнастика. Плавання. Основні форми фізичного виховання від трьох до шести років. Організація фізкультурних занять у дошкільних установах, фізкультурно-оздоровчі заходи у режимі дня.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Козіна Ж.Л., Козін В.Ю. Методика гімнастики у віршах «Маленькі чарівники» для дітей 1-3 років. Теорія та практика фізичного виховання. – 2001. – С. 35-44.

3. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
4. Пангелова Н., Горбенко М. Методично-організаційні і оздоровчо-виховні основи фізичного виховання в дошкільних закладах малого міста [метод. реком.]. Переяслав-Хмельницький, 2001. – 72 с.
5. Худолій ОМ. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Семінарське заняття 9. Інноваційні підходи щодо організації занять фізичними вправами у дошкільних закладах.

Основні питання / ключові слова: Модернізація системи освіти. Програми з дитячого фітнесу. Особливості проведення ранкової гімнастики, прогулянок, спортивних розваг, фізкультурних хвилинок, фізкультурних свят, рухливих ігор.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Москаленко Н.В., Власюк О.О., Степанова І.В. та ін. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Дніпропетровськ: Інновація, 2014. – 332 с.
4. Пангелова Н., Горбенко М. Методично-організаційні і оздоровчо-виховні основи фізичного виховання в дошкільних закладах малого міста [метод. реком.]. Переяслав-Хмельницький, 2001. – 72 с.
5. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Семінарське заняття 11. Лікарсько-педагогічний контроль на заняттях з дошкільниками.

Основні питання / ключові слова: Завдання лікарсько-педагогічного контролю. Способи оцінки стану фізичного стану дошкільників. Тестування фізичних якостей дошкільників. Індивідуальні та середньовікові показники фізичного розвитку та функціональної зрілості. Поглиблений спосіб оцінки фізичного стану дошкільників.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Галаманжук Л.Л. Концепція розвитку превентивної рухової активності дітей дошкільного віку у процесі занять фізичною культурою. Записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка. – 2015. – С. 36-43.

3. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
4. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС; 2007. 406 с.

Семінарське заняття 11. Особливості методики занять фізичними вправами дітей дошкільного віку.

Основні питання / ключові слова: Зміст фізкультурно-оздоровчих занять. Методичні особливості використання засобів розвитку швидкості, гнучкості, сили, витривалості. Ігрові прийоми

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Пангелова Н., Горбенко М. Методично-організаційні і оздоровчо-виховні основи фізичного виховання в дошкільних закладах малого міста [метод. реком.]. Переяслав-Хмельницький, 2001. – 72 с.

Змістовий модуль 3. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У СИСТЕМІ ЗАГАЛЬНОЇ ОСВІТИ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Лекція 4. Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку. Зміст та особливості викладання предмета фізична культура у школі.

Основні питання / ключові слова: Роль шкільної фізичної освіти у розвитку особистості. Завдання фізичного виховання в школі. Програма з фізичної культури.

Семінарське заняття 12. Основи методики фізичного виховання з урахуванням типових вікових особливостей розвитку організму школярів.

Основні питання / ключові слова: Анатомо-фізіологічні особливості учнів 1-4 класів. Особливості розвитку організму учнів 5-9 класів. Особливості розвитку організму учнів 10-11 класів. Методика фізичного виховання школярів різних вікових періодів. Щільність уроку.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Семінарське заняття 13. Продуктивні (сенситивні) періоди виховання рухових здібностей у шкільному віці.

Основні питання / ключові слова: Сенситивні періоди. Особливості методики розвитку силових та швидкісних здібностей, витривалості, гнучкості, координації у шкільному віці.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Змістовий модуль 4. ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ. СПЕЦІАЛЬНІ МЕДИЧНІ ГРУПИ.

Лекція 5. Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям.

Основні питання / ключові слова: Рівні здоров'я. Лікарсько-педагогічний контроль. Диференціація школярів: основна, підготовча, спеціальна група. Спеціальна медична група А, спеціальна медична група Б. Завдання та принципи фізичного виховання ослаблених дітей.

Семінарське заняття 14. Особливості засобів фізичного виховання та методики занять зі спеціальними медичними групами.

Основні питання / ключові слова: Оздоровча дія фізичних вправ на організм дитини: загальна, спеціальна, стимулююча, трофічна, компенсаторна, нормалізація порушених функцій, загартовування. Загальнооздоровчі вправи. Спеціально-оздоровчі (лікувальні вправи). Загальнорозвивальні (загальностимулюючі) вправи. Спеціально-розвивальні вправи.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

Лекція 6. Особливості методики фізичного виховання при різних захворюваннях та функціональних порушеннях.

Основні питання / ключові слова: Періоди занять у спеціальних медичних групах: підготовчий, основний. Дозування фізичного навантаження. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях систем організму: дихальної, серцево-судинної, нервової, травлення.

Семінарське заняття 15. Профілактика порушень постави та плоскостопості, методи їх виправлення в умовах школи.

Основні питання / ключові слова: Постава. Види порушень постави. Вправи для профілактики і виправлення порушень постави. Плоскостопість. Вправи для лікування і профілактики плоскостопості.

Рекомендована література:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4	
		Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	1	1	2	2	1	1	2	2
Відвідування семінарських	1	4	4	7	7	2	2	2	2
Робота на семінарському занятті	10	2	20	3	30	2	20	2	20
Виконання завдань для самостійної роботи	5	2	10	2	10	2	10	2	10
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	-	-
Разом			60		84		58		34
Максимальна кількість балів : 236									
Розрахунок коефіцієнта : $236 / 60 = 3,93$; іспит 40 балів									

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання

Завдання для самостійної роботи подаються письмово, у вигляді доповіді. Кожна робота оцінюється від 1-5 балів.

Тематика завдань для самостійної роботи:

1. Мотивація дітей та підлітків до рухової активності.
2. Методи дослідження рухової активності дітей і підлітків.
3. Соціально-педагогічне значення фізичного виховання дошкільників.
4. Особливості фізичного виховання дітей дошкільного віку.
5. Основи методики фізичного виховання школярів різних вікових періодів з урахуванням типових вікових особливостей розвитку їх організму.
6. Особливості методики розвитку рухових якостей школярів з урахуванням сенситивних періодів.
7. Особливості занять фізичною культурою з учнями спеціальних медичних груп.
8. Профілактика та виправлення порушень зору в умовах школи.

Критерії оцінювання самостійної роботи

Кількість балів	Оцінка
5	позначена проблема і обґрунтована її актуальність, представлений матеріал повністю розкриває тему, зроблений аналіз різних точок зору, містить додаткові інформативні відомості або пояснення
4	проблема позначена, але недостатньо обґрунтована її актуальність, тема розкрита достатньо повно, містить виключно інформативний фактаж і висновки
3	необґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі, наявні певні неточності у викладенні матеріалу
2	є неточності у викладенні матеріалу, відсутня логічна послідовність у судженнях, існують недоліки у оформленні
1	тема розкрита частково, допущені фактичні помилки в змісті роботи

Кількість балів за роботу на семінарських заняттях залежить від дотримання таких вимог:

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

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Форма контролю – модульне письмове тестування.

Критерії оцінювання модульного письмове тестування:

Оцінка	Кількість балів
Відмінно <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	24 - 25
Дуже добре <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	21 - 23
Добре <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	18 – 20
Задовільно <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	13 – 17
Достатньо <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	10 -13
Незадовільно <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	6 – 9
Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-5

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання

Форма контролю: 6 семестр – іспит.

6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

1. Охарактеризуйте соціальні і особистісні потреби школярів у руховій активності. Назвіть фактори, що впливають на рухову активність.
2. Визначте особливості мотивації українських школярів до занять спортом.
3. Охарактеризуйте кінезифілію як біологічну потребу організму у руховій активності.
4. Назвіть види гіпокінезії та поясніть причини її виникнення.
5. Наведіть приклади норм рухової активності дітей та підлітків.
6. Опишіть основні вікові періоди розвитку.
7. Охарактеризуйте фактори, що впливають на стан здоров'я новонародженого.
8. Охарактеризуйте вікові особливості розвитку дітей від народження до трьох років.
9. Охарактеризуйте вікові особливості розвитку дітей від трьох до шести років.
10. Назвіть основні принципи та розкрийте зміст методики загартовування дітей.
11. Опишіть особливості методики гімнастики і масажу дітей грудного віку.

12. Опишіть особливості методики оздоровчого плавання для дітей грудного віку.

13. Охарактеризуйте форми і методи занять фізичними вправами з дітьми дошкільного віку.

14. Поясніть мету і значення лікарсько-педагогічного контролю на заняттях з дошкільниками.

15. Поясніть особливості методики фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми дошкільного віку.

16. Визначте соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.

17. Розкрийте основи методики фізичного виховання з урахуванням особливостей розвитку організму учнів 1-4 класів.

18. Розкрийте основи методики фізичного виховання з урахуванням особливостей розвитку організму учнів 5-9 класів.

19. Розкрийте основи методики фізичного виховання з урахуванням особливостей розвитку організму учнів 10-11 класів.

20. Визначте мету, завдання і спрямованість фізичного виховання дітей шкільного віку.

21. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1-4 класах загальноосвітніх навчальних закладів.

22. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5-9 класах загальноосвітніх навчальних закладів.

23. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 10-11 класах загальноосвітніх навчальних закладів.

24. Охарактеризуйте щільність уроку, її види і способи регулювання.

25. Охарактеризуйте сенситивні періоди виховання рухових здібностей у шкільному віці.

26. Надайте критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання ЗНЗ.

27. Охарактеризуйте принципи фізичного виховання дітей з ослабленим здоров'ям.

28. Визначте завдання фізичного виховання у підготовчих групах.

29. Визначте завдання фізичного виховання у СМГ.

30. Охарактеризуйте допуск учнів до фізичних навантажень після перенесених захворювань і травм.

31. Визначте засоби фізичного виховання дітей з ослабленим здоров'ям.

32. Охарактеризуйте зміст і організаційно-методичні особливості побудови уроку ФК зі СМГ «А».

33. Надайте загальні рекомендації щодо змісту уроку ФК у СМГ «А» і «Б».

34. Охарактеризуйте особливості дозування фізичних навантажень у СМГ.

35. Надайте оцінку оздоровчої ефективності занять фізичною культурою учнів з відхиленнями у стані здоров'я.

36. Охарактеризуйте зовнішні ознаки стомлення учнів у процесі занять ФК.

37. Надайте загальні правила розвитку окремих рухових якостей при відхиленнях у стані здоров'я дітей і підлітків.

38. Охарактеризуйте профілактику травмування на профілактико-оздоровчих заняттях у СМГ.

39. Визначте поняття загального і локального фізичного навантаження у СМГ.

40. Охарактеризуйте основи лікарсько-педагогічного контролю у СМГ.

6.6. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість балів
Відмінно <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	90-100
Дуже добре <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	82-89
Добре <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	75-81
Задовільно <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	69-74
Достатньо <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	60-68
Незадовільно <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	35-59
Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-34

7. Навчально-методична картка дисципліни

Разом: 120 год.: лекції - 12 год., сем. заняття - 30 год., самостійна робота - 42 год., модульн. контроль - 6 год., сем. контр.-30; іспит - 2 год.

Модулі	ЗМ 1. Рухова активність і здоров'я дітей та підлітків (60 балів)			
Лекції	1			
Теми лекцій	Характеристика рухової активності і здоров'я дітей та підлітків			
Лекції, відвід. (бали)	1			
Семінарські заняття	1	2	3	4
Теми семінарських занять	Проблеми мотивації дітей і підлітків до рухової активності в шкільному віці	Біологічна потреба організму в руховій активності	Норми рухової активності дітей та підлітків	Методи дослідження рухової активності дітей і підлітків
Робота на семінар. зан. + відвід. (бали)	10+1	1	10+1	1
Самост. роб, (бали)	2×5=10 балів			
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота №1 (25 балів)			
Підсум. контроль				

Модулі	ЗМ 2. Фізичне виховання дітей дошкільного віку (84 балів)						
Лекції	2			3			
Теми лекцій	Соціально-педагогічне значення та основи фізичного виховання дітей дошкільного віку						
Лекції, відвід. (бали)	1			1			
Семінарські заняття	5	6	7	8	9	10	11
Теми семінарських занять	Особливості періоду новонародженості	Показники фізичного розвитку та особливості дітей грудного віку	Показники фізичного розвитку та особливості дітей переддошкільного та дошкільного віку (раннє та перше дитинство)	Зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми переддошкільного віку	Інноваційні підходи щодо організації занять фізичними вправами у дошкільних	Лікарсько-педагогічний контроль на заняттях з дошкільниками	Особливості методики занять фізичними вправами дітей дошкільного віку
Робота на семінар. зан. +відвід. (бали)	10+1	1	10+1	1	10+1	1	10+1
Самост. роб. (бали)	2×5=10 балів						
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота №2 (25 балів)						
Підсум. контроль							

Модулі	ЗМ 3. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку (58 балів)	
Лекції	4	
Теми лекцій	Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку. Зміст та особливості викладання предмета фізична культура у школі	
Лекції, відвід. (бали)	1	
Семінарські заняття	12	13
Теми семінарських занять	Основи методики фізичного виховання з урахуванням типових вікових особливостей розвитку організму школярів	Продуктивні (сенситивні) періоди виховання рухових здібностей у шкільному віці
Робота на семінар. зан. + відвід. (бали)	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	2×5=10 балів	
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота № 3 (25 балів)	
Підсум. контроль		

Модулі	ЗМ 4. Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям (34 бали)	
Лекції	5	6
Теми лекцій	Основи фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям	Особливості методики фізичного виховання при різних захворюваннях та функціональних порушеннях
Лекції, відвід. (бали)	1	1
Семінарські заняття	14	15
Теми семінарських занять	Особливості засобів фізичного виховання та методики занять зі спеціальними медичними групами	Профілактика порушень постави та плоскостопості, методи їх виправлення в умовах школи
Робота на семінар. зан. +відвід. (бали)	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	2×5=10 балів	
Види пот. контр. (бали)	-	
Підсум. контроль	Іспит	

8. Рекомендовані джерела

Основні:

1. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 1. – 384 с.

2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ: Олімп. л-ра, 2017. – Т. 2. – 448 с.

Додаткові:

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання [підручник]. – Київ: вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.

2. Галаманжук Л.Л. Концепція розвитку превентивної рухової активності дітей дошкільного віку у процесі занять фізичною культурою. Записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка. – 2015. – С. 36-43.

3. Єдинак Г.А., Мисів В.М., Юрчишин Ю.В. Фізична культура у загальноосвітньому навчальному закладі [навч. посіб.]. – Кам'янець Подільський: Рута, 2014. – 251 с.

4. Ровний А.С., Ровний В.А., Ровна О.О. Фізіологія рухової активності: підруч. [для студентів ВНЗ фіз. вих. і сп.]. – Харків, 2014. – 343 с.

5. Івчатова Т.В., Карпова І.Б., Дудко М.В. Здоровий спосіб життя та рухова активність студентів [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Київ: КНЕУ, 2013. – 109 с.

6. Кібальник О. Оздоровчі технології для підвищення рухової активності підлітків. Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – С. 63–66.

7. Москаленко Н.В., Власюк О.О., Степанова І.В. та ін. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Дніпропетровськ: Інновація, 2014. – 332 с.

8. Пангелова Н., Горбенко М. Методично-організаційні і оздоровчо-виховні основи фізичного виховання в дошкільних закладах малого міста [метод. реком.]. – Переяслав-Хмельницький, 2001. – 72 с.

9. Соколюк О.В., Дуда О.В. Мотивація студентів вищих навчальних закладів до занять фізичною культурою в умовах інформаційного суспільства. Наук. записки Терноп. нац. пед. ун-ту. – Сер. : Педагогіка. – 2012. – С. 164-168.

10. Трачук С.В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання [автореф. дис...]. Київ, 2011. – 24 с.

11. Харлампов Г.А., Небесна В.В. Здоровий спосіб життя і рухова активність студентів [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. – Донецьк : ДонНУЕТ, 2012. – 144 с.

12. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання [навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Харків: ОВС, 2007. – 406 с.

13. Bergier J, Bergier B, Tsos A. Physical activity and sedentary lifestyle of female students from Ukraine. Human and health. 2012; Issue 2; Vol. VI; 2012; 131-137.

14. Dishman RK, Washburn RA, Heath GW. Physical activity epidemiology. Heath. Champaign: Human Kinetics; 2004. – 468 p.

15. Hopper C, Fisher B, Munoz K. Physical activity and nutrition for health. Champaign: Human Kinetics; 2008. – 374 p.

16. Wilczkowski E. Wychowanie fizyczne dzieci w wieku przedszkolnym. Piotrkow Trybunalski; 2012. – 286 p.

Додаткові ресурси:

1. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація". Офіційний сайт. Код доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>