

Київський університет імені Бориса Грінченка
Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту
Кафедра фізичного виховання та педагогіки спорту

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»

Курс:	3
Напрямок підготовки:	6.010201
Форма проведення:	Письмова
Тривалість проведення:	2 год.
Максимальна кількість балів:	40 балів

Критерії оцінювання знань студентів

Екзаменаційний білет містить 3 теоретичних питання. Відповідь на кожне завдання оцінюється за 40-бальною шкалою залежно від рівня знань. Результат письмового іспиту визначається шляхом ділення суми балів, отриманих за всі 3 завдання, на їх кількість.

Рівень знань	Оцінка за 40-бальною шкалою	Критерії оцінювання відповіді
Відмінний рівень	30 – 40	<p>Відповідь студента:</p> <ul style="list-style-type: none">- містить повний, розгорнутий, правильний виклад матеріалу з поставленого питання;- демонструє знання основних понять і категорій та взаємозв'язку між ними, вірно розуміння змісту основних теоретичних положень;- вказує на вміння давати змістовний та логічний аналіз матеріалу з поставленого питання; <p>демонструє здатність самостійно оцінювати різноманітні ситуації та робити власні висновки в разі неоднозначності характеру поставленого питання чи проблеми.</p>
Добрий рівень	20 – 29	<p>Студент дав досить повну та логічно обгрунтовану відповідь на поставлене питання, але в наявності наступні недоліки:</p> <ul style="list-style-type: none">- незначні неточності при поясненні;- недостатньо розкритий предмет запитання, основні поняття носять тезисний характер;- оформлення екзаменаційної роботи в цілому є акуратним, але містить виправлення; <p>окремі формулювання є нечіткими; є в наявності інформація, що не відноситься до змісту екзаменаційного питання.</p>
Задовільний рівень	10 – 19	<p>Студент дав відповідь на поставлене питання, однак допустив суттєві помилки як змістовного характеру, так і при оформленні відповіді на питання, а саме:</p> <ul style="list-style-type: none">- зміст відповіді свідчить про невірне розуміння окремих аспектів поставленого питання;

		<ul style="list-style-type: none"> - відповідь елементарна, свідчить про недостатню обізнаність з основними науковими теоріями і концепціями, що стосуються питання; - відповідь викладена недостатньо аргументовано, не містить аналізу проблемних аспектів поставленого питання; у роботі багато грубих орфографічних помилок.
Незадовільний рівень	0 – 9	Студент взагалі не відповів на питання, або його відповідь є неправильною, тобто містить грубі змістовні помилки щодо принципів аспектів поставленого питання. Аргументація відсутня взагалі або ж є абсолютно алогічною.

Орієнтовний перелік питань:

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

фізичного виховання.

15. Надайте характеристику компонентів фізичного навантаження.
16. Визначте види формування адаптаційних реакцій організму людини.
17. Охарактеризуйте стадії формування довготривалої адаптації при виконанні фізичних вправ.
18. Охарактеризуйте методи, які спрямовані на оволодіння руховими вміннями та навичками в процесі фізичного виховання.
19. Охарактеризуйте методи, які спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей в процесі фізичного виховання.
20. Визначте негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості і здоров'я школярів.
21. Визначте поняття та характерні особливості рухових вмінь.
22. Визначте поняття та характерні особливості рухової навички.
23. Охарактеризуйте відмінності рухового вміння та рухової навички.
24. Опишіть передумови успішного засвоєння рухових дій.
25. Охарактеризуйте структуру процесу навчання руховим діям у фізичному вихованні.
26. Визначте помилки та шляхи їх усунення в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
27. Визначте нормування навантаження і відпочинку в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
28. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі початкового розучування рухових дій.
29. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі поглибленого розучування рухових дій.
30. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі закріплення і вдосконалення рухових дій.
31. Охарактеризуйте метод ідеомоторного тренування у процесі навчання руховим діям.
32. Надайте визначення та охарактеризуйте силові спроможності людини.
33. Охарактеризуйте режими роботи м'язів при розвитку сили.
34. Перерахуйте фактори, від яких залежать силові спроможності людини.
35. Надайте загальну характеристику засобів розвитку сили.
36. Надайте методикку розвитку силових якостей людини.
37. Надайте визначення та охарактеризуйте види швидкісних спроможностей людини.
38. Надайте характеристику видів рухових реакцій як елементарної форми прояву бистроти.

39. Охарактеризуйте фактори, що обумовлюють прояв бистроти.
40. Розкрийте вікову динаміку природного розвитку бистроти.
41. Охарактеризуйте засоби розвитку бистроти.
42. Надайте методику розвитку бистроти.
43. Розкрийте методичні рекомендації до попередження «швидкісного бар'єра» та його усунення.
44. Надайте визначення та охарактеризуйте види гнучкості.
45. Розкрийте фактори, що обумовлюють прояв гнучкості.
46. Охарактеризуйте засоби розвитку гнучкості.
47. Розкрийте особливості методики розвитку гнучкості.
48. Охарактеризуйте види фізичного стомлення в залежності від об'єму м'язових груп, які беруть участь у роботі.
49. Надайте визначення та охарактеризуйте види витривалості.
50. Перерахуйте фактори, що обумовлюють прояв витривалості.
51. Розкрийте вікову динаміку природного розвитку витривалості.
52. Охарактеризуйте засоби розвитку витривалості.
53. Охарактеризуйте допоміжні засоби комплексного розвитку витривалості (дихальні вправи, використання факторів навколишнього середовища, гірського клімату).
54. Розкрийте особливості методики розвитку загальної витривалості.
55. Розкрийте особливості методики розвитку спеціальної витривалості.
56. Надайте визначення та перерахуйте види координаційних здібностей.
57. Визначте фактори, що обумовлюють прояв координаційних здібностей людини.
58. Надайте характеристику засобів розвитку координаційних здібностей людини.
59. Визначте загальні положення методики розвитку координаційних здібностей.
60. Охарактеризуйте організаційні недоліки, які призводять до травмування школярів на уроках фізичної культури.
61. Охарактеризуйте рухову активність як чинник здоров'я дітей і підлітків.
62. Визначте соціальні та особистісні потреби школярів у руховій активності.
63. Визначте біологічні потреби організму в руховій активності.
64. Охарактеризуйте методи вимірювання рухової активності дітей і підлітків.
65. Надайте характеристику контролю рівня розвитку фізичних якостей.
66. Розкрийте суть планування у фізичному вихованні.
67. Надайте характеристику державних документів планування та

документів, що складаються вчителем.

68. Визначте види планування в залежності від термінів виконуваної дії та надайте їх характеристики.
69. Розкрийте суть управління процесом фізичного виховання.
70. Охарактеризуйте умови здійснення управління у процесі фізичного виховання.
71. Охарактеризуйте види контролю у процесі фізичного виховання.
72. Охарактеризуйте основні документи контролю, обліку та звітності у процесі фізичного виховання.
73. Визначте мету та завдання моделювання у процесі фізичного виховання.
74. Охарактеризуйте основні види моделей у фізичному вихованні.
75. Визначте мету та завдання прогнозування у фізичному вихованні.
76. Визначте мету та завдання програмування у фізичному вихованні.
77. Охарактеризуйте види тренувальних програм у фізичному вихованні.
78. Опишіть алгоритм складання програм занять у фізичному вихованні.
79. Визначте соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.
80. Визначте мету, завдання і спрямованість фізичного виховання дітей шкільного віку.
81. Надайте класифікацію форм занять в системі шкільного виховання.
82. Охарактеризуйте заняття фізичними вправами у режимі навчального дня школи.
83. Надайте характеристику позакласних і позашкільних занять фізичними вправами у режимі навчального дня школи.
84. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 1 – 4 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
85. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 5 – 9 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
86. Визначте зміст і особливості викладання предмету «Фізична культура» у 10 – 11 класах загальноосвітніх навчальних закладів.
87. Охарактеризуйте щільність уроку, її види і способи регулювання.
88. Визначте зміст попередньої підготовки педагога до уроку фізичної культури.
89. Визначте зміст безпосередньої підготовки педагога до уроку фізичної культури.
90. Сформулюйте завдання уроку фізичної культури.

Екзаменатор

к.н.ФВіС Ясько Л.В.

Завідувач кафедри

к.н.ФВіС Ясько Л.В.