

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту

Кафедра фізичного виховання і педагогіки спорту

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

ОДФ.04 Теорія і методика викладання фізичного виховання

для здобувачів освіти

Спеціальності: 017 – Фізична культура і спорт

Освітнього рівня: перший бакалаврський

Освітньої програми: 017.00.03 Фітнес та рекреація

Київ – 2024

ОПИС ПРОГРАМИ ЕКЗАМЕНУ

Київський столичний університет імені Бориса Грінченка	Кафедра фізичного виховання і педагогіки спорту
ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ з дисципліни «Теорія і методика викладання фізичного виховання»	
Курс	II
Спеціальність (спеціалізація)	017 Фізична культура і спорт (Фітнес та рекреація)
Форма проведення:	дистанційна (комп'ютерне тестування)
Тривалість проведення:	1 година
Максимальна кількість балів:	40 балів

Проведення екзамену у дистанційному форматі та критерії оцінювання екзаменаційних питань

Обов'язкова умова допуску до екзамену: отримання мінімум 35 балів за результатами поточного контролю.

Форма проведення екзамену – у вигляді комп'ютерного тестування. Результати оцінювання навчальних досягнень кожного студента автоматично заносяться до електронного журналу після тестування.

Кількість питань – 40 різнорівневих тестових питань з варіантами відповідей (банк питань 120).

Критерії оцінювання: 1 питання – 1 бал.

Максимальна кількість балів за екзамен – 40 балів.

Кількість спроб – 1. Обмеження в часі – 60 хвилин.

Оцінка підсумкового контролю (екзамен): сума балів поточного контролю і набраних балів здобувачем освіти під час проведення екзамену у дистанційному форматі.

Шкала відповідності оцінок:

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	90-100
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	35-59
Незадовільно	1-34

Перелік допоміжних матеріалів

Перелік допоміжних матеріалів:	відсутній
--------------------------------	-----------

Орієнтовний перелік питань до семестрового екзамену

1. Визначте предмет, об'єкт та напрямки вивчення теорії і методики фізичного виховання.
2. Дайте визначення поняттям: фізична культура, фізичне виховання.
3. Поясніть термін фізична культура, розглядаючи його як процес і як результат.
4. Дайте визначення поняттям: фізична підготовка, фізична підготовленість.
5. Дайте визначення поняттям: фізичне здоров'я, фізичний розвиток.
6. Дайте визначення поняттям: фізична рекреація, фізична реабілітація.
7. Дайте визначення поняттям: рухова активність і норма у фізичному вихованні.
8. Розкрийте зміст, що вкладається у поняття «фітнес».
9. Надайте характеристику вихідним поняттям теорії і методики фізичного виховання і поясніть у чому полягає їх необхідність.
10. Поясніть фактори, що обумовлюють виникнення та розвиток фізичного виховання.
11. Охарактеризуйте 1-3 етапи розвитку теорії і методики фізичного виховання, поясніть їх відмінності.
12. Охарактеризуйте 4-6 етапи розвитку теорії і методики фізичного виховання, поясніть їх відмінності.
13. Охарактеризуйте витоки розвитку фізичного виховання в Україні.
14. Поясніть напрями наукових досліджень у формуванні теорії і методики фізичного виховання.
15. Охарактеризуйте методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання.
16. Назвіть і надайте характеристику видам наукових робіт.
17. Поясніть зміст і етапи організації науково-дослідної роботи студента.
18. Надайте характеристику методам дослідження «аналіз» і «узагальнення», поясніть необхідність їх застосування у науково-дослідній роботі.
19. Надайте характеристику методам дослідження «педагогічне спостереження» і «педагогічний експеримент» та вкажіть на відмінності їх практичного застосування.
20. Надайте характеристику методам дослідження «анкетування», «опитування» і «тестування» та вкажіть на відмінності їх практичного застосування.
21. Визначте напрями функціонування фізичного виховання як соціального явища.

22. Охарактеризуйте мету і завдання фізичного виховання.
23. Назвіть і поясніть специфічні ознаки фізичного виховання.
24. Поясніть зміст основних принципів фізичного виховання.
25. Поясніть зміст методичних принципів фізичного виховання: доступності й індивідуалізації, свідомості і активності.
26. Охарактеризуйте методичні принципи фізичного виховання: наочності, систематичності і послідовності.
27. Поясніть принципи побудови занять у процесі фізичного виховання.
28. Розкрийте поняття «система фізичного виховання».
29. Визначте особливості виховання особистісних якостей тих, хто займається фізичними вправами.
30. Поясніть у чому полягає роль фізичної культури у формуванні особистісних якостей.
31. Поясніть як здійснюється патріотичне, моральне, правове і естетичне виховання у процесі фізичного виховання.
32. Складіть професійну характеристику особистості викладача фізичної культури.
33. Сформулюйте вимоги до професійної майстерності викладача фізичної культури.
34. Розкрийте поняття «мотивація», поясніть особливості теорії мотивації.
35. Дайте визначення поняттям: потреба, мотив, інтерес.
36. Поясніть структуру мотивації до занять фізичними вправами.
37. Визначте причини, що є стимулом до занять руховою активністю.
38. Поясніть причини, що стоять на заваді заняттям фізичною культурою.
39. Охарактеризуйте вплив шкільного виховання на формування у підлітків мотивації до занять фізичною культурою і спортом.
40. Проаналізуйте мотиви занять фізичною культурою і спортом студентської молоді.
41. Сформулюйте мотиваційну програму заохочення до рухової активності школярів з урахуванням вікових особливостей.
42. Обґрунтуйте теорію вікового розвитку організму людини.
43. Розкрийте особливості вікової періодизації дітей.
44. Поясніть гетерохронність розвитку рухів у дітей.
45. Охарактеризуйте фізичну вправу як основний і спеціальний засіб фізичного виховання.
46. Поясніть фактори, що визначають вплив фізичних вправ.
47. Охарактеризуйте методологічні основи теорії навчання фізичних вправ.
48. Надайте характеристику засобів фізичного виховання.
49. Надайте класифікацію фізичних вправ.
50. Визначте поняття та охарактеризуйте техніку фізичних вправ.
51. Розкрийте зміст та особливості просторових характеристик рухів.
52. Розкрийте зміст та особливості часових характеристик рухів.
53. Розкрийте зміст та особливості просторово-часових характеристик рухів.

54. Розкрийте зміст та особливості силових характеристик рухів.
55. Розкрийте зміст та особливості ритмічної характеристики рухів.
56. Розкрийте сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
57. Поясніть про навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.
58. Розкрийте зміст понять «гомеостаз» і «адаптація».
59. Охарактеризуйте зовнішню сторону фізичного навантаження.
60. Охарактеризуйте внутрішню сторону фізичного навантаження.
61. Охарактеризуйте відпочинок між фізичними навантаженнями як фактор оптимізації тренувальних дій.
62. Визначте види формування адаптаційних реакцій організму людини.
63. Охарактеризуйте стадії формування довготривалої адаптації при виконанні фізичних вправ.
64. Визначте негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості і здоров'я школярів.
65. Поясніть теорію функціональних резервів.
66. Визначте особливості формування гендерного підходу у процесі фізичного виховання.
67. Дайте визначення поняттям: метод, методичний прийом.
68. Дайте визначення поняттям: методика, методичний підхід, методичний напрям.
69. Розкрийте сучасні уявлення про класифікацію методів фізичного виховання і загальні вимоги до їх вибору.
70. Охарактеризуйте методи отримання нової інформації в процесі фізичного виховання.
71. Охарактеризуйте методи, які спрямовані на оволодіння руховими вміннями та навичками в процесі фізичного виховання.
72. Охарактеризуйте методи, які спрямовані на вдосконалення рухових навичок і розвиток фізичних якостей в процесі фізичного виховання.
73. Охарактеризуйте методи, які застосовуються для організації учнів на уроці фізичної культури.
74. Поясніть важливість методів контролю у фізичному вихованні.
75. Поясніть особливості застосування і порівняйте повторний і інтервальний методи фізичного виховання.
76. Поясніть особливості застосування і порівняйте перемінний і рівномірний методи фізичного виховання.
77. Поясніть особливості застосування і порівняйте ігровий і змагальний методи фізичного виховання.
78. Поясніть організаційно-методичні особливості колового методу фізичного виховання.
79. Визначити педагогічні основи навчання руховим діям.
80. Охарактеризувати фізіологічні основи управління руховими діями.

81. Визначте поняття та характерні особливості рухових вмінь.
82. Визначте поняття та характерні особливості рухової навички.
83. Охарактеризуйте відмінності рухового вміння та рухової навички.
84. Охарактеризуйте структуру процесу навчання руховим діям у фізичному вихованні.
85. Визначте помилки та шляхи їх усунення в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
86. Визначте нормування навантаження і відпочинку в процесі навчання руховим діям у фізичному вихованні.
87. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі початкового розучування рухових дій.
88. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі поглибленого розучування рухових дій.
89. Визначте мету, завдання і особливості навчання на етапі закріплення і вдосконалення рухових дій.
90. Охарактеризуйте метод ідеомоторного тренування у процесі навчання руховим діям.

Тестові запитання будуть складені за такими темами дисципліни:

Змістовий модуль 1. Введення у теорію і методику фізичного виховання

1. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання, структура навчальної дисципліни.
2. Вихідні поняття теорії і методики фізичного виховання.
3. Етапи розвитку теорії і методики фізичного виховання.
4. Методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання.
5. Фізичне виховання як соціальне явище.
6. Фактори, що обумовлюють виникнення та розвиток фізичного виховання.
7. Специфічні ознаки та система фізичного виховання.

Змістовий модуль 2. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання

8. Педагогічний процес у сфері фізичного виховання.
9. Принципи та їх значення у сфері фізичного виховання.
10. Виховання особистісних якостей тих, хто займається фізичними вправами.
11. Особистість викладача фізичного виховання.
12. Теорія та особливості структури мотивації діяльності.
13. Теорія вікового розвитку.

Змістовий модуль 3. Навантаження, відпочинок та адаптація у фізичному вихованні

14. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання

- фізичних вправ.
15. Зовнішня і внутрішня сторони фізичного навантаження.
 16. Теорія адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні.
 17. Теорія функціональних резервів.
 18. Гендерний підхід у фізичному вихованні.

Змістовий модуль 4. Засоби, методи фізичного виховання та навчання рухових дій

19. Засоби фізичного виховання.
20. Вихідні поняття, фактори впливу і класифікація фізичних вправ.
21. Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика.
22. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні.
23. Вихідні поняття та характеристика методів фізичного виховання.
24. Навчання рухових дій.
25. Педагогічні основи навчання та фізіологічні основи управління руховими діями.
26. Предмет і задачі навчання у фізичному вихованні.
27. Структура процесу навчання рухових дій.

ПРИКЛАД ТЕСТОВОГО ЗАВДАННЯ

1. Фізична підготовленість – це...

- А. рівень досягнутого розвитку фізичних якостей, формування рухових навиків в результаті спеціалізованого процесу фізичного виховання, спрямованого на рішення конкретних завдань.
- Б. властивість організму пристосовуватись до фізичних навантажень, спрямована на вирішення конкретних завдань.
- В. комплексний підхід до самовдосконалення рухової активності за допомогою загальновідомих фізичних вправ.

Екзаменатор _____ д.фіз.вих., професор Р.О. Сушко

Завідувачка кафедри _____ к.фіз.вих., доцент О.В. Ярмолюк