

«Затверджую»

Завідувач кафедри

Шашин О. М.
«12» 09 2022 р.

Розробник силябуса

Войтенко О. А. *Войтенко*



СИЛАБУС

Теорія і методика фізичного виховання

(назва освітньої компоненти (дисципліни))

Шифр за освітньою програмою: <u>017</u>
Навчальний рік: <u>2022/2023</u>
Освітній рівень: перший рівень вищої освіти (бакалавр)
Форма навчання: <u>денна</u> , заочна, дуальна, дистанційна, змішана
Галузь знань: <u>01 ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА</u>
Спеціальність, назва освітньої програми: <u>017 «Фізична культура і спорт»</u>
8) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) <u>обов'язкова</u>
9) Семестр: <u>V, VI</u>
11) Контактні дані викладача: (зазначається посада, вчений ступінь, ПІБ викладача, корпоративна адреса електронної пошти, телефон, посилання на сторінку викладача на сайті КНУБА) О.А. Войтенко, voitenko.oa@knuba.edu.ua м/т (067)7057885
12) Мова викладання: <u>українська</u>
13) Пререквізити (дисципліни-попередники, які необхідно вивчити, щоб слухати цей курс): теорія і методика обраного виду спорту; олімпійський та професійний спорт; фізіологія рухової активності; теорія спорту; гімнастика; спортивна медицина; медико-педагогічний контроль ФВіС; психологія спорту та ін.
14) Мета курсу: Підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми, що характеризується комплексністю та невизначеністю умов, під час професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання.

15) Результати навчання:				
№	Програмний результат навчання	Метод перевірки навчального ефекту	Форма проведення занять	Посилання компетентності
1.	ПРН1 Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.	Опитування, поточні та підсумкові контрольні роботи, Доповіді, тестування, практична перевірка, метод самоконтролю та самооцінки, залік	Лекції, практичні заняття (семінари), консультації,	ІК. ЗК 1,6,12 ФК 1,3,13,14

15) Результати навчання:				
№	Програмний результат навчання	Метод перевірки навчального ефекту	Форма проведення занять	Посилання компетентності
1.	ПРН1 Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.	Опитування, поточні та підсумкові контрольні роботи, Доповіді, тестування, практична перевірка, метод самоконтролю та самооцінки, залік	Лекції, практичні заняття (семінари), консультації,	ІК.. ЗК 1,6,12 ФК 1,3,13,14
2.	ПРН5 Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.			ІК.. ЗК 1,2,4,6,9,12 ФК 1,3,10,14
3	ПРН7 Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.			ІК.. ЗК 1,2,4,6,9,12 ФК 1,3,10,14
4	ПРН9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.			ІК.. ЗК1,4,6,8,9,10,11,12 ФК 1,3,5, 10,14
5	ПРН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.			ІК ЗК 5,6,8,12 ФК 1,3,5,7,10,14
6	ПРН15.Визначити функціональний стан організму людини та обґрунтувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.			ІК ЗК 1,4,11,12 ФК 1,3,4,5,7,8,14
7	ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.			ІК ЗК 1,2,5,6,8,9,10,11,12 ФК 1,3,5,7,10,13,14

16) Структура курсу:				
Лекції, год.	Практичні заняття, год.	Курсовий проект/ курсова робота РГР/Контрольна робота	Самостійна робота здобувача, год.	Форма підсумкового контролю
60	60	Контрольна робота 1 Контрольна робота 2	120	Залік Екзамен
Сума годин:			240	
Загальна кількість кредитів ECTS			8	
Кількість годин (кредитів ECTS) аудиторного навантаження:			120	

17) Зміст курсу: (окремо для кожної форми занять – Л/Пр/КР/СРС)
<p>Лекції:</p> <p>Змістовний модуль 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ</p> <p>Лекція 1. Теорія і методика фізичного виховання як навчальна і наукова дисципліна</p> <p>Лекція 2. Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання</p> <p>Лекція 3. Загально методичні принципи фізичного виховання</p> <p>Лекція 4. Специфічні принципи фізичного виховання</p> <p>Лекція 5-6 .Засоби фізичного виховання</p> <p>Лекція 7-8. Загальне поняття про методи фізичного виховання. Специфічні методи фізичного виховання.</p> <p>Лекція 9. Загально педагогічні методи фізичного виховання.</p> <p>Лекція 10-11. Рухові дії як предмет навчання.</p> <p>Лекція 12. Основи навчання фізичних вправ.</p> <p>Лекція 13. Урок фізичної культури-основна форма фізичного виховання учнів.</p> <p>Лекція 14. Управління діяльністю учнів на уроці фізичної культури.</p>

Лекція 15. Позаурочні форми занять фізичними вправами.

Змістовний модуль 2. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Лекція 16. Загальне поняття про фізичні якості.

Лекція 17. Сила і основи методики її виховання.

Лекція 18. Швидкісні здібності і основи методики її виховання.

Лекція 19. Витривалість і основи методики її виховання.

Лекція 20. Гнучкість і основи методики її виховання.

Лекція 21. Координаційні здібності і основи методики її виховання.

Лекція 22. Основи викладання предмета «Фізична культура» в школі.

Лекція 23. Особливості навчання фізичних вправ в учнів.

Лекція 24. Основи диференційованого фізичного виховання.

Лекція 25. Методика диференційованого фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Лекція 26. Методика диференційованого фізичного виховання учнів молодших класів.

Лекція 27. Методика диференційованого фізичного виховання учнів середніх класів.

Лекція 28. Методика диференційованого фізичного виховання учнів старших класів.

Лекція 29. Формування особистості в процесі фізичного виховання.

Лекція 30. Методологія та логіка наукового дослідження, характеристика окремих дослідницьких підходів та методів.

Практичні заняття:

Змістовний модуль 3.

Тема 1 Теорія і методика фізичного виховання як навчальна і наукова дисципліна.

Тема 2 Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання

Тема 3-4 Засоби фізичного виховання. Техніка фізичних вправ.

Тема 5-6 Принципи та методи фізичного виховання.

Тема 7-8 Навантаження та відпочинок: закономірності їх використання у фізичному вихованні.

Тема 9 Загальна характеристика та методи навчання руховим діям.

Тема 10-11 Структура процесу навчання руховим діям. Етапи навчання.

Тема 12 Характеристика силових здібностей та методика їх розвитку.

Тема 13 Характеристика швидкісних здібностей та методика розвитку.

Тема 14 Характеристика витривалості та методика розвитку.

Тема 15 Поняття спритності та методика її розвитку.

Тема 16 Гнучкість як фізична якість людини, методика її розвитку і підтримки.

Тема 17-18 Урок – основна форма занять у фізичному вихованні.

Тема 19 Методика планування навчальної роботи з фізичного виховання в загальноосвітній школі. Підготовка педагога до уроку.

Тема 20 Контроль та самоконтроль на заняттях.

Тема 21 Основи методики фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Тема 22 Основи методики фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Тема 23 Основи методики фізичного виховання дітей середнього шкільного віку.

Тема 24 Основи методики фізичного виховання дітей старшого шкільного віку.

Тема 25 Методика фізичного виховання дітей у спеціальних медичних групах.

Тема 26 Фізичне виховання дорослого населення.

Тема 27 Фактори направленої формування особистості та самовиховання.

Тема 28 Анкетування та опитування як способи отримання інформації.

Тема 29-30 Методологія та логіка наукового дослідження, характеристика окремих дослідницьких підходів та методів.

Самостійна робота

№	Назва теми	К-ть годин
1	Значення «Теорії та методики фізичного виховання» для студентів фізкультурних навчальних закладів.	4
2	Оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.	4
3	Класифікація фізичних вправ.	4
4	Характеристики техніки фізичних вправ.	4
5	Методи, спрямовані на отримання спеціальних знань.	4
6	Методи, спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками.	5
7	Особливості навчання у фізичному вихованні.	4
8	Готовність учня до засвоєння фізичних вправ.	2
9	Управління діяльністю учнів на уроках ФК.	4

10	Поурочні форми організації занять.	10
11	Щільність уроку фізичної культури.	2
12	Графік зайнятості та показників ЧСС на уроках фізичної культури.	4
13	Дозування навантажень на уроках ФК у школярів 5-11 класів	5
14	Планування й облік роботи з фізичного виховання в школі. Зміст теми. Об'єктивні основи планування. Робочий план на семестр. План конспект уроку. Характеристика обліку роботи з фізичного виховання.	14
15	Урок фізичної культури в малокомплектній школі.	4
16	Принципи розвитку фізичних якостей.	6
17	Розвиток фізичних якостей як єдиний процес.	6
18	Послідовність дій вчителя при розвитку фізичних якостей.	4
19	Особливості навчання фізичних вправ в учнів	3
20	Диференційована фізична підготовка учнів різних класів.	3
21	Сприятливі періоди розвитку основних фізичних якостей у дітей шкільного віку.	4
22	Орієнтири щодо складання програм для уроків та позаурочних занять.	4
23	Планування масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів.	4
24	Тематичне планування.	4
25	Профілактика травматизму на заняттях фізичними вправами.	4
26	Правила безпечної поведінки на уроках фізичної культури.	4
Всього годин		120

Курсовий проект/курсова робота/РГР/Контрольна робота: (тематика, зміст)

Контрольна робота 1 семестр “Методи і принципи фізичного виховання. Форми занять фізичними вправами в школі.”

Контрольна робота 2 семестр “Основи методики розвитку фізичних якостей.”

18) Основна література:

1. Арефьев В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання: підручник. - Кам'янець-Подільський: ПП. Буйницький О.А., 2020. – 368с.
2. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олімп. літ-ра, 2003. – Т.1. Т.2 – 392 с.
3. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник / О.М. Худолій. - Вид. 2. — Харків: ОВС, 2008. — 408 с.
4. Худолій О.М. Теорія і методика наукових досліджень : програма / О.М. Худолій. –Харків: ОВС, 2009. — 26 с.
5. Теорія і методика фізичної культури : навч.-метод. посібник / укл. М.Ю. Ячнюк, Ю.Б. Ячнюк, І.О. Ячнюк – Чернівці : Чернів. нац. ун-т., 2017. – 312 с.
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1, 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.

19) Додаткові джерела:

1. М.І. Воробйов, Т.Ю. Круцевич. Практика в системі фізкультурної освіти. –К.: Олімп-ка літ-ра, 2006. –190 с
2. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей дюддини. – Миколаїв.: УДМТУ, 2001. - 358 с.
3. Гнітецька Т.В. Самостійна робота студентів з теорії і методики фізичного виховання у кредитно-модульній системі навчання: навчально-методичні матеріали / Т.В.Гнітецька, Т.Г.Овчаренко, В.В.Слюсарчук. – Луцьк, 2008. –Ч.І – 80 с.- Ч.ІІ – 72 с.
4. Іващенко В.П., Безкопильний О.П., Теорія і методика фізичного виховання. – Ч. 1,2. – Черкаси: ЦЕНТІ, 2005. – 263 с.

20) Система оцінювання навчальних досягнень (розподіл балів):

Поточне оцінювання			Підсумковий контроль Контрольні роботи	Сума за 2 семестри
Змістовний модуль 1	Змістовний модуль 2	Змістовний модуль 3		
30	30	120	20	200

21) Умови допуску до підсумкового контролю:

- Відвідувати лекції (онлайн/офлайн);
 - Відвідувати практичні (семінарські заняття);
 - Активно працювати на заняттях, відповідати на питання, готувати даткові завдання, робити доповіді);
 - вивчати тематичний матеріал передбачений самостійною роботою;
 - наявність поточної та підсумкової контрольних робіт;
- дотримання умов академічної доброчесності.

22) Політика щодо академічної доброчесності:

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною та отримання позитивної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Політика щодо академічної доброчесності регламентується нормативним документом КНУБА [Положення-про-заходи-щодо-підтримки-академічної-доброчесності](#). У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач має право змінити тему завдання.

23) Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни:

<https://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=3475>