

«Затверджую»

Завідувач кафедри

Шашко О.М.
«14» вересня 2022

Розробник силабуса

Войтенко О. А.

Войтенко



СИЛАБУС

Теорія і методика фізичного виховання

(назва освітньої компоненти (дисципліни))

Шифр за освітньою програмою: 017
Навчальний рік: 2022/2023
Освітній рівень: перший рівень вищої освіти (бакалавр)
Форма навчання: денна, заочна, дуальна, дистанційна, змішана
Галузь знань: 01 ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА
Спеціальність, назва освітньої програми: 017 «Фізична культура і спорт»
8) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) обов'язкова
9) Семестр: V, VI
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: українська
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 характеризуються 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, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.			ІК ЗК 5,6,8,12 ФК 1,3,5,7,10,14
6	ПРН15.Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати 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 підсумково-ого контролю
20	20	Контрольна робота 1 Контрольна робота 2	200	Залік Екзамен
Сума годин:			240	
Загальна кількість кредитів ECTS			8	
Кількість годин (кредитів ECTS) аудиторного навантаження:			40	

17) Зміст курсу: (окремо для кожної форми занять – Л/Пр/КР/СРС)

Лекції:

Змістовний модуль 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Лекція 1. Теорія і методика фізичного виховання як навчальна і наукова дисципліна. Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання

Лекція 2. Загально методичні та специфічні принципи фізичного виховання. Засоби фізичного виховання

Лекція 3. Загальне поняття про методи фізичного виховання. Специфічні та загально педагогічні методи фізичного виховання.

Лекція 4. Основи навчання фізичних вправ. Рухові дії як предмет навчання.

Лекція 5. Урок фізичної культури-основна форма фізичного виховання учнів. Управління діяльністю учнів на уроці фізичної культури. Позаурочні форми занять фізичними вправами.

Змістовний модуль 2. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Лекція 6. Загальне поняття про фізичні якості. Сила і основи методики її виховання.

Лекція 7. Швидкісні здібності та витривалість і основи методики їх виховання.
 Лекція 8. Гнучкість та координаційні здібності і основи методики їх виховання.
 Лекція 9. Особливості навчання фізичних вправ в учнів. Основи диференційованого фізичного виховання.
 Лекція 10. Основи викладання предмета “ Фізична культура в школі.” Формування особистості в процесі фізичного виховання.

Практичні заняття:

Змістовний модуль 3.

Тема 1 Теорія і методика фізичного виховання як навчальна і наукова дисципліна. Фізичне виховання як соціальне явище. Засоби фізичного виховання.

Тема 2 Принципи та методи фізичного виховання. Навантаження та відпочинок: закономірності їх використання у фізичному вихованні.

Тема 3 Загальна характеристика та методи навчання руховим діям. Структура процесу навчання руховим діям. Етапи навчання.

Тема 4 Характеристика силових та швидкісних здібностей, методика їх розвитку.

Тема 5 Характеристика витривалості та спритності, методика розвитку.

Тема 6 Гнучкість та координація, як фізична якість людини, методика їх розвитку і підтримки.

Тема 7 Урок – основна форма занять у фізичному вихованні. Контроль та самоконтроль на заняттях.

Тема 8 Методика планування навчальної роботи з фізичного виховання в загальноосвітній школі. Підготовка педагога до уроку.

Тема 9 Основи методики фізичного виховання дітей шкільного віку та у спеціальних медичних групах.

Тема 10 Фактори направленої формування особистості та самовиховання. Анкетування та опитування як способи отримання інформації.

Самостійна робота

№	Назва теми	К-ть годин
1	Значення «Теорії та методики фізичного виховання» для 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.	6
6	Методи, спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками.	6
7	Особливості навчання у фізичному вихованні.	4
8	Готовність учня до засвоєння фізичних вправ.	4
9	Управління діяльністю учнів на уроках ФК.	4
10	Поурочні форми організації занять.	10
11	Щільність уроку фізичної культури.	4
12	Графік зайнятості та показників ЧСС на уроках фізичної культури.	4
13	Дозування навантажень на уроках ФК у школярів 5-11 класів	8
14	. Планування й облік роботи з фізичного виховання в школі. Зміст теми. Об'єктивні основи планування. Робочий план на семестр. Планконспект 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	6
20	Диференційована фізична підготовка учнів різних класів.	8
21	Сприятливі періоди розвитку основних фізичних якостей у дітей шкільного віку.	8
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
27	Методика вдосконалення сили як рухової якості	6
28	Методика вдосконалення швидкості як рухової якості	6
29	Методика вдосконалення витривалості як рухової якості	6
30	Методика вдосконалення спритності як рухової якості.	6
31	Методика вдосконалення гнучкості як рухової якості	6
32	Основи теорії адаптації та закономірності її використання у ФВ	8
Всього годин		200

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 дюдини. – Миколаїв.: УДМУ, 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		
20	20	140	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>

