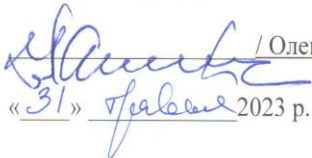


Київський національний університет
будівництва і архітектури
Кафедра Фізичного виховання і спорту
«Затверджую»

Шифр Спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми Фізична культура і спорт	Сторінка 1 з 4
017		

Завідувач кафедри

 / Олександр ШАМИЧ /
«31» травня 2023 р.



Розробник силабуса

 / Оксана ВОЙТЕНКО/

СИЛАБУС ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

(назва освітньої компоненти (дисципліни))

1) Шифр за освітньою програмою: ОК.29
2) Навчальний рік: 2023/2024
3) Освітній рівень: перший рівень вищої освіти (бакалавр)
4) Форма навчання: <u>денна, заочна</u> , дуальна, дистанційна, змішана
5) Галузь знань: : 01 ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА
6) Спеціальність, назва освітньої програми: 017 «Фізична культура і спорт», «Фізичне виховання 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: Дисципліна «Теорія та методика фізичного виховання» має тісний зв'язок з попередніми дисциплінами: підвищення спортивної майстерності; олімпійський та професійний спорт; біохімія та біохімічні основи ФВіС; фізіологія людини; теорія спорту. Постреквізити дисципліни: медико-педагогічний контроль ФВіС; фізичне виховання у СМГ та ін.
14) Мета курсу: формування у студентів знань і умінь, необхідних для успішної практичної діяльності учителя з фізкультури, набуття навичок проведення урочних та позаурочних занять з дітьми шкільного віку, планування системної роботи з фізичного виховання в умовах Нової української школи, впровадження здорового способу життя і раціональної організації вільного часу школярів.

15) Результати навчання:				
№	Програмний результат навчання	Метод перевірки навчального ефекту	Форма проведення занять	Посилання компетентності
1.	ПРН01. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.	Опитування, поточні та модульні контрольні роботи, доповіді, метод самоконтролю та самооцінки, залік, екзамен	Лекції, практичні заняття, консультації	ІК ЗК 1,4,9,11,12 СК1, 4, 6, 9, 14
2.	ПРН09. 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 ЗК 1,4,9,11,12 СК1, 4, 6, 9, 14
3.	ПРН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.			ІК ЗК 1,4,9,11,12 СК1, 4, 6, 9, 14
4.	ПРН14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.			ІК ЗК 1,4,9,11,12 СК1, 4, 6, 9, 14
5.	ПРН17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.			ІК ЗК 1,4,9,11,12 СК1, 4, 6, 9, 14
6.	ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.			ІК ЗК 1,4,9,11,12 СК1, 4, 6, 9, 14

16) Структура курсу:

	Лекції, год.	Практичні заняття, год.	Курсовий проект/ курсова робота РГР/Контрольна робота	Самостійна робота здобувача, год.	Форма підсумкового контролю
денна	50	40	Контрольна робота 1, 2	120	Залік Екзамен
заочна	20	20	Контрольна робота 1, 2	170	Залік Екзамен
Сума годин:				210	
Загальна кількість кредитів ECTS				7	
Кількість годин (кредитів ECTS) аудиторного навантаження:				90/40 (3/1.33)	

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

МОДУЛЬ 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Змістовий модуль 1. (30 год.)

Лекції:

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

Тема 2. Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання

Тема 3. Загально методичні принципи фізичного виховання

Тема 4. Специфічні принципи фізичного виховання

Тема 5-6. Засоби фізичного виховання

Тема 7-8. Загальне поняття про методи фізичного виховання. Специфічні методи фізичного виховання.

Тема 9-10. Рухові дії як предмет навчання.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Теорія і методика фізичного виховання як навчальна і наукова дисципліна.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання

Заняття 3-4. *Тема для обговорення:* Засоби фізичного виховання. Техніка фізичних вправ.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Принципи фізичного виховання.

**МОДУЛЬ 2. МЕТОДИЧНІ ТА ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ
ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ**

Змістовий модуль 1. (20 год.)

Лекції:

Тема 1. Загально педагогічні методи фізичного виховання.

Тема 2. Основи навчання фізичних вправ.

Тема 3. Урок фізичної культури-основна форма фізичного виховання учнів.

Тема 4. Управління діяльністю учнів на уроці фізичної культури.

Тема 5. Позаурочні форми занять фізичними вправами.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Методи фізичного виховання.

Заняття 2-3. *Тема для обговорення:* Навантаження та відпочинок: закономірності їх використання у фізичному вихованні.

Заняття 4-5. *Тема для обговорення:* Структура процесу навчання руховим діям. Етапи навчання.

Змістовий модуль 2. (24 год)

Лекції:

Тема 1. Загальне поняття про фізичні якості.

Тема 2. Сила і основи методики її виховання.

Тема 3. Швидкісні здібності і основи методики її виховання.

Тема 4. Витривалість і основи методики її виховання.

Тема 5. Гнучкість і основи методики її виховання.

Тема 6. Координаційні здібності і основи методики її виховання.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Загальна характеристика та методи навчання руховим діям.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Характеристика силових здібностей та методика їх розвитку.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Характеристика швидкісних здібностей та методика розвитку.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Характеристика витривалості та методика розвитку.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Поняття спритності та методика її розвитку.

Заняття 6. *Тема для обговорення:* Гнучкість як фізична якість людини, методика її розвитку і підтримки.

Змістовий модуль 3. (16 год)

Лекції:

Тема 1. Основи викладання предмета «Фізична культура» в школі.

Тема 2. Особливості навчання фізичних вправ в учнів.

Тема 3. Основи диференційованого фізичного виховання.

Тема 4. Методика диференційованого фізичного виховання учнів молодших, середніх та старших класів.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Урок – основна форма занять у фізичному вихованні.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Методика планування навчальної роботи з фізичного виховання в загальноосвітній школі. Підготовка педагога до уроку.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Контроль та самоконтроль на заняттях.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Основи методики фізичного виховання учнів молодших, середніх та старших класів.

Програма навчальної дисципліни /заочна форма/

МОДУЛЬ 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Змістовий модуль 1. (20 год.)

Лекції:

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

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

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

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

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

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Теорія і методика фізичного виховання як навчальна і наукова дисципліна. Фізичне виховання як соціальне явище. Засоби фізичного виховання.

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

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Загальна характеристика та методи навчання руховим діям. Структура процесу навчання руховим діям. Етапи навчання.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Урок – основна форма занять у фізичному вихованні. Контроль та самоконтроль на заняттях.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Методика планування навчальної роботи з фізичного виховання в загальноосвітній школі. Підготовка педагога до уроку.

МОДУЛЬ 2. МЕТОДИЧНІ ТА ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Змістовий модуль 1. (20 год)

Лекції:

Тема 1. Загальне поняття про фізичні якості. Сила і основи методики її виховання.

Тема 2. Швидкісні здібності та витривалість і основи методики їх виховання.

Тема 3. Гнучкість та координаційні здібності і основи методики їх виховання.

Тема 4. Особливості навчання фізичним вправам учнів. Основи диференційованого фізичного виховання.

Тема 5. Основи викладання предмета “ Фізична культура в школі.” Формування особистості в процесі фізичного виховання.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Характеристика силових та швидкісних здібностей, методика їх розвитку.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Характеристика витривалості та спритності, методика розвитку.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Гнучкість та координація, як фізична якість людини, методика їх розвитку і підтримки.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Основи методики фізичного виховання дітей шкільного віку та у спеціальних медичних групах.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Фактори направлено формування особистості та самовиховання. Анкетування та опитування як способи отримання інформації.

Самостійна робота

№	Назва теми
1.	Значення «Теорії та методики фізичного виховання» для студентів фізкультурних навчальних закладів.
2.	Оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
3.	Класифікація фізичних вправ.
4.	Характеристики техніки фізичних вправ.
5.	Методи, спрямовані на отримання спеціальних знань.
6.	Методи, спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками.
7.	Особливості навчання у фізичному вихованні.
8.	Готовність учня до засвоєння фізичних вправ.
9.	Управління діяльністю учнів на уроках ФК.
10.	Поурочні форми організації занять.
11.	Щільність уроку фізичної культури.
12.	Графік зайнятості та показників ЧСС на уроках фізичної культури.
13.	Дозування навантажень на уроках ФК у школярів 5-11 класів

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.
15.	Урок фізичної культури в малокомплектній школі.
16.	Принципи розвитку фізичних якостей.
17.	Розвиток фізичних якостей як єдиний процес.
18.	Послідовність дій вчителя при розвитку фізичних якостей.
19.	Особливості навчання фізичних вправ в учнів
20.	Диференційована фізична підготовка учнів різних класів.
21.	Сприятливі періоди розвитку основних фізичних якостей у дітей шкільного віку.
22.	Орієнтири щодо складання програм для уроків та позаурочних занять.
23.	Планування масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів.
24.	Тематичне планування.
25.	Профілактика травматизму на заняттях фізичними вправами.
26.	Правила безпечної поведінки на уроках фізичної культури.
Всього годин (денна/заочна): 120/170 год.	

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

Тематика модульних контрольних робіт формується згідно тем лекцій та практичних занять відповідно до модулів (модуль 1, 2).

Методичне забезпечення дисципліни

Підручники:

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: підручник [для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту]: в 2-х т. / [под ред. Т.Ю. Круцевич]. – К.: Олімпійська література. – Т. I. – 2012. – 392 с. ISBN 978-966-8708-62-6
2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення: підручник [для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту]: в 2-х т. / [под ред. Т.Ю. Круцевич]. – К.: Олімпійська література. – Т.2. - 2003. – 392 с. ISBN 966-7133-59-1

Навчальні посібники:

1. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: Навч. посібник. - Х.: ОВС, 2004. - 176 с.
2. Товт В.А. Основи теорії і методики фізичного виховання / В.А. Товт, О.А. Дуло, М.Ю. Щерба: Навч. посібник. - Ужгород, 2010.
3. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник. 2-е вид. - Харків: «ОВС», 2008. - 406 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. : в 2 ч. Ч. 2 / Б.М. Шиян, І.О. Омеляненко. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2012. - 304 с.

Конспекти лекцій: на освітньому сайті КНУБА org2.knuba.edu.ua

Методичні роботи:

Нормативно-правові документи:

1. Закон України Про фізичну культура і спорт. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page>
2. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року. URL: <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>
3. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті. – К., 2001.
4. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» (Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016). – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829>
3. Постанова Кабінету Міністрів України від 13.12.2004 N 1641 (1641-2004-п) "Про затвердження заходів з реалізації Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту у 2005 році"
4. Указ Президента України від 28.09.2004 N 1148 (1148/2004) "Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту".

Інформаційні ресурси:

5. Internet-ресурс <http://meduniver.com/Medical/Book>
6. Internet-ресурс <http://meduniver.com/Medical/Video>

20) Система оцінювання навчальних досягнень (розподіл балів):

Поточне оцінювання						Модульний контроль Контрольні роботи	Сума семестр
ПРН01	ПРН09	ПРН10	ПРН14	ПРН17	ПРН21		
10	10	10	10	10	20	30	100

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>