Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Назва курсу	**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**
Викладач (-і)	**М.О. Чистякова**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач
Профайл викладача (-ів)	http://fizkultura.kpnu.edu.ua/chystyakova-maryna-oleksandrivna/
Контактний тел.	0958120032
E-mail:	1876543@i.ua
Сторінка курсу в moodle	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=786
Консультації	Очні консультації: кожен четвер з 14:00 по 16:00.

1. Анотація до курсу

ТМФВ є профілюючим предметом спеціального призначення, навчання якого забезпечує широку теоретичну та практичну підготовку студентів до професійної діяльності.

Тип: нормативна навчальна дисципліна; дисципліни загально професійної підготовки

Термін вивчення: 3, 4 курс (5-7 семестр)

Кількість кредитів: 15,5 кредити ECTS. Загальна кількість годин — 465 год., з них: денна форма навчання – 186 год. аудиторних: год. 80 лекційних, 106 год. практичних занять; заочна форма навчання – 62 год. аудиторних: 22 год. лекційних, 40 год. практичних занять

2. Мета курсу

3. **Метою** викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є забезпечення глибокого теоретичного осмислення студентами основ фізичного виховання різних вікових і соціальних груп населення та загальних основ теорії спортивної діяльності для формування у них необхідного рівня знань, практичних вмінь і навичок для успішної професійної діяльності в галузі фізичного виховання в сучасних умовах у загальноосвітніх школах.

3. Формат курсу Очний (offline)

4. Результати навчання

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати: визначення базових понять теорії фізичної культури: фізична культура, фізичне виховання, спорт, фізична реабілітація, фізична рекреація, фізичний розвиток, предмет фізичної культури, предмет методики фізичної культури, система фізичного виховання, принципи фізичного виховання, методи фізичного виховання, засоби фізичного виховання, рухові дії, фізичні вправи, рухові здібності, педагогічний експеримент, педагогічне спостереження; джерела і стани розвитку теорії і практики фізичної культури; структуру фізичної культури і зміст її основних складових; структуру фізичного

виховання в Україні і зміст її складових; мету, завдання сучасної системи фізичного виховання школярів в Україні і напрямки її подальшого удосконалення; принципи фізичного виховання (загально педагогічні і специфічні); методи фізичного виховання; фізіологічні, психолого-педагогічні основи навчання рухових дій; структуру і зміст процесу навчання рухових дій; фізіологічні основи удосконалення (виховання) рухових здібностей; зміст та особливості методик удосконалення рухових здібностей; загальні основи організації і методик проведення занять фізичними вправами урочного і позаурочного типу; класифікацію і характеристику основних методів удосконалення у фізичному вихованні; головні аспекти формування навичок здорового способу життя; фізіологічні та психолого-педагогічні основи реалізацій диференційованого підходу у фізичному вихованні школярів; фізичне виховання дітей раннього віку; вікову періодизацію дітей раннього віку; фактори, які впливають на стан здоров'я новонародженого, фізіологічну характеристику організму новонароджених дітей та дітей грудного віку, зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять для дітей від народження до 3 років: а) фізичне виховання дітей першого року життя; б) фізичне виховання дітей другого року життя; раціональний режим дня дітей раннього віку, фізичне виховання дітей дошкільного віку, вікову періодизацію дітей дошкільного віку, характеристику змісту програм навчання і виховання дітей дошкільного віку, завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку, засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку, форми організації фізичного виховання в дошкільних установах, планування роботи з фізичного виховання у дошкільних закладах, контроль за рівнем фізичної підготовленості дітей дошкільного віку; підготовку вчителя до уроку та його проведення, загальну характеристика етапів підготовки вчителя до уроку, суть мовної та рухової підготовки вчителя до уроку, завдання, зміст, засоби та методичні особливості організації підготовчої частини уроку, завдання, зміст, засоби та методичні особливості організації основної частини уроку, завдання, зміст, засоби та методичні особливості організації заключної частини уроку, організацію і методичні особливості сучасного уроку фізичної культури, урок як основну форму організації навчальної роботи з фізичної культури, класифікацію, структуру та зміст уроків. основні педагогічні здібності вчителя фізичної культури; схему уроку; види уроків; типи уроків; структуру уроку; зміст уроку, дидактичні вимоги до уроку фізичної культури, загальні положення розвитку рухових здібностей на уроці фізичної культури, вчителя фізичної культури як організатора розумного способу життя, учитель і учні як суб'єкти процесу фізичного виховання, педагогічні функції, уміння та техніка вчителя фізичної культури, просвітницьку діяльність у системі фізичного виховання школярів, підготовку фізкультурного активу, створення матеріальної бази та боротьбу з травматизмом у школі, роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів; особливості роботи вчителя сільської школи, фізичне виховання дітей, учнів 1-4 класів. періодизацію шкільного віку дітей, завдання фізичного виховання учнів початкової школи, вікові особливості фізичного виховання молодших школярів, організацію фізичного виховання в школі І ступеня, методику організації і проведення навчальної роботи з фізичної культури в молодших класах, фізкультурно-оздоровчі форми роботи з учнями початкової школи протягом навчального дня, формування постави у дітей молодшого шкільного віку та навчання їх правилам загартування організму; педагогічний та медичний контроль у фізичному вихованні учнів початкової школи, технологію планування роботи з фізичної культури; систему планування фізичної культури в загальноосвітній школі; технологію планування та його функції, логіку планування, державні документи планування, документи планування навчальної роботи з фізичної культури, які створює вчитель фізичної культури: а) річний план-графік з фізичної культури для учнів різних класів; б) календарний план з фізичної культури для учнів різних класів на семестр; в) тематичний план з вивчення навчальної теми; г) план-конспект уроку фізичної культури для учнів І-ХІ класів; методику навчання як систему управління процесом фізичного виховання школярів, ставлення мети і завдань

навчання, мотивацію навчальної діяльності школярів, тематичне планування, засоби і методи навчання, фізичні вправи; теоретична підготовка; технічна підготовка; фізична підготовка; організацію навчальної діяльності школярів на уроках фізичної культури: формування навчальних груп; способи організації навчальної роботи; розділ часу уроку; організацію роботи в основній частині уроку; загальна і моторна щільність уроку; керівництво навчальною діяльністю школярів: стилі керівництва; вимоги вчителя на уроці; інструктування; регулювання навчальної діяльності учнів; корегування; контроль за успішністю учнів, матеріально-технічне обладнання, оцінку успішності учнів на уроках фізичної культури, контроль діяльності та стану здоров'я учнів, перевірку та оцінювання успішності учнів на уроках фізичної культури, зміст перевірки і критерії оцінки, систему перевірки успішності, облік навчальної роботи; позаурочні форми занять фізичними вправами, форми занять фізичними вправами протягом навчального дня: гімнастика перед заняттями; фізкультурні хвилинки; фізкультурні паузи; години здоров'я; динамічні перерви; години здоров'я у групах продовженого дня; позакласні заняття фізичними вправами: зміст роботи гуртків фізичної культури; зміст роботи груп ЗФП; організація і зміст роботи спортивних секцій; некласифікаційні змагання школярів; фізкультурно-художні свята; спортивно-художні вечори; дні здоров'я; фізичне виховання учнів поза школою: фізичне виховання за місцем проживання; організація фізичного виховання у літніх таборах відпочинку дітей; роль сім'ї у фізичному вихованні дітей; індивідуальні самостійні заняття; дитячі громадські організації та фізичне виховання школярів; фізичне виховання школярів, які віднесені до спеціальної медичної групи, критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я в процесі фізичного виховання, завдання фізичного виховання дітей з послабленим здоров'ям, організацію фізичного виховання: розподіл школярів за медичними групами; принципи комплектування груп; періодизація процесу фізичного виховання; засоби, методи та форми фізичного виховання учнів спецмедгрупи, особливості методики фізичного виховання школярів з послабленим здоров'ям в залежності від різновидів захворювань, методику профілактики порушень постави і методи її корекції, планування фізкультурно-оздоровчої роботи з фізичної культури, контроль у фізичному вихованні учнів з послабленим здоров'ям, фізичне виховання студентської молоді, мету і завдання фізичного виховання студентів ВНЗ III-IV рівнів, напрямки фізичного виховання студентів, організацію та зміст діяльності кафедри фізичного виховання та спортивного клубу університету, структуру та особливості змісту базової навчальної програми з фізичного виховання студентів ВНЗ III-IV рівнів, фізичне виховання студентів в аудиторний та поза аудиторний час, особливості фізичного виховання студентів вищих педагогічних навчальних закладів, контроль навчальних досягнень студенів з фізичного виховання, фізичну підготовку в Збройних Силах України, характеристику структури фізичної підготовки в Збройних Силах України, завдання фізичної підготовки в Збройних Силах України, зміст програмно-нормативних основ військово-фізичної підготовки молоді, організаційно-методичні умови військово-фізичної підготовки в Збройних Силах України, форми військово-фізичної підготовки в Збройних Силах України, спортивно-масова робота в Збройних Силах України, фізичне виховання дорослого населення, вікові особливості різних періодів життя дорослої людини, основні фактори і умови, які визначають фізичну культуру дорослих людей, завдання фізичного виховання людей зрілого віку, основні напрямки та зміст фізкультурно-оздоровчої роботи, форми занять фізичними вправами дорослого населення за місцем проживання, на підприємствах і в центрах громадського відпочинку, основні та нетрадиційні форми самостійних фізкультурно-оздоровчих занять дорослого населення, лікарсько-педагогічний контроль на заняттях оздоровчої спрямованості з дорослими людьми, сучасні фізкультурно-оздоровчі технології, основні закономірності, які визначають формування фізкультурно-оздоровчих технологій, характеристику основних груп нетрадиційних видів оздоровчих занять фізичними вправами, класифікацію, структуру і зміст фітнес-програм, гімнастика і танці: види гімнастики танцювального напрямку; види

гімнастики коригуючого напрямку; види гімнастики для розвитку гнучкості і рухливості в суглобах; види гімнастики, що засновані на східних оздоровчих системах, оздоровчі види ходьби і бігу.

вміти: організовувати навчально-виховний процес з фізичної культури; використовувати основні методи виховання рухових якостей, аналізувати структуру та основні напрями педагогічній діяльності в освітній установі, організувати і проводити заходи щодо оздоровчої фізичної культури в режимі дня; оцінити показники здоров'я населення та роль факторів, що його формують; застосувати методи діагностики фізичного та психічного рівня здоров'я та давати оцінку результатам його дослідження.

- розробляти індивідуальні програми і застосувати педагогічні методи оздоровлення різних категорій населення та здійснювати контроль за їх реалізацією.

Обсяг дисципліни

Найменування показників	**Характеристика навчальної дисципліни**	
	денна форма навчання	**заочна форма навчання**
Рік навчання	3, 4 курс	3, 4 курс
Семестр вивчення	5, 6, 7 семестр	6, 7,8 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	15,5 кредитів	15,5 кредитів
Загальний обсяг годин	465 годин	465 годин
Кількість годин навчальних занять	186 годин	62 годин
Лекційні заняття	80 годин	22 годин
Практичні заняття	106 годин	40 годин
Семінарські заняття	-	
Лабораторні заняття	-	
Самостійна та індивідуальна робота	279 годин	403 годин
Форма підсумкового контролю	2 заліка, екзамен	2 заліка, екзамен

Передумови для вивчення дисципліни: продовження шкільного курсу «Фізична культура», вступ до спеціальності, психологія.

8. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

Вивчення курсу не потребує використання програмного забезпечення, крім загально вживаних програм і операційних систем.

9. Політики курсу

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

Якщо студент не відпрацював пропущені навчальні заняття, не виправив оцінки 0,1,2,3, отримані на навчальних заняттях, не виконав модульні контрольні роботи (МКР), завдання самостійної роботи менше ніж на 60% від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт, він вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю.

Пропущені заняття студент має обов'язково відпрацювати. За відпрацьовані лекційні заняття оцінки не ставляться, за практичні, практично-семінарські, нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Студенту, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до навчальних занять, в журнал обліку роботи академічної групи ставиться 0 балів.

Студент, знання, уміння і навички якого на навчальних заняттях за 12-бальною шкалою оцінено від 1 до 3 балів, вважається таким, що недостатньо підготувався до цих занять і має академічну заборгованість за результатами поточного контролю. Поточну заборгованість, пов'язану з непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до навчальних занять, студент повинен ліквідувати. За ліквідацію поточної заборгованості нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-ю системою оцінювання.

Змістовий модуль 1, 2 завершується написанням модульної контрольної роботи.

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти з дисципліни «Теорії та методика фізичного виховання».

Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі студенти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Студенти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60 % від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою.

Екзамен з Теорії і методики фізичного виховання проводиться в усній формі з допомогою білетів класичного типу, який складається з трьох теоретико-методичних питань.

Студенти, які мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, не допускаються до іспиту. Вони допускаються до іспиту після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю. Вважається, що студент підготувався до іспиту, якщо рейтингова оцінка за його результатом більша або дорівнює 24 балам. Студентам, які за іспит отримали незадовільну оцінку, дозволяється ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки. Ліквідація академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяється до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускається не більше двох разів з навчальної дисципліни: один раз викладачеві, другий – комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету. Якщо студент ліквідовує академічну заборгованість на засіданні комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету, його відповідь оцінюється за 100-бальною шкалою без урахування результатів поточної успішності.

Академічна доброчесність: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак

академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахуванння викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

Відвідання занять Відвідання занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні зайняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. Допускається 1 пропуск з поважних причин, який не впливатиме на систему оцінювання. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися усі строків визначених для виконання усі видів письмових робіт, передбачених курсом. Література Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.

Схема курсу
1 тиждень
2.09.2019 12.30

Лекція № 1.

Тема: ТіМФВ як наукова та навчальна дисципліна

ПЛАН

1. Предмет ТіМФВ як наукова і навчальнадисципліна.
2. Джерела виникнення і розвитку ТіМФВ.
3. Основні історичні етапи розвитку ТіМФВ та їх характеристика.
4. Внесок українських педагогів в теорію ФВ (друга половина XIX - перша половина XX ст.).

Література:

1. Теория и методика физического воспитания. Т. 1. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.
2. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
3. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.
4. История физической культуры: Учеб. пособие для институтов физической культуры / Под ред. И.Н. Таропова, В.М. Видрина. -М: ФиС, 1964. – 384 с.

3.09 8.45

4. Лекція № 2

5. Тема: «Загальна характеристика системи фізичного виховання»

6. ПЛАН

7. 1. Поняття про систему та структура фізичного виховання.
8. 2. Мета системи фізичного виховання
9. 3.Напрями функціонування фізичного виховання як соціального
10. 4. Специфічні ознаки фізичного виховання

11. Література

12. 1. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
13. 2. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.

14. 3. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
15. 4. Шиян Б.М. школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

6.09.2019

Лекція № 3

Тема: Принципи, регламентуючі діяльність з фізичного виховання

1. Принципи та їх значення у сфері фізичного виховання.
2. Загальні, дидактичні (методичні) та специфічні принципи фізичного виховання.
3. Виховання особистісних якостей в процесі фізичного виховання.
4. Особистість викладача фізичного виховання та вимоги до його професійної майстерності.

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Ведмеденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури. — Київ, 1993.
3. Вишнева Л.В. Обучение должно быть развивающим // Физическая культура в школе. — 1981.— № 1. — С.15.
4. Матвеев А.П. С учетом полового созревания // Физическая культура в школе. — 1986. — № 12. — С.5.
5. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.

2 тиждень
9.09

Лекція № 4

Тема: Навантаження і відпочинок як взаємопов’язані компоненти виконання фізичних вправ

ПЛАН

1. Загальна характеристика фізичного навантаження.
2. Внутрішня та зовнішня сторони фізичного навантаження. Регулювання фізичного навантаження.
3. Відпочинок, як чинник оптимізації тренувальних впливів.

Література

1. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с.
2. Теория и методика физического воспитания : учебн. для студентов факультетов физ.культуры пед. Институтов / под. ред. Б. А. Ашмарина. –М. : Просвещение, 1990. – 287 с.
3. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан,2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ;Т. 2. – 366 с.
5. Боген М. М. Обучение двигательним действиям / М. М. Боген. – М. Физкультура и спорт,1985. – 192 с.

10.09

Лекція № 5

Тема: «Засоби фізичного виховання»

ПЛАН

1.Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.
2. Чинники, які визначають дію фізичних вправ.
3. Класифікація фізичних вправ.
4. Зміст і форма фізичних вправ.
5. Сили природи і гігієнічні чинники.
6. Характеристика техніки фізичних вправ
7. Критерії оцінки ефективності техніки.

Література

1. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. 391 с.
2. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
3. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.

Шиян Б.М. школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

10.09

Заняття 1.

Тема: Тімфв як наукова та навчальна дисципліна

Навчальна ціль: Навчитися трактувати поняття дисципліни. Мету, завдання.

студент повинен знати:

- що являє собою об’єкт і предмет ТМФВ
- основні історичні етапи розвитку ТМФВ
- визначення понять ТМФВ.

уміти: сформувати модель фахівця фізичної культури, проаналізувати модель фахівця фізичної культури.

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Вихідні поняття ТіМФВ.
2. Предмет ТіМФВ як наукова і навчальна дисципліна.
3. Джерела виникнення і розвитку ТіМФВ.
4. Основні історичні етапи розвитку ТіМФВ та їх характеристика.
5. Внесок українських педагогів в теорію ФВ (друга половина XIX - перша половина XX ст.).

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти можуть ознайомитися з особливостями функціонування фізичної культури в Україні.

Ситуаційні (контрольні) завдання

— Які знання потрібно здобути майбутньому фахівцю фізичної культури?

— Які особливості характеру притаманні фахівцю фізичної культури?

Питання для самостійного опрацювання

1. Педагогічні дослідження у фізичному вихованні.

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.Теория и методика физического воспитания. Т. 1. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
3. Методика фізичного виховання школярів: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Боднар А.О.] – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 292 с.
4. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.
Додаткова.
6. История физической культуры: Учеб. пособие для институтов физической культуры / Под ред. И.Н. Таропова, В.М. Видрина. -М: ФиС, 1964. – 384 с.
7. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. Пер. с анг. / Л. Кун. – М: Радуга, 1962. – 400 с.
8. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Г.Д. Харабуги - М: Физкультура и спорт, 1969. - 352 с.
7. Теория и методика физического воспитания: В 2-х т. / Под ред. Л.П.Матвеева, А.Д.Новикова. Изд 2-е, испр. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1976.

11.09

Лекція № 6

Тема: Методи фізичного виховання.

План

1. Визначення понять "метод", "методичний прийом", "методика".
2. Загальні вимоги до вибору методів
3. Класифікація методів.

Література

1. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
2. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.
3. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
4. Шиян Б.М. школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

11.09

Заняття 1.

Тема: Тімфв як наукова та навчальна дисципліна

Навчальна ціль: Навчитися трактувати поняття дисципліни. Мету, завдання.
студент повинен знати:
- що являє собою об'єкт і предмет ТМФВ
- основні історичні етапи розвитку ТМФВ
- визначення понять ТМФВ.

уміти: сформувати модель фахівця фізичної культури, проаналізувати модель фахівця фізичної культури.
План практичного заняття
I. Усне опитування

ІІ. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

6. Вихідні поняття ТіМФВ.
7. Предмет ТіМФВ як наукова і навчальна дисципліна.
8. Джерела виникнення і розвитку ТіМФВ.
9. Основні історичні етапи розвитку ТіМФВ та їх характеристика.
10. Внесок українських педагогів в теорію ФВ (друга половина XIX - перша половина XX ст.).

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти можуть ознайомитися з особливостями функціонування фізичної культури в Україні.

Ситуаційні (контрольні) завдання

— Які знання потрібно здобути майбутньому фахівцю фізичної культури?

— Які особливості характеру притаманні фахівцю фізичної культури?

Питання для самостійного опрацювання

1. Педагогічні дослідження у фізичному вихованні.

Література:

6. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.Теория и методика физического воспитания. Т. 1. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
8. Методика фізичного виховання школярів: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Боднар А.О.] – Кам’янець-Подільський: Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 292 с.
9. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
10. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

Додаткова.

6. История физической культуры: Учеб. пособие для институтов физической культуры / Под ред. И.Н. Таропова, В.М. Видрина. -М: ФиС, 1964. – 384 с.
7. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. Пер. с анг. / Л. Кун. – М: Радуга, 1962. – 400 с.
8. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Г.Д. Харабуги - М: Физкультура и спорт, 1969. - 352 с.
7. Теория и методика физического воспитания: В 2-х т. / Под ред. Л.П.Матвеева, А.Д.Новикова. Изд 2-е, испр. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1976.

13.09

Тема: Процес навчання рухових дій: передумови та структура

План

1. Методологічні основи процесу навчання руховим діям.
2. Педагогічні основи процесу навчання руховим діям.
3. Структура процесу навчання руховим діям.

Література:

1. Боген М. М. Обучение двигательним действиям / М. М. Боген. – М. Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
2. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.

3. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.

3 тиждень

17.09 Лекція 8 Тема: Процес навчання рухових дій: передумови та структура (4 год)

План

1. Методологічні основи процесу навчання руховим діям.
2. Педагогічні основи процесу навчання руховим діям.
3. Структура процесу навчання руховим діям.

Література:

5. Боген М. М. Обучение двигательним действиям / М. М. Боген. – М. Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
6. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.

17.09

Заняття 2

Тема: Загальна характеристика системи фізичного виховання

Навчальна ціль: Навчитися визначати поняття «система», «система фізичного виховання».

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Поняття про систему та структура фізичного виховання.
2. Мета системи фізичного виховання
3.Напрями функціонування фізичного виховання як соціального
4. Специфічні ознаки фізичного виховання

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти аналізують особливості функціонування системи фізичного виховання.

Ситуаційні (контрольні) завдання

Дайте письмову оцінку функціонування системи фізичного виховання у школі яку Ви закінчили.

Питання для самостійного опрацювання

1. Сучасні системи фізичного виховання в розвинених країнах: особливості, тенденції розвитку, проблеми управління та функціонування.

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.

3. Методика фізичного виховання школярів: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Боднар А.О.] – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 292 с.
4. Теория и методика физического воспитания. Т. 1. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.
5. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

18.09 Тема: Процес навчання рухових дій: передумови та структура (4 год)

План

1. Методологічні основи процесу навчання руховим діям.
2. Педагогічні основи процесу навчання руховим діям.
3. Структура процесу навчання руховим діям.

Література:

9. Боген М. М. Обучение двигательним действиям / М. М. Боген. – М. Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
10. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
11. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.
12. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.

Заняття 2

Тема: Загальна характеристика системи фізичного виховання

Навчальна ціль: Навчитися визначати поняття «система», «система фізичного виховання».

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Поняття про систему та структура фізичного виховання.
2. Мета системи фізичного виховання
3.Напрями функціонування фізичного виховання як соціального
4. Специфічні ознаки фізичного виховання

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти аналізують особливості функціонування системи фізичного виховання.

Ситуаційні (контрольні) завдання

Дайте письмову оцінку функціонування системи фізичного виховання у школі яку Ви закінчили.

Питання для самостійного опрацювання

2. Сучасні системи фізичного виховання в розвинених країнах: особливості, тенденції розвитку, проблеми управління та функціонування.

Література:

7. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
8. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.
9. Методика фізичного виховання школярів: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Боднар А.О.] – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 292 с.
10. Теория и методика физического воспитания. Т. 1. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.
11. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

19.09 **Лекція №9**

Тема: Розвиток фізичних якостей

1.Загальні положення процесу розвитку фізичних якостей
1.1. Особливості застосування термінів
1.2. Перенесення рухових якостей
1.3. Основні закономірності розвитку рухових якостей

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.
3. Методики фізичного виховання різних груп населення: опорні таблиці: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Боднар А.О., Солопчук Д.М.] – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 196 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 272 с.

4 тиждень

24.09 Заняття 3

Тема: Принципи, регламентуючі діяльність з фізичного виховання

Навчальна ціль: сформувати знання щодо ролі фізичної культури у формуванні гармонійно розвинутої особливості.

План практичного заняття

I. Усне опитування
II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1.Спеціфічні особливості фізичного виховання.
2. Соціальні принципи формування фізичної культури людьми.
3. Методичні принципи занять фізичними вправами.
4. Характеристика принципів побудови занять.
5. Роль фізичної культури у формуванні особистих якостей

Питання для самостійного опрацювання

За яких умов система фізичного виховання ефективно функціонує.

Ситуаційні завдання

Дайте характеристику спеціалісту з фізичного виховання.

Література:

5. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
6. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
7. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
8. Шиян Б.М. школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

25.09 Заняття 3

Тема: Принципи, регламентуючі діяльність з фізичного виховання

Навчальна ціль: сформувати знання щодо ролі фізичної культури у формуванні гармонійно розвинутої особливості.

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1.Спеціфічні особливості фізичного виховання.
2. Соціальні принципи формування фізичної культури людьми.
3. Методичні принципи занять фізичними вправами.
4. Характеристика принципів побудови занять.
5. Роль фізичної культури у формуванні особистих якостей

Питання для самостійного опрацювання

За яких умов система фізичного виховання ефективно функціонує.

Ситуаційні завдання

Дайте характеристику спеціалісту з фізичного виховання.

Література:

9. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
10. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
11. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед ин-тов / Под ред. Б.А.Ашмарина. – М: Просвещение, 1990. – 287 с.
12. Шиян Б.М. школярів / Б.М. Шиян. – Ч.1. – Т.: Богдан, 2001. – 272 с.

27.09

Лекція № 10

Тема: Розвиток фізичних якостей

1. Координація як рухова якість людини1
1.1 Фактори, що зумовлюють прояв координаційних здатностей
1.2 Засоби розвитку координаційних здатностей
1.3 Методика розвитку координаційних здібностей
2. Контроль за розвитком координаційних здібностей

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.
3. Методики фізичного виховання різних груп населення: опорні таблиці: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Боднар А.О., Солопчук Д.М.] – Кам’янець-Подільський: Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 196 с.

4. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 272 с.

5 тиждень
1.10

Заняття 4.

Тема: Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ

Навчальна ціль: Сформувати поняття щодо навантаження та відпочинку

План практичного заняття

1. Загальна характеристика фізичного навантаження.
2. Внутрішня та зовнішня сторони фізичного навантаження. Регулювання фізичного навантаження.
3. Відпочинок, як чинник оптимізації тренувальних впливів.

Література

1. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с.
2. Теория и методика физического воспитания : учебн. для студентов факультетов физ.культуры пед. Институтов / под. ред. Б. А. Ашмарина. –М. : Просвещение, 1990. 287 с.

4.10

Заняття 4.

Тема: Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ

Навчальна ціль: Сформувати поняття щодо навантаження та відпочинку

План практичного заняття

1. Загальна характеристика фізичного навантаження.
2. Внутрішня та зовнішня сторони фізичного навантаження. Регулювання фізичного навантаження.
3. Відпочинок, як чинник оптимізації тренувальних впливів.

Література

1. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с.
2. Теория и методика физического воспитания : учебн. для студентов факультетов физ.культуры пед. Институтов / под. ред. Б. А. Ашмарина. –М. : Просвещение, 1990. – 287 с.

4.10

Лекція № 11

Тема: Розвиток фізичних якостей

3. Сила як рухова якість людини1
3.1 Фактори, що зумовлюють прояв координаційних здатностей
3.2 Засоби розвитку координаційних здатностей
3.3 Методика розвитку координаційних здібностей
4. Контроль за розвитком координаційних здібностей

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.
3. Методики фізичного виховання різних груп населення: опорні таблиці: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Боднар А.О., Солопчук Д.М.] – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 196 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 272 с.

6 тиждень

8.10 **Заняття 5.**

Тема: Засоби фізичного виховання

Навчальна ціль: Сформувати поняття щодо засобів фізичного виховання

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.
2. Чинники, які визначають дію фізичних вправ.
3. Класифікація фізичних вправ.
4. Зміст і форма фізичних вправ.
5. Сили природи і гігієнічні чинники.
6. Характеристика техніки фізичних вправ
7. Критерії оцінки ефективності техніки.

Ситуаційні (контрольні) завдання:

Привести приклад різної дії фізичних вправ, сил природи і гігієнічних чинників на організм людини.

11.10 **Заняття 5.**

Тема: Засоби фізичного виховання

Навчальна ціль: Сформувати поняття щодо засобів фізичного виховання

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.
2. Чинники, які визначають дію фізичних вправ.
3. Класифікація фізичних вправ.
4. Зміст і форма фізичних вправ.
5. Сили природи і гігієнічні чинники.
6. Характеристика техніки фізичних вправ
7. Критерії оцінки ефективності техніки.

Ситуаційні (контрольні) завдання:

Привести приклад різної дії фізичних вправ, сил природи і гігієнічних чинників на організм людини.

11.10

Лекція №12

Тема: Планування та контроль у процесі занять фізичними вправами

ПЛАН

1. Поняття планування, його види та зміст.
2. Поняття контролю в процесі фізичного виховання.
3. Значення контролю, його види та зміст.

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.

7 тиждень
15.10, 18.10
21.10, 24.10

Заняття № 6 (4 год)

Тема: Методи фізичного виховання

Навчальна ціль: Сформувати поняття щодо методів фізичного виховання.

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Визначення понять “метод”, ”методичний прийом”, “методика”.
2. Загальні вимоги до вибору методів
3. Класифікація методів.

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти аналізують особливості взаємозв’язку інтенсивності та обсягу фізичного навантаження.

Ситуаційні (контрольні) завдання:

Дайте розгорнену характеристику методів, що застосовуються у фізичному вихованні та їхню
класифікацію.

На основі спостереження дайте оцінку використання вчителем (тренером, викладачем, інструктором) методів навчання і тренування на уроках та інших формах занять фізичними вправами.

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Ведмеденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури. — Київ, 1993.
3. Вишнева Л.В. Обучение должно быіть развивающим // Физическая культура в школе. — 1981.— № 1. — С.15.
4. Матвеев А.П. С учетом полового созревания // Физическая культура в школе. — 1986. — № 12. — С.5.
4. Шиян О.А. Современныіе концепции гуманизации педагогического сознания в США // Автореферат дис. на соискание ученой степени канд.пед.наук. — М., 1996.

22.10, 25.10
28.10, 30.10

Заняття № 8 (4 год)

Тема: Процес навчання рухових дій: передумови та структура

Навчальна ціль: Сформувати поняття щодо поняття навичка, уміння, етапи та фази навчання, структура та передумови.

План практичного заняття

І. Усне опитування

ІІ. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1.Методологічні основи процесу навчання руховим діям.

2. Педагогічні основи процесу навчання руховим діям.

3. Структура процесу навчання руховим діям.

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти аналізують та вивчають теоретичній матеріал; опрацьовують матеріали методичних посібників та рекомендацій; опрацьовують матеріал, винесений на самостійне вивчення.

Ситуаційні завдання:

На основі спостереження дайте оцінку навчання вчителем (тренером, викладачем, інструктором) рухової дії. Чи раціональний процес навчання дітей.

Контрольні питання:

1. Охарактеризуйте методологічні, педагогічні та фізіологічні основи навчання руховим діям.

2. Дайте характеристику рухових умінь та навичок.

3. Розкрийте структуру процесу навчання руховим діям.

Література:

13. Боген М. М. Обучение двигательним действиям / М. М. Боген. – М. Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.

14. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.

15. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.

16. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.

Листопад

Заняття № 10, 11, 12 (6 год)

Тема: Розвиток фізичних якостей

Навчальна ціль Визначення поняття «фізичні якості» людини.

План практичного заняття

І. Усне опитування

ІІ. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Дайте визначення поняття «фізичні якості» людини.

2. Що Ви розумієте під «переносом» фізичних якостей та назвіть види перенесення?

3. Охарактеризуйте основні закономірності розвитку фізичних якостей людини.

4. Дайте визначення поняття «сила» як фізична якість людини.

5. Назвіть різновиди сили та режими роботи м’язів.

6. Які фактори зумовлюють силові можливості людини?

7. Назвіть засоби розвитку сили.

8. Охарактеризуйте складові компоненти методики розвитку будь-якого різновиду сили.

9. Назвіть типові тести, які застосовують для контролю за розвитком силових якостей?

10. Дайте визначення поняття «бистрота» як фізична якість людини.
11. Назвіть різновиди бистроти.
12. Які фактори зумовлюють прояв бистроти?
13. Назвіть засоби розвитку бистроти.
14. Охарактеризуйте складові компоненти методики розвитку будь-якого різновиду бистроти.
15. Дайте визначення поняття «витривалість» як фізична якість людини.
16. Назвіть різновиди витривалості.
17. Які фактори зумовлюють витривалість людини?
18. Назвіть засоби розвитку витривалості.
19. Охарактеризуйте складові компоненти методики розвитку будь-якого різновиду витривалості.
20. Назвіть типові тести, які застосовують для контролю за розвитком витривалості.
21. Дайте визначення поняття «гнучкість» як фізична якість людини.
22. Назвіть різновиди гнучкості.
23. Які фактори зумовлюють гнучкість людини?
24. Назвіть засоби розвитку гнучкості.
25. Охарактеризуйте складові компоненти методики розвитку гнучкості.
26. Назвіть типові тести, які застосовують для контролю за розвитком гнучкості.
27. Дайте визначення поняття «координація» як фізична якість людини.
28. Назвіть різновиди координаційних здатностей.
29. Які фактори зумовлюють координаційні здатності людини?
30. Назвіть засоби розвитку координаційних здатностей.
31. Охарактеризуйте складові компоненти методики розвитку координаційних здатностей.
32. Назвіть типові тести, які застосовують для контролю за розвитком координаційних здатностей.

Методичні рекомендації з підготовки до семінарських (практичних) занять

Під час самостійної роботи вдома студенти аналізують та вивчають теоретичній матеріал; опрацьовують матеріали методичних посібників та рекомендацій; опрацьовують матеріал, винесений на самостійне вивчення.

Ситуаційні (контрольні) завдання:

Підготувати 8–10 вправ для розвитку швидкості та вказати дозування.
Підготувати 8–10 вправ для розвитку сили та вказати дозування.
Підготувати 8–10 вправ для розвитку витривалості та вказати дозування.
Підготувати 8–10 вправ для розвитку гнучкості та вказати дозування.
Підготувати 8–10 вправ для розвитку координаційних здібностей та вказати дозування.

Література:

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФиС, 1991. — 543 с.
3. Методики фізичного виховання різних груп населення: опорні таблиці: навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Боднар А.О., Солопчук Д.М.] – Кам’янець-Подільський: Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 196 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 272 с.

Грудень

Заняття 13

Планування та контроль у процесі занять фізичними Вправами

Навчальна ціль: Виробити навички контролю в процесі фізичного виховання.

План практичного заняття

I. Усне опитування

II. Виконання навчальних завдань

Питання та проблеми для обговорення

1. Поняття планування, його види та зміст.
2. Поняття контролю в процесі фізичного виховання.
3. Значення контролю, його види та зміст.

Література

1. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання/ За ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.

12. Система оцінювання та вимоги

МКР - до 24 балів

Робота на семінарі - до 12 балів

Іспит – до 40 балів

Усього можливих балів - 100 балів