

**АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАКЛАДІ**  
**ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ІІІ СТУПЕНЯ**

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни у контексті підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) є набуття глибоко професійних знань та комплексу професійно-особистісних якостей майбутніми вчителями фізичної культури закладу загальної середньої освіти ІІІ ступеня на основі поєднання змісту освіти, визначеного Державним стандартом базової і повної загальної середньої освіти та поглибленого вивчення навчального предмету «Фізична культура» з урахуванням здібностей та освітніх потреб учнів з орієнтацією на продовження навчання на вищих рівнях освіти.**

Навчальна дисципліна «Методика викладання фізичної культури в закладі загальної середньої освіти ІІІ ступеня» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Теорія і методика фізичного виховання», «Методика викладання фізичної культури в закладі вищої освіти», «Теорія і методика спортивно-масової роботи», «Адаптивна фізична культура», «Контроль і тестування у фізичній культурі», «Сучасні аспекти організації рухової активності населення».

**2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни.**

Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 28 травня 2020 року, протокол за № 3) у здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня вищої освіти формуються наступні *компетентності*:

*загальні:*

- здатність здійснювати науково-дослідну діяльність;
- проводити наукові дослідження на відповідному рівні;

- застосування професійно-профільних знань в галузі педагогіки та психології вищої школи з урахуванням психолого-фізіологічних та соціальних особливостей учнівських та студентських колективів;
- володіти передовими методами керівництва учнями та студентами, навичками виховної роботи у відповідних навчальних закладах;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

*фахові:*

- застосування знань в організації навчально-виховної роботи, визначенні ступеню та глибини засвоєння учнями програмового матеріалу у використанні різноманітних методів, засобів і форм навчання, прогресивних прийомів керівництва навчальною та фізкультурною діяльністю;
- здатність до загальної орієнтації у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчої рухової активності;
- здатність використовувати професійні базові знання під час проходження педагогічної практики в ЗСО та ЗВО;
- здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань з фізичної культури для осіб з обмеженими можливостями;
- знати концептуальні основи і принципи олімпійської освіти, уміти реалізовувати їх в подальшій професійній діяльності;
- проведення індивідуальних та групових оздоровчо-рекреаційних занять з учнівськими колективами, людьми різних вікових груп з урахуванням параметрів їх здоров'я та фізичної і технічної підготовленості;
- формування готовності забезпечувати високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності.

**Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:**

*загальних:*

– *здатність здійснювати науково-дослідну діяльність;*

здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) здатні формувати в закладі загальної середньої освіти III ступеня ефективне освітнє середовище, що передбачає здійснення ними сучасних дослідно-експериментальних і навчально-методичних видів професійної діяльності, здатних поєднати предметне навчання з інноваційною діяльністю;

– *проводити наукові дослідження на відповідному рівні;*

майбутні вчителі фізичної культури закладу загальної середньої освіти здатні до самостійного проведення сучасних дослідно-експериментальних досліджень та інших видів інноваційної діяльності на відповідному фаховому рівні;

– *застосування професійно-профільних знань в галузі педагогіки та психології вищої школи з урахуванням психолого-фізіологічних та соціальних особливостей учнівських та студентських колективів;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) здатні застосовувати професійно-профільні знання для оптимізації занять фізичними вправами у закладі загальної середньої освіти III ступеня для цілеспрямованого формування в учнівській молоді позитивного ставлення до фізичної культури через розвиток своїх творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів;

– *володіти передовими методами керівництва учнями та студентами, навичками виховної роботи у відповідних навчальних закладах;*

здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) володіють належним рівнем професійної готовності як вчителі фізичної культури закладу загальної середньої освіти III ступеня на основі засвоєних передових управлінських методів;

- *здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.*

здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) володіють здатністю мотивувати старшокласників через формування у них мотивів та використання стимулів, що спонукає до дії, визначає їх організованість, активність і стійкість в процесі занять фізичними вправами.

*фахові:*

- *застосування знань в організації навчально-виховної роботи, визначенні ступеню та глибини засвоєння учнями програмового матеріалу у використанні різноманітних методів, засобів і форм навчання, прогресивних прийомів керівництва навчальною та фізкультурною діяльністю;*

здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) вміло застосовують сучасні фахові знання в ході організації освітнього процесу з фізичного виховання учнів 10-11 класів у закладі загальної середньої освіти III ступеня;

- *здатність до загальної орієнтації у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчої рухової активності;*

майбутні вчителі фізичної культури закладу загальної середньої освіти III ступеня здатні застосовувати основні теоретичні положення для здоров'язбереження, підвищення мотивації до занять оздоровчою фізичною культурою у старшокласників з використанням інноваційних технологій оздоровчої рухової активності;

- *здатність використовувати професійні базові знання під час проходження педагогічної практики в ЗСО та ЗВО;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) закладу загальної середньої освіти володіють здатністю використовувати професійні

базові знання під час проходження виробничої педагогічної практики на базі школи III ступеня, включаючи практику в профільних старших класах;

– *здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань з фізичної культури для осіб з обмеженими можливостями;*

майбутні вчителі фізичної культури закладу загальної середньої освіти володіють сучасними інклюзивними та методичними знаннями, практичними вміннями і навичками організації занять фізичними вправами старшокласників з обмеженими можливостями в умовах діяльності школи III ступеня;

– *знати концептуальні основи і принципи олімпійської освіти, уміти реалізовувати їх в подальшій професійній діяльності;*

здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) володіють знаннями з олімпійської освіти, що є дієвим та ефективним засобом пропаганди серед учнівської молоді ідей та ідеалів олімпійського руху, поширення знань про олімпізм, його цінності, багату історію, кращих представників світової та української спортивної плеяди;

– *проведення індивідуальних та групових оздоровчо-рекреаційних занять з учнівськими колективами, людьми різних вікових груп з урахуванням параметрів їх здоров'я та фізичної і технічної підготовленості;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) закладу загальної середньої освіти володіють сучасною методикою організації і проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових форм фізичного виховання старшокласників на основі результатів медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів та рівня їх фізичної і технічної підготовленості;

– *формування готовності забезпечувати високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності;*

майбутні вчителі фізичної культури закладу загальної середньої освіти володіють методичними знаннями, практичними вміннями і навичками, що забезпечить високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання навчальної дисципліни «Фізична культура. 10-11 класи» рівня стандарт і профільного рівня згідно діючих навчальних програм та у повному обсязі освітньої програми закладу загальної середньої освіти III ступеня.

### **3. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами**

#### **Змістовий модуль 1**

#### **Фізична культура в старших класах як навчальна дисципліна та основні аспекти організаційно-методичного забезпечення фізичного виховання учнів старшої школи**

Тема 1. Вступ. Фізична культура в закладі загальної середньої освіти III ступеня як навчальна дисципліна та педагогічний процес. Мета і завдання навчальної дисципліни. Про структуру ступеневої освіти в Україні. Фізіологічна характеристика життєдіяльності та вікового розвитку організму учнів старших класів. Засоби і методи фізичного виховання старшокласників. Методичні особливості навчання рухових дій та розвитку рухових здібностей старшокласників. Форми фізичного виховання старшокласників.

Тема 2. Нормативно-методичні основи фізичного виховання в закладі загальної середньої освіти III ступеня. Характеристика змісту освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти. Навчальний предмет «Фізична культура» у Типовій освітній програмі закладів загальної середньої освіти III ступеня (Типова освітня програма профільної середньої освіти). Зміст конкретизованих завдань фізичного виховання старшокласників в залежності від особливостей вікового розвитку. Організація профільного навчання учнів в сучасній старшій школі. Концепція профільного навчання в старшій школі.

Тема 3. Основні аспекти організаційно-методичного ходу та педагогічний аналіз сучасного уроку фізичної культури в закладі загальної

середньої освіти III ступеня. Методичні особистості організації і планування фізичного виховання в закладі загальної середньої освіти III ступеня (рівень стандарт та профільний рівень). Основи організації навчальної роботи: планування навчального матеріалу; організація уроків фізичної культури. Навчальна робота з фізичної культури в 10-11-х класах. Використання програм навчання при засвоєнні навчального матеріалу з гімнастики. Методика розвитку силових здібностей на уроках фізичної культури у юнаків 10-11 класів. Розвиток фізичних якостей та вдосконалення рухових навичок старшокласників засобами волейболу. Профільне навчання в старшій школі: методичні особистості організації і планування фізичного виховання в спортивно-педагогічних класах старшої школи; професійно-педагогічна орієнтація учнів старших класів спортивно-педагогічних класів. Характеристика спортивно-педагогічних класів старшої школи: зразкове положення; порядок прийому та атестації учнів, особливості організації навчальної діяльності класів спортивного профілю, педагогічні технології, що використовуються у фізичному вихованні, зміст та організація освітнього процесу в класі спортивного навчального профілю. Методика створення та викладання спецкурсу «Основи теорії і методики фізичного виховання» в 10-11 профільних спортивних класах.

Тема 4. Особливості організації і проведення фізичного виховання старшокласників, учнів спецмедгруп. Організація занять фізичними вправами зі старшокласниками, які віднесені до спецмедгруп, методичні особливості розподілу на групи, принципи методики проведення занять, особливості побудови уроків та комплексів вправ, спеціальні засоби фізичної культури при різних захворюваннях, планування уроків та зміст програм відновлення, контроль у фізичному вихованні старшокласників в спецмедгруп,

Тема 5. Прикладна спрямованість фізичного виховання учнів в закладі загальної середньої освіти III ступеня. Зміст і різновиди прикладної спрямованості фізичного виховання старшокласників. Характеристика напрямів і завдань прикладної спрямованості фізичного виховання

старшокласників. Прикладна фізична підготовка, яка сприяє професійному навчанню старшокласників. Загальні положення професійно-прикладної фізичної підготовки старшокласників: мета і завдання професійно-прикладної фізичної підготовки; основні і допоміжні фактори, що визначають зміст професійно-прикладної фізичної підготовки, прикладну фізичну підготовку юнаків-старшокласників.

Тема 6. Методика організації позаурочних форм фізичного виховання учнів в закладі загальної середньої освіти III ступеня. Загальна характеристика методики позаурочних форм фізичного виховання учнів 10-11 класів (рівень стандарту та профільний рівень) школи III ступеня. Фізичне виховання старшокласників у режимі навчального дня. Фізіологічне, гігієнічне та педагогічне обґрунтування рухового режиму учнів 10-11 класів в умовах старшої школи. Методика організації і проведення фізкультурних пауз, ігор і фізичних вправ на перервах для учнів старшої школи. Методика організації і проведення позакласних занять фізичними вправами учнів з урахуванням рівня стандарту та профільного рівня. Методика організації і проведення занять в спортивних секціях учнів 10-11 класів. Методика організації і проведення спортивних змагань для старшокласників. Фізичне виховання учнів 10-11 класів поза школою та за місцем проживання. Організація фізичного виховання учнів старших класів середньої школи в літніх таборах відпочинку дітей. Роль сім'ї у фізичному вихованні учнів школи III ступеня.

Тема 7. Самостійні заняття фізичними вправами учнів закладу загальної середньої освіти III ступеня. Методичні аспекти організації та змісту самостійних занять фізичними вправами старшокласників. Методичні рекомендації по організації самостійних занять фізичними вправами старшокласників. Методичні особливості удосконалення рухових здібностей в ході самостійних занять фізичними вправами. Самоконтроль на самостійних заняттях фізичними вправами старшокласників. Методичні рекомендації з організації самостійних занять фізичними вправами учнів 10-11 класів (спортивний профіль) – з фізичної підготовки. Методичні рекомендації з



організації самостійних занять фізичними вправами учнів 10-11 класів (спортивний профіль) – з технічної підготовки модулів навчальної програми.

Тема 8. Методичні особистості організації і проведення оздоровчих занять фізичними вправами старшокласників. Методичні особистості організації і проведення оздоровчих занять фізичними вправами учнів профільних спортивних класів середньої школи. Методичні особливості реалізації принципу оздоровчої спрямованості фізичної культури учнів профільних спортивних класів середньої школи. Обов'язкові правила для досягнення позитивного впливу фізичної культури на здоров'я учнів профільних спортивних класів середньої школи. Авторські комплекси і програми фізичних вправ оздоровчої спрямованості для учнів профільних спортивних класів середньої школи. Змістові різновиди оздоровчих занять фізичними вправами учнів профільних спортивних класів середньої школи. Методичні основи оздоровчих занять фізичними вправами учнів профільних спортивних класів середньої школи: основи побудови оздоровчого заняття. Методичні основи оздоровчих занять фізичними вправами учнів профільних спортивних класів середньої школи: методичні правила оздоровчого заняття фізичними вправами. Методика використання для учнів профільних спортивних класів середньої школи сучасних засобів оздоровчої спрямованості, фізкультурно-оздоровчих методик і систем.

#### **4. Обсяг вивчення навчальної дисципліни:**

- кількість кредитів ЄКТС – 5;
- кількість годин – 150;
- кількість аудиторних годин – 50, 20 годин лекцій, 30 години практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 100.

#### **5. Форма семестрового контролю – екзамен.**

## **6. Інформація про науково-педагогічних працівників, які забезпечують викладання дисципліни:**

**Г.В. Бесарабчук**, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання, заслужений тренер України з пауерліфтингу, керівник навчально-методичного центру забезпечення якості освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

## **7. Перелік основної літератури:**

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. К., Олимпийская литература, 2002. 294 с.
2. Ільницька Г.С., Ільницька Л.В., Ільницький С.В. Фізична культура. 10 клас. Рівень стандарту. Серія «Мій конспект». К.: Ранок, 2018. 112 с.
3. Круцевич Т.Ю. Теорія и методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення. Т.2. / Під ред. Т.Ю. Круцевич. К. : Олимпийская литература, 2017. 366 с. (Глава 1. Рухова активність та здоров'я дітей і підлітків; Глава 3. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку).
4. Лях В.И. Методика физического воспитания учащихся. 10-11 классы // В.И. Лях. М.: Просвещение, 2005. 125 с.
5. Методика фізичного виховання учнів 1–11 класів: навчальний посібник / М.Д. Зубалій, Л.В. Волков, С.І. Жевага, В.В. Івашковський, А.І. Ільченко, В.І. Мудрік, І.В. Мудрік, О.І. Остапенко, Є.В. Столітенко, М.В. Тимчик, А.І. Шинкарюк [за редакцією М.Д. Зубалія]. К., 2012. 216 с.
6. 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.
7. 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.

8. Методики фізичного виховання різних груп населення: навчальний посібник / [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Заїкін А.В.]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2012. С. 58–209;

9. Навчальна програма Фізична культура, профільний рівень, 10-11 класи (2017 р.). Режим доступу: <https://osvita.ua/school/program/program-10-11/58889/>

10. Типова освітня програма закладів загальної середньої освіти III ступеня, затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 20.04.2018 № 406. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-tipovoyi-osvitnoyi-programi-zakladi-v-zagalnoyi-serednoyi-osviti-iii-stupenya-408>

11. Суббота, Ю. В. Оздоровчі рухові програми самостійних занять фізичною культурою і спортом [Текст] : практичний посібник для студ. вищ. навч. закл. / Ю. В. Суббота. - К. : Кондор, 2007. - 163 с.

12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2 / Б.М. Шиян. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. 248 с.

13. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. 272 с.