

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1. Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) 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.

Навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Вступ до спеціальності», «Історія фізичної культури», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Психологія», «Біохімія», «Фізіологія людини», «Педагогіка».

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

Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 25 квітня 2019 року, протокол № 4) у здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня формуються наступні компетентності:

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів освітніх наук та педагогіки, фізичного виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації навчально-виховного процесу в закладах середньої освіти.

Загальні компетентності:

Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності.

Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання.

Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.

Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах

Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.

Здатність до організації та проведення туристичних походів оздоровчої спрямованості

Знання про особливості туристичних походів з людьми різного віку та фізичного ступеня фізичної підготовленості

Здатність використовувати нетрадиційні методи, засоби і технології в організації масової фізичної культури різних верств населення

Нормативна дисципліна професійної підготовки «Теорія і методика фізичного виховання» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) надасть можливість майбутнім вчителям з фізичної культури організовувати навчально-виховний процес з фізичної культури; використовувати основні методи виховання рухових якостей, аналізувати структуру та основні

напрями педагогічної 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.

3. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами

Змістовий модуль 1 «Теорія фізичного виховання», 2 курс (90 год)

Навчальна дисципліна передбачає вивчення 9-ти тем:

Тема 1: ТіМФВ як наукова та навчальна дисципліна

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

Тема 2: «Загальна характеристика системи фізичного виховання»

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

Тема 3: 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.

Тема 4: Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ

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

Тема 5: «Засоби фізичного виховання»

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.

Тема 6: Методи фізичного виховання.

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

Тема 7 : Процес навчання рухових дій: передумови та структура (4 год)

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

Тема 8: 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
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

Тема 9: Планування та контроль у процесі занять фізичними вправами

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

Змістовий модуль 2 «Методика фізичного виховання різних груп населення», 3 курс (74 год)

Навчальна дисципліна передбачає вивчення 17-ти тем:

Тема 1. Теорія фізичного виховання дітей від народження до шести років

1. Предмет теорії фізичного виховання дошкільників
2. Завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку
3. Біологічна потреба в русі
4. Норми рухової активності дітей

Тема 2. Вікові особливості фізичного розвитку дітей раннього та дошкільного віку

- Вікова періодизація дітей
2. Особливості різних вікових періодів
 - А) новонароджені
 - Б) грудний вік
 - В) раннє дитинство
 - Г) перше дитинство
 4. Фактори, що впливають на стан здоров'я дитини

Тема 3. Зміст та методика навчання рухів дітей дошкільного віку

1. Єдність навчання, виховання та розвитку дітей у процесі фізичного
2. виховання
3. Методика навчання основних рухів
4. Танцювальні вправи
5. Рухливі ігри та методика їх проведення
6. Розвиток рухових якостей у дітей дошкільного віку

Тема 4. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня

1. Ранкова гімнастика та гімнастика після денного сну
2. Фізкультурні хвилинки
3. Фізкультурні паузи

Тема 5. Методика проведення занять з фізичної культури

1. Типи занять з фізичної культури
2. Структура та зміст занять з фізичної культури
3. Способи організації дітей на заняттях з фізичної культури
4. Заняття з фізичної культури на повітрі
5. Особливості проведення занять з фізичної культури у різних вікових групах
6. Методика проведення занять з фізичної культури у мішаних за віком групах

Тема 6. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей шкільного віку

- Мета і завдання фізичного виховання дітей шкільного віку.
2. Організації, діяльність яких спрямована на фізичне виховання дітей.
 3. Формування знань у процесі фізичного виховання.
 4. Основи організації фізичного виховання з дітьми шкільного віку.
 5. Виховання звички до занять фізичною культурою.
 6. Основи методики фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Тема 7. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку

Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку

2. Особливості школярів різних вікових груп
3. Мета та завдання фізичного виховання школярів шкільного віку

Тема 8. Програми фізичного виховання школярів

1. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1 – 4 класи
2. Навчальна програма з фізичної культури для 5–9 класів
3. Програма з фізичної культури 10-11 класи
4. Програмування та корекція програм занять в процесі фізичного виховання

Тема 9. Концепція Нової української школи

1. Огляд концепції нової української школи
2. Особливості організації освітнього середовища: середовище, що належить дітям
3. Інтеграція: тематичний і діяльнісний підходи

Тема 10. Предмет "Фізична культура" у школі та урок як основна форма

його викладання.

1. Характерні риси, зміст і побудова уроку.
2. Види і типи уроків. Визначення завдань уроку.
3. Організація діяльності учнів на уроці.

Тема 11. Найважливіші складові підготовки вчителя з фізичної культури до проведення уроку з фізичної культури.

- Педагогічні функції, уміння та техніка вчителя.
2. Просвітницька діяльність у системі фізичного виховання школярів.
 3. Створення матеріальної бази та заходи проти травматизму в школі.
 4. Роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів.

Тема 12. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня. Позакласна і позашкільна робота з фізичної культури

- Загальна характеристика організаційних форм фізичного виховання.
2. Характеристика позаурочних форм фізичного виховання.
 3. Організаційні форми фізичного виховання у режимі шкільного дня.
 4. Позакласні заняття фізичними вправами.
 5. Фізичне виховання учнів поза школою

Тема 13 Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям

Критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання

2. Завдання фізичного виховання ослаблених дітей у школі
3. засоби фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям
4. Лікарсько-педагогічний контроль

Тема 14 Особливості фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям

Особливості методики фізичного виховання школярів, які часто хворіють на ГРЗ

2. Особливості методики фізичного виховання школярів при функціональних порушеннях дихальної системи
3. Особливості методики фізичного виховання школярів при функціональних порушеннях серцево-судинної системи
4. Особливості методики фізичного виховання школярів при функціональних порушеннях нервової системи
5. Профілактика плоскостопості, постави, зору, маси тіла.

Тема 15 Фізичне виховання студентської молоді

1. Мета і завдання фізичного виховання студентів.
2. Завдання позанавчальної роботи з ФВ зі студентами.
3. Особливості організації процесу ФВ студентів.
4. Організація навчальних занять з ФВ в навчальних відділеннях ВНЗ.
5. Організація і зміст роботи кафедри ФВ ВНЗ.

Тема 16 Система фізичної підготовки Збройних сил України

Управління фізичною підготовкою у Збройних Силах України

Розділи фізичної підготовки в Збройних Силах України

Організація та проведення форм фізичної підготовки в Збройних Силах України

Спорт у вищих військових навчальних закладах та військових частинах

Тема 17 Фізичне виховання дорослого населення

1. Мета та завдання ФВ дорослого населення.
2. Основні напрямки ФВ дорослого населення.
3. Розподіл дорослих на групи для занять фізичними вправами

4. Обсяг вивчення навчальної дисципліни:

- кількість кредитів ЄКТС – 15;
- кількість годин – 450;
- кількість аудиторних годин – 100 годин лекцій, 124 години практичних занять; кількість годин самостійної роботи – 226 .

5. Форма семестрового контролю – 2 заліки, екзамен.

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

Чистякова Марина Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач.

7. Перелік основної літератури:

1. Боген М. М. Обучение двигательным действиям. М. Физкультура и спорт, 1985. 192 с.
2. Вільчковський Е.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. Посібник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
3. Єдинак Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Поділ., 2000. 305 с.
4. 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.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: ФиС, 1991. 543 с.
6. Мазур В. А. Залучення учнів спеціальної медичної групи до фізичної активності під час навчання в основній школі : метод. посіб. /Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. – 148 с.
7. 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. 480 с.
8. 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.
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. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання:

підручник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту: Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення К., 2017. 384 с.

11. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту: у 2 томах К., 2008. 368 с.

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

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