

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ —  
випускова кафедра**

Склад кафедри	<p><b>Завідувач кафедри –</b>  Юрчишин Юрій Володимирович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент  Бабюк Сергій Миколайович – кандидат педагогічних наук, доцент  Єдинак Геннадій Анатолійович – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор  Боднар Аліна Олександрівна – кандидат педагогічних наук, старший викладач  Мисів Володимир Михайлович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту доцент  Чистякова Марина Олександрівна – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач  Марчук Володимир Миколайович – старший викладач, заслужений тренер України зі спортивної акробатики, суддя міжнародної категорії  Клюс Олена Анатоліївна – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач  Скавронський Олександр Павлович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент  Марчук Данііл Володимирович – асистент  Погребняк Тетяна Миколаївна – асистент  Потапчук Сергій Миколайович – асистент</p> <p><b>Навчально-допоміжний персонал:</b>  Ремішевська Олеся Володимирівна - старший лаборант  Астаф'єва Світлана Володимирівна - старший лаборант</p>
Дисципліни	<p align="center"><b>КАФЕДРА ЗАБЕЗПЕЧУЄ ВИКЛАДАННЯ ТАКИХ ДИСЦИПЛІН:</b></p> <p align="center"><b>СТУПІНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ «БАКАЛАВР»</b></p> <p align="center"><b>Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</b></p> <p align="center"><u>1 курс семестр I</u>  Історія фізичної культури  Вступ до спеціальності  Сучасні фітнес-технології</p> <p align="center"><u>1 курс семестр II</u>  Теорія і методика викладання гімнастики  Підвищення спортивної майстерності</p> <p align="center"><u>1 курс семестр II</u>  Теорія і методика викладання гімнастики  Підвищення спортивної майстерності</p> <p align="center"><u>2 курс семестр I</u>  Теорія і методика викладання гімнастики  Оздоровчий фітнес</p> <p align="center"><u>2 курс семестр II</u>  Теорія і методика фізичного виховання</p> <p align="center"><u>3 курс семестр I</u>  Основи наукових досліджень  Теорія і методика викладання гімнастики  навчальна ознайомлювальна педагогічна практика  Теорія і методика фізичного виховання  Теоретико-методичні засади організації оздоровчих занять різних</p>

груп населення  
 Менеджмент і маркетинг в галузі фізичної культури, спорту та здоров'я  
3 курс семестр II  
 виробнича педагогічна практика в основній (базовій) середній школі  
 Курсова робота з теорії і методики фізичного виховання  
 Теорія і методика фізичного виховання  
4 курс семестр I  
 Технологія організації рекреаційних і спортивних заходів  
 Ритміка і хореографія  
4 курс семестр II  
 Психолого-педагогічні основи фізичного виховання  
 Аеробіка з методикою викладання  
 виробнича педагогічна практика у профільній середній школі  
 Курсова робота зі спортивно-педагогічного вдосконалення  
**Спеціальність 017 Фізична культура і спорт:**  
1 курс Семестр I  
 Історія фізичної культури  
1 курс Семестр II  
 Психолого-педагогічні аспекти в спорті  
1 курс Семестр II  
 Психолого-педагогічні аспекти в спорті  
2 курс Семестр I  
 Теорія і методика фізичного виховання  
3 курс Семестр I  
 Теорія і методика гімнастики  
 Основи наукових досліджень  
 Фітнес-технології (силовий фітнес, аеробіка, ментальний фітнес, аквафітнес, функціональний тренінг)  
3 курс Семестр II  
 Виробнича практика в ДЮСШ в групах початкової підготовки  
 навчальна практика з гімнастики  
4 курс Семестр I  
 Олімпійський і професійний спорт  
 Фізична рекреація  
 Курсова робота зі спортивно-педагогічного вдосконалення  
4 курс Семестр II  
 Менеджмент та маркетинг у спорті  
 Виробнича практика в ДЮСШ в групах попередньої та спеціалізованої базової підготовки  
**Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія:**  
1 курс Семестр I  
 Оздоровча фізична культура різних верств населення  
2 курс Семестр I  
 Теорія і методика фізичного виховання  
3 курс Семестр I  
 Основи наукових досліджень  
 Методика наукових досліджень  
4 курс Семестр II  
 Менеджмент та маркетинг у фізичній реабілітації  
 Сучасні фітнес технології  
**СТУПІНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ «МАГІСТР»**  
**Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) 1 курс**  
**магістратура):**  
Семестр I

Методика наукових досліджень  
Педагогіка фізичної культури  
Методика навчання фізичної культури у закладах освіти  
Методологічні основи викладання та інноваційні технології у  
фізичному вихованні

Дипломна робота  
Підвищення спортивної майстерності

Семестр II

Сучасні аспекти організації рухової активності населення  
виробнича педагогічна практика в закладах освіти

Дипломна робота  
Підвищення спортивної майстерності

**Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) 2 курс  
магістратура):**

Семестр I

Зарубіжні системи фізичного виховання  
Сучасні аспекти організації рухової активності населення

Теорія і методика фізичної рекреації  
виробнича педагогічна асистентська практика

Дипломна робота

**Спеціальність 017 Фізична культура і спорт (1 курс  
магістратура):**

Семестр I

Методика наукових досліджень

Дипломна робота

Семестр II

Управління проектами у спорті  
виробнича практика в дитячій юнацькій спортивній школі в групах  
спеціалізованої підготовки

Дипломна робота

**Спеціальність 017 Фізична культура і спорт (2 курс  
магістратура):**

Семестр I

Управління проектами у спорті  
Фізична культура і спорт в умовах ринку  
виробнича практика на посаді тренера з видів спорту в групах  
спортивно-педагогічного вдосконалення

Дипломна робота

**Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) (2 курс  
магістр 1,10 міс):**

Семестр I

Олімпійський і професійний спорт  
Курсова робота з теорії і методики фізичного виховання  
виробнича педагогічна практика в закладі загальної середньої освіти  
II ступеня

Теорія і методика фізичної рекреації

Дипломна робота

Семестр II

Психолого-педагогічні основи фізичного виховання  
виробнича педагогічна практика в закладі загальної середньої освіти  
III ступеня

Акмеологія фізичної культури

Підвищення спортивної майстерності

**Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія (1 курс  
магістратура):**

	<p style="text-align: center;"><u>Семестр I</u> Методика наукових досліджень</p>
--	--

*Освітній ступінь бакалавр Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка  
спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)  
за освітньою програмою Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм  
форма навчання – денна  
термін навчання 3 роки 10 місяців*

## **1. НОРМАТИВНІ НАВЧАЛЬНІ ДИСЦИПЛІНИ**

### **1.1. Дисципліни загальної підготовки**

1. Теорія і методика викладання гімнастики.

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни у контексті підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), полягає у формування у студентів системи знань з історії, теорії і методики викладання гімнастики, опанування технікою основних гімнастичних вправ, набуття студентами необхідних знань, умінь та навичок для підготовки їх до професійної діяльності вчителя фізичної культури закладів загальної середньої освіти.**

Навчальна дисципліна «Теорія і методика викладання гімнастики» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання», «Педагогіка», «Психолого-педагогічні основи фізичного виховання», «Спортивно-педагогічне вдосконалення».

**2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики».**

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 першого (бакалаврського) рівня формуються наступні *компетентності*:

*загальні:*

- здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- здатність до самовдосконалення та саморозвитку;
- здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово);
- здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння та навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

*фахові:*

- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;
- здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей;
- здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді.

**Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:** випускники після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою спроможні обіймати посади вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти, методист з фізичної культури, інструктор-методист з фізичної культури та спорту, інструктор з фізкультури, фітнес-тренер.

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

#### **Змістовий модуль 1**

**Техніка виконання організуючих та загальнорозвиваючих вправ без предметів. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з гімнастичними предметами та вправ на приладах гімнастичного багатоборства.**

Тема 1. Попередження травматизму на заняттях з гімнастики. Види гімнастики.

Тема 2. Гімнастика в національній системі фізичного виховання.

Тема 3. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 4. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 5. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

Тема 6. Гімнастичні вправи як засіб фізичного виховання. Гімнастична термінологія.

Тема 7. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 8. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з предметами.

Тема 9. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

#### **Змістовий модуль 2**

**Техніка виконання та методика навчання вправ шкільної програми розділу “Гімнастика” у закладах загальної середньої освіти 1-11 класи.**

Тема 1. Основи техніки гімнастичних вправ. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 2. Методика навчання вправ у висах і упорах.

Тема 3. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 4. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 6. Методика навчання вправ у висах і упорах з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 7. Засоби освітньо-розвиваючих видів гімнастики.

Тема 8. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 9. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах

загальної середньої освіти 6-11 клас.

### **Змістовий модуль 3**

#### **Методика проведення уроку гімнастики у 1-11 класах.**

Тема 1. Урок гімнастики в школі.

Тема 2. Методика планування навчального матеріалу з розділу «гімнастика».

Тема 3. Проведення уроку гімнастики 1-5 клас.

Тема 4. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 6. Теорія і методика розвитку рухових здібностей на уроці гімнастики.

Тема 7. Теоретичні основи навчання гімнастичним вправам.

Тема 8. Проведення уроку гімнастики 6-11 клас.

Тема 9. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 13;

- кількість годин – 390;

- кількість аудиторних годин – 194, 32 годин лекцій, 162 години практичних занять;

- кількість годин самостійної роботи – 196.

#### **5. Форма семестрового контролю – 2 заліки, екзамен.**

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

Бабюк Сергій Миколайович, кандидат педагогічних наук, доцент, Марчук Володимир Миколайович, старший викладач.

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

1. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних організуючих вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.

2. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.

3. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастичні палиці. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.

4. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастична лава. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.

5. Ленська Т.Г., Головата Л.Р., Погребняк Т.М. Теорія і методика викладання гімнастики. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський: Видавець ПП Зволейко Д.Г., 2011. 230 с.

6. Салямін Ю.М., Терещенко І.А., Прокопюк С.П., Левчук Т.М. Гімнастична термінологія. Київ: Олімпійська література, 2011. 54 с.

7. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.1. 406 с.

8. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.2. 464 с.

## Історія фізичної культури

### Вступ до спеціальності

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни у контексті підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) є формування системи фахових знань про майбутню професійну діяльність за обраною спеціальністю та особливості підготовки в закладах вищої освіти.**

Навчальна дисципліна «Вступ до спеціальності» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Історія фізичної культури», «Історія та культура України», «Фізіологія людини», «Анатомія людини з основами спортивної морфології».

**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 першого (бакалаврського) рівня формуються наступні *компетентності*:

*загальні:*

- здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання;
- здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології;

*фахові:*

- здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури;



- 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 аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;

- здатність до оволодіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини;

- здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.

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

*загальних:*

*- здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання:*

майбутні вчителі фізичної культури здатні до критичного мислення в ході аналізу інформації, подій і фактів; до критичного оцінювання, формування власної позиції з того або іншого питання; обґрунтовувати, знаходити нові ідеї, бачити та оцінювати альтернативи, встановлювати пріоритети, визначати достовірність і доцільність інформації, приймати необхідні рішення, коректувати помилки, у тому числі і в процесі власного мислення, що сприяє умінням і навичкам аналізу, синтезу, порівняння, зіставлення фактів, формулювання обґрунтованих висновків, оцінок.

*- здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології:*

вчителі з фізичної культури здатні до оволодіння новітніми інформаційно-комунікаційними технологіями та спроможні ефективно використовувати програмні інструменти, вебресурси й цифрові ресурси в процесі розв'язання професійних завдань формування фізичної культури школярів.

*фахові:*

*- здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) здатні формувати в учнів загальні уявлення про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров'я, фізичного розвитку; розширювати руховий досвід, вдосконалювати навички життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності; розширювати функціональні можливості організму дитини через цілеспрямований розвиток основних фізичних

якостей і природних здібностей тощо;

*- здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні;*

майбутні вчителі фізичної культури здатні застосовувати в освітньому процесі з фізичного виховання школярів закладу загальної середньої освіти комплекс сучасних загально педагогічних та спеціальних методів й освітні технології навчання;

*- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) здатні організувати та здійснювати об'єктивний контроль (перевірку, оцінку та облік) результатів навчальних досягнень учнів з фізичної культури як одного із компонентів освітнього процесу закладу загальної середньої освіти;

*- здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;*

здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) у процесі своєї майбутньої діяльності здатні здійснювати пошук оптимальних шляхів вирішення завдань фізичного виховання для підвищення якості освітнього процесу з фізичної культури на основі прийнятих ефективних управлінських рішень;

*- здатність до оволодіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) здатні формувати учнів закладу загальної середньої освіти як духовно, емоційно, соціально і фізично повноцінних членів суспільства, котрі здатні дотримуватися здорового способу життя, формувати безпечне життєве середовище з метою формування всебічно гармонійно розвинутої особистості;

*- здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методик та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.*

майбутні вчителі фізичної культури здатні до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, що сприятиме розробці та використанню технологій формування рухових вмінь, навичок і розвитку рухових здібностей при застосуванні диференційованих фізичних навантажень на уроках фізичної культури в сучасній школі.

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

#### **Змістовий модуль 1**

## **Фізична культура як суспільне явище та галузь професійної діяльності**

Тема 1. Вступ. Фізична культура як суспільне явище: фізична культура як суспільне явище та галузь діяльності, «Вступ до спеціальності» як навчальну дисципліну: визначення поняття, зв'язок з іншими науками, структуру навчального процесу по засвоєнню «Вступу до спеціальності» за кредитно-трансферною системою організації навчання, місце у формуванні професійного рівня майбутнього фахівця; місце фізичної культури в загальній культурі людства: визначення поняття, етапи розвитку фізичної культури, аспекти прояву, фізична культура особистості; мета і основні завдання фізичної культури; основні форми та засоби фізичної культури, сфери впровадження фізичної культури і спорту, базові поняття: фізичне виховання, особистість, розвиток, формування, система фізичного виховання, спорт, єдину спортивну класифікацію України, фізичний розвиток, фізичну підготовленість, фізичне навантаження.

Тема 2. Визначення та характеристика основних вихідних понять та термінологічних категорій: зародження спортивної термінології, історичні етапи розвитку; термінологічні запозичення з іноземних мов; сучасні проблеми української спортивної термінології: використання слів іншомовного походження, утворення нових видів спорту; основні термінологічні поняття галузі: фізичні вправи, загально розвиваючі вправи, спеціальні вправи, фізична підготовка, фізичні якості, самодіяльний спорт, спорт вищих досягнень, професійний спорт, спортивне тренування, тренуваність, спортивна форма, втома, перенапруга, перевтома, фізична реабілітація, рекреація.

Тема 3. Фізкультурно-спортивний рух в Україні та за кордоном: фізкультурно-спортивний рух в Україні та за кордоном; історію зародження та розвитку спорту: Ігри стародавньої Греції (776 р. до н.е.), Олімпійські Ігри, військово-фізичну підготовка лицарів, напівспортивні об'єднання 15-16 ст., фізична культура кінця 18-19 ст., Олімпійські ігри кінця 19 ст., міжнародні спортивні організації, проблеми сучасного розвитку міжнародного спортивного руху: комерціалізація спорту, надмірна політизація, гігантизм Олімпійських ігор, альтернативні міжнародні змагання, передумови зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні: Трипільська культура, Київська Русь, Козаччина; традиції українського спорту: Всеросійська олімпіада 1913 р., спартакіади 1921-1928 рр.; створення закладів фізкультурної освіти і науки, спортивне життя в еміграції, внесок українців в Олімпійський рух, сучасні проблеми українського спорту: організаційні проблеми, матеріальну основу, від'їзд кваліфікованих фахівців за кордон, проблеми національного порядку.

Тема 4. Програмно-нормативні, організаційні засади та матеріальна основа фізкультурно-спортивного руху в Україні: уявлення про програмно-нормативні, організаційні засади та матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні; законодавчу базу розвитку фізичної культури і спорту в Україні: Закон України «Про фізичну культуру і спорт» в останній редакції, його структуру і зміст окремих глав, Закон України «Про освіту», Закон України «Про вищу освіту» в останній редакції, Укази Президента України щодо державної підтримки розвитку

фізичної культури і спорту в Україні, «Про розвиток олімпійського руху в Україні» тощо. Державну соціальну програму розвитку фізичної культури і спорту в Україні: мета, завдання, напрямки розвитку фізичної культури; організаційні засади, структуру і матеріальну основу розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні, структуру, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України: державне управління, самоврядування, громадська спортивна федерація, Національний олімпійський комітет України (НОК), суб'єкти сфери фізичної культури, матеріально-технічну базу фізичної культури; джерела фінансування фізичної культури, кошти державного бюджету, кошти відомчих організацій, вступні внески, дотації державних органів, спонсорські внески, прибуток від комерційної діяльності, особисті кошти громадян; науково-інформаційне забезпечення фізкультурно-спортивного руху.

Тема 5. Професійна діяльність вчителя фізичної культури: структура закладів вищої освіти, науково-дослідних інститутів, журнальну наукову продукцію, Інтернет, професійну діяльність в галузі, професійну діяльність учителя фізичної культури, спеціальності, освітні ступені та посади фахівців галузі; про вчителя фізичної культури як ключову фігуру з фізичного виховання у ЗЗСО; складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури, урок як основна форма фізичного виховання в закладі загальної середньої освіти.

Тема 6. Система кадрового забезпечення галузі: система вищої освіти, її реформування та кадрове забезпечення галузі, система кадрового забезпечення галузі, структура вищої освіти в Україні, державні органи управління, система ступеневої освіти: ліцензування та акредитація освітньої програми, заклади фізкультурної освіти в Україні.

Тема 7. Організація освітнього процесу у закладах вищої освіти: посадовці К-ПНУ: ректор, декани, завідувачі кафедр; структура факультету фізичної культури, кафедр, організація освітньої діяльності студентів у закладах вищої освіти, науково-методичне забезпечення освітнього процесу; види і форми організації навчальних занять у вищій школі: лекція, лабораторне заняття, консультацію, курсові роботи, дипломні роботи, спортивне вдосконалення, практичну підготовку; форми і методи контролю: семестровий контроль, екзамен, диференційований залік, залік, атестація; дистанційні технології навчання; формування студентського контингенту, підготовчі відділення, навчальні заняття, обов'язки старости групи; права та обов'язки здобувача вищої освіти університету.

Тема 8. Університет, в якому я навчаюся. Факультет фізичної культури: минуле і сьогодення: історія факультету фізичної культури та Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

## **Змістовий модуль 2**

### **Безпека життєдіяльності**

Тема 9. Теоретичні основи навчань з безпеки життєдіяльності: знання про безпеку, загрози, небезпеку та її види; мікро- та макро-небезпеки; характеристику небезпек, які супроводжують роботу сучасної комп'ютерної та іншої техніки; механізм впливу струму на організм та види

електротравм; причини електротравматизму та методи його профілактики; способи та засоби забезпечення електробезпеки; порядок та способи надання допомоги людині, яка потрапила під дію електричного струму; електромагнітні випромінювання, їх вплив на здоров'я людини.

Тема 10. Безпека використання електричного обладнання. Ризики, які пов'язані з електромагнітним забруднення середовища. Захист людини від дії електромагнітних опроміненнь. Способи вимірювання інтенсивності ЕМП. Проведення вимірювань інтенсивності ЕМП випромінювань. Санітарні норми електромагнітних випромінювань. Сучасні інформаційні технології та безпека життєдіяльності людини. Проблеми гігієнічного нормування впливу шкідливих чинників на організм людини.

Тема 11. Техногенні небезпеки. Заходи пожежної безпеки. Промислові аварії, катастрофи та їхні наслідки. Основні поняття пов'язані з пожежною безпекою. Принципи організації пожежної безпеки в закладах та установах. Класифікація приміщень за вибухо- та пожежною небезпекою. Заходи для забезпечення належного рівня пожежної безпеки. Правила поведінки під час пожежі. Первинні засоби пожежогасіння. Вогнегасники, їх види, класифікація, зона застосування. Установки пожежної автоматики. Принцип дії пожежної сигналізації. Поняття природних загроз їх класифікація.

Тема 12. Природні небезпеки. Моніторинг радіаційної небезпеки в умовах кризових ситуацій. Заходи та засоби захисту населення в умовах виникнення природних загроз. Вражаючі фактори природних загроз. Механізм дії іонізуючих випромінювань на тканини організму. Ознаки радіаційного ураження. Гостре опромінення. Хронічне опромінення. Джерела радіації та одиниці її вимірювання. Нормування радіаційної безпеки. Дозиметричний контроль в навчальних приміщеннях та місцевості. Захист приміщень від проникнення радіоактивних речовин. Режими захисту населення. Класифікація радіаційних аварій за характером дії і масштабами. Фази аварій та фактори радіаційного впливу на людину. Рівні втручання у разі радіаційної аварії. Чорнобильська катастрофа. Категорії зон радіоактивно забруднених територій. Вимоги до розвитку і розміщення об'єктів атомної енергетики. Шкідливі та небезпечні хімічні і біологічні фактори впливу на середовище. Характеристики речовин за ступенем токсичності для організму людини. Забруднення місцевості, води, продовольства під час аварій з викидом небезпечних хімічних речовин. Дії людини під час надзвичайних ситуацій. Вплив нітратів на здоров'я та працездатність людини. Способи оцінки вмісту нітратів в продуктах харчування. Визначення вмісту нітратів в продуктах харчування. Прилади для вимірювання вмісту нітратів у продуктах харчування (нітратоміри, нітрат-тестери). Склад домашньої аптечки та аптечки для лабораторії (кабінету). Призначення складових аптечки. Види травм та їх класифікація. Профілактика травмувань та поранень. Надання долікарської допомоги потерпілим при нещасних випадках. Проведення реанімаційних заходів.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 4;

- кількість годин – 120;
- кількість аудиторних годин – 48, 20 годин лекцій, 28 годин семінарських занять;
- кількість годин самостійної роботи – 72.

#### **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.

**А.О. Боднар**, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

**О.Г. Чорна**, кандидат педагогічних наук, завідувач відділу охорони праці і техніки безпеки Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

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

1. Бесарабчук Г.В. Вступ до спеціальності / Г.В. Бесарабчук. – Кам'янець-Подільський : ПП Заріцький, 2007. 120 с.

2. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт» : підручник / М.С. Герцик, О.М. Вацеба. Харків: «ОВС», 2005. 240 с.

3. Копилов С.А., Бесарабчук Г.В. Олімпійці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : історичний нарис, присвячений 100-річчю Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2018 р. 128 с.

4. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Боднар А.О., Солопчук Д.М. 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.

5. Теорія і методика фізичного виховання: [підручник] : у 2 т. / за ред. Т.Ю. Круцевич. Київ : НУФВС : Олімпійська література, 2018. Т.1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання 2018. 382 с. : рис., табл. 6. Теорія фізичного виховання: опорні таблиці : навчально-методичний посібник / Солопчук М.С., Боднар А.О., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 148 с.

#### **Безпека життєдіяльності:**

1. Желібо Є.П. Безпека життєдіяльності: навчальний посібник / Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. К.: Каравела, 2005. 327 с.

2. Скобло Ю.С. Безпека життєдіяльності: навчальний посібник / Скобло Ю.С., Соколовська Т.Б., Мазоренко Д.І., Тіщенко Л.М., Троянов М.М. К.: Кондор, 2003. 421с.

3. Лушкін В.А. Безпека життєдіяльності: навчальний посібник / Лушкін В.А., Торкатюк В.І.,

Коржик Б.М., Ачкасов А.Є., Ніколаєнко Л.Ф. Житомир, 2001. 671с.

4. Джигирей В.С. Безпека життєдіяльності: навчальний посібник / Джигирей В.С., Жидецький В.І. Львів: Афіша, 2000. 255 с.

5. Овчаров О.В. Конспект лекцій з дисципліни «Безпека життєдіяльності» / Овчаров О.В. Харків: СОП ІОЦ ХНАМГ, 2006. 132 с.

6. Губенко В.Д. Методичні вказівки і контрольні завдання з курсу «Безпека життєдіяльності» (для студентів заочної форми навчання усіх спеціальностей) / Губенко В.Д., Овчаров О.В. Харків: ХНАМГ, 2005. 17 с.

7. Овчаров О.В. Методичні вказівки до виконання індивідуального семестрового завдання з курсу «Безпека життєдіяльності» / Овчаров О.В., Обухов С.О., Чеботарьова О.В. Харків: ХНАМГ, 2006. 21 с.

## **Теорія і методика викладання гімнастики**

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни у контексті підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), полягає у формуванні у студентів системи знань з історії, теорії і методики викладання гімнастики, опанування технікою основних гімнастичних вправ, набуття студентами необхідних знань, умінь та навичок для підготовки їх до професійної діяльності вчителя фізичної культури закладів загальної середньої освіти.**

Навчальна дисципліна «Теорія і методика викладання гімнастики» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання», «Педагогіка», «Психологія», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Психолого-педагогічні основи фізичного виховання».

**2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики».**

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

*загальні:*

- здатність працювати в команді та автономно;
- здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності;
- здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово);
- здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння та навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

*фахові:*

- здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних

якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури;

- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;

- здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;

- здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини;

- здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах;

- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;

- здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність;

- здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді, літніх дитячих оздоровчих таборах;

- здатність здійснювати реабілітаційні заходи з метою відновлення функцій організму, досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондиції осіб різного віку (зокрема учнів спеціальних медичних груп) з порушеннями різної нозології.

**Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:** випускники після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою спроможні обіймати посади вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти, методист з фізичної культури, інструктор-методист з фізичної культури та спорту, інструктор з фізкультури, фітнес-тренер.

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

#### **Змістовий модуль 1**

**Техніка виконання організуючих та загальнорозвиваючих вправ без предметів. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з гімнастичними предметами та вправ на приладах гімнастичного багатоборства.**

Тема 1. Попередження травматизму на заняттях з гімнастики. Види гімнастики.

Тема 2. Гімнастика в національній системі фізичного виховання.

Тема 3. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 4. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 5. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

Тема 6. Гімнастичні вправи як засіб фізичного виховання. Гімнастична термінологія.

Тема 7. Техніка виконання організуючих вправ.



Тема 8. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з предметами.

Тема 9. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

## **Змістовий модуль 2**

### **Техніка виконання та методика навчання вправ шкільної програми розділу “Гімнастика” у закладах загальної середньої освіти 1-11 класи.**

Тема 1. Основи техніки гімнастичних вправ. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 2. Методика навчання вправ у висах і упорах.

Тема 3. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 4. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 6. Методика навчання вправ у висах і упорах з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 7. Засоби освітньо-розвиваючих видів гімнастики.

Тема 8. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 9. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

## **Змістовий модуль 3**

### **Методика проведення уроку гімнастики у 1-11 класах.**

Тема 1. Урок гімнастики в школі.

Тема 2. Методика планування навчального матеріалу з розділу «гімнастика».

Тема 3. Проведення уроку гімнастики 1-5 клас.

Тема 4. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 6. Теорія і методика розвитку рухових здібностей на уроці гімнастики.

Тема 7. Теоретичні основи навчання гімнастичним вправам.

Тема 8. Проведення уроку гімнастики 6-11 клас.

Тема 9. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 13;

- кількість годин – 390;

- кількість аудиторних годин – 194, 32 годин лекцій, 162 години практичних занять;

- кількість годин самостійної роботи – 196.

**5. Форма семестрового контролю – 2 заліки, екзамен.**

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

Бабюк Сергій Миколайович, кандидат педагогічних наук, доцент, Марчук Данііл Володимирович, асистент.

**7. Перелік основної літератури:**

1. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних організуючих вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.

2. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.

3. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастичні палиці. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.

4. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастична лава. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.

5. Ленська Т.Г., Головата Л.Р., Погребняк Т.М. Теорія і методика викладання гімнастики. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський: Видавець ПП Зволейко Д.Г., 2011. 230 с.

6. Салямін Ю.М., Терещенко І.А., Прокопюк С.П., Левчук Т.М. Гімнастична термінологія. Київ: Олімпійська література, 2011. 54 с.

7. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.1. 406 с.

8. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.2. 464 с.

## **Теорія і методика фізичного виховання**

**1. Мета навчальної дисципліни**, включеної в освітній процес майбутніх фахівців першого (бакалаврського) рівня галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальності 014 Середня освіта

(Фізична культура), – забезпечити глибоке теоретичне осмислення молодим фахівцем із фізичної культури основ фізичного виховання різних вікових і соціальних груп населення та загальних основ теорії спортивної діяльності задля формування необхідного рівня знань, практичних умінь і навичок, що сприяють успішній професійній діяльності при невизначених педагогічних умовах організації фізичного виховання в сучасних умовах закладу загальної середньої освіти.

Навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» відзначається міжпредметними зв'язками, передусім із «Загальною фізіологією», «Віковою фізіологією», «Педагогікою», «Гігієною», «Вступом до спеціальності», «Історією фізичної культури».

## **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 першого (бакалаврського) рівня формуються наступні компетентності:

*загальні:*

- здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях;
- здатність до самовдосконалення та саморозвитку;
- здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності.
- здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової діяльності та підтримувати загальний рівень фізичної активності, здоров'я;

*фахові:*

- здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури;
- здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні;
- здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;
- здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:

*загальних:*

*- здатності застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях:*

молодий фахівець з фізичної культури знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє

засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини;

*- здатності до самовдосконалення та саморозвитку:*

молодий фахівець з фізичної культури здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію;

*- здатності до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності:*

молодий фахівець з фізичної культури здатний застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

*- здатності оволодівати та вдосконалювати рухові уміння, навички з різних видів рухової діяльності та підтримувати загальний рівень фізичної активності, здоров'я:*

молодий фахівець з фізичної культури знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

*фахові:*

*- здатності формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури:*

молодий фахівець з фізичної культури володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини;

*- здатності застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні:*

молодий фахівець з фізичної культури спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології;

*- здатності оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності:*

молодий фахівець з фізичної культури володіє руховими уміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена, в базових видах спорту – на рівні масових розрядів; удосконалює цей руховий арсенал формуванням нових рухових умінь і навичок в інших видах спорту;

*- здатності самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями:*

молодий фахівець з фізичної культури здатний здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя;

*- здатності самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму:*

молодий фахівець з фізичної культури здатний здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

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

#### **Модуль 1**

##### **Змістовий модуль 1**

###### **«Загальні основи теорії фізичного виховання»**

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

Тема 2. Система фізичного виховання

Тема 3. Принципи фізичного виховання

Тема 5. Засоби фізичного виховання

Тема 6. Методи фізичного виховання

Тема 7. Процес навчання рухових дій

Тема 8. Розвиток фізичних якостей

Тема 9. Форми організації занять фізичними вправами та діяльності дітей

#### **Модуль 2**

##### **Змістовий модуль 1**

###### **Основи методик фізичного виховання різних груп населення**

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

Тема 2. Основи методик фізичної активності дітей раннього та дошкільного віку

Тема 3. Організаційна основа фізичного виховання у закладі загальної середньої освіти

Тема 4. Програмно-нормативна основа фізичного виховання у закладі загальної середньої освіти

Тема 5. Навчальний предмет «Фізична культура» у закладі загальної середньої освіти

Тема 6. Основи підготовки та діяльності вчителя з фізичної культури

Тема 7. Основи фізичної активності дітей протягом навчального дня

Тема 8. Основи фізичного виховання дітей з ослабленим здоров'ям

Тема 9. Фізичне виховання студентської молоді

Тема 10. Основи фізичного виховання у різних воєнізованих формуваннях України

Тема 11. Фізичне виховання дорослого населення

#### **Модуль 3**

##### **Змістовий модуль 1**

###### **Основи теорії спортивної діяльності**

Тема 1. Загальні основи теорії діяльності у спорті

Тема 2. Основи спортивної підготовки

Тема 3. Структура підготовленості спортсмена

Тема 4. Структура тренувального процесу спортсмена

Тема 5. Відбір і орієнтація в спорті

Тема 6. Основи контролю в системі підготовки спортсмена

Тема 7. Особливості спортивної підготовки дітей

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

- кількість кредитів ЄКТС – 15;

- кількість годин – 450;

- кількість аудиторних годин – 224: 100 – лекцій, 124 – практичних занять;

- кількість годин самостійної роботи – 226.

**5. Форма семестрового контролю:** 4 і 5 семестри – залік, 6 семестр – екзамен.

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

Єдинак Геннадій Анатолійович, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

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

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

- 1 Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посібник. 2-е вид., доп. Кам'янець-Подільський : Абетка-Нова, 2001. 383 с.
- 2 Боген М. М. Обучение двигательным действиям. М. : Физкультура и спорт, 1985. 192 с.
- 3 Вільчковський Е. В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посібник. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
- 4 Деркач В. М., Єдинак Г. А. Фізичне виховання дітей з ураженням опорно-рухового апарату : підручник. Миколаїв : Іліон, 2015. 240 с.
- 5 Єдинак Г. А. Теорія і технологія використання фізичних вправ у реабілітації дітей з церебральним паралічем : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : ПП М. Мошак, 2007. 352 с.
- 6 Єдинак Г. Плахтій П., Яценюк Ю. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : метод. посібник. Кам'янець-Подільський : Абетка, 2000. 305 с.
- 7 Методика фізичного виховання школярів : навч.-метод. 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.
- 8 Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник. М.: ФиС, 1991. 543 с.
- 9 Мазур В. А., Єдинак Г. А. Залучення учнів спеціальної медичної групи до фізичної активності під час навчання в основній школі : метод. посібник. Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. 148 с.

- 10 Методики фізичного виховання різних груп населення : навч. 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.
- 11 Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / За ред. Т.Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 391 с.
- 12 Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / За ред. Т.Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2017. Т. 2. 384 с.
- 13 Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навчально-метод. посібник. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2004. Частина 1. 272 с.
- 14 Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2004. Частина 2. 248 с.

## **Оздоровчий фітнес**

### **Основи наукових досліджень**

**1. Мета навчальної дисципліни**, включеної в освітній процес майбутніх фахівців першого (бакалаврського) рівня галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура), – розвинути у молодого фахівця з фізичного виховання здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми фізичного виховання при невизначених педагогічних умовах його організації в закладах загальної середньої освіти, використовуючи логічне мислення і творчий підхід до розв'язання проблем, що виникли, на основі сформованих знань, умінь, навичок, передусім щодо методів дослідження, форм його організації і видів презентації результатів, одержаних під час наукового дослідження.

Навчальна дисципліна «Основи наукових досліджень» має міжпредметні зв'язки, передусім зі «Спортивною метрологією», «Теорією і методикою фізичного виховання», «Педагогікою», «Соціологією», «Психологією» «Гігієною», «Загальною фізіологією».

**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 першого (бакалаврського) рівня формуються наступні *компетентності*:

*загальні:*

- здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання;
- здатність працювати в команді й автономно, застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- здатність до самовдосконалення та саморозвитку;

*фахові:*

- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювати рівень навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;
- здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації для прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;
- здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій із розвитку рухових умінь і навичок, фізичних (рухових) якостей на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки;
- здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т. ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, що необхідна для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:

*загальних:*

- *здатності до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання:*

молодий фахівець з фізичної культури знає основні закони природничо-наукових дисциплін в аспекті професійної діяльності, вміє застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження у цій діяльності;

- *здатності працювати в команді й автономно, застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях:*

молодий фахівець з фізичної культури спроможний проводити дослідження на необхідному рівні, здійснювати пошук, обробку та аналіз інформації з різних джерел;

- *здатності до самовдосконалення та саморозвитку:*

молодий фахівець з фізичної культури спроможний вчитись та оволодівати сучасними знаннями для їх подальшої реалізації в практиці; розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології;

*фахових:*

- *здатності здійснювати об'єктивний контроль і оцінювати рівень навчальних досягнень учнів з фізичного виховання:*



молодий фахівець з фізичної культури володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини;

*- здатності аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації для прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання:*

молодий фахівець з фізичної культури знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури;

*- здатності до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методик та технологій із розвитку рухових умінь і навичок, фізичних (рухових) якостей на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки:*

молодий фахівець з фізичної культури знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини;

*- здатності до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини:*

молодий фахівець з фізичної культури володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини;

*- здатності здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т. ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, що необхідна для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку:*

молодий фахівець з фізичної культури знає основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, вміє застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності. Він спроможний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію.

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

#### **Змістовий модуль 1**

#### **Основні складові організації та проведення наукового дослідження у сфері фізичного виховання**

Тема 1. Загальні положення основ науково-дослідної діяльності у фізичному вихованні

Тема 2. Характеристика методів дослідження на теоретичному рівні та педагогічних методів

Тема 3. Характеристика соціологічних та медико-біологічних методів дослідження

Тема 4. Характеристика методів математичної статистики

Тема 5. Оформлення результатів дослідження

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

- кількість кредитів ЄКТС – 3;
- кількість годин – 90;
- кількість аудиторних годин – 30, 14 годин лекцій, 16 години практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 60.

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

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

Єдинак Геннадій Анатолійович, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

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

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник. Львів : Кварт, 2011. 303 с.
2. Бар-Ор О. , Роуланд Т. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 528 с.
3. Винник Д. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт. Київ : Олімп. лит., 2010. 608 с.
4. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2019. 154 с.
5. Єдинак Г. А. Теорія і технологія використання фізичних вправ у реабілітації дітей з церебральним паралічем : навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ПП М. Мошак, 2007. 352 с.
6. Краснобокий Б. М., Левківський К. М. Словник-довідник науковця-початківця. 2-е вид., випр. і доп. Київ : НМЦВО, 2001. 72 с.
7. Нечитайло Ю. М. Антропометрія та антропометричні стандарти у дітей: метод. рекомендації. Чернівці : Вид-во БДМА, 1999. 144 с.
8. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. / Т. Бойчук, М. Голубева, О. Левандовський, Л. Войчишин. Львів : ЗУКЦ, 2010. 240 с.
9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімп. л-ра, 2001. 439 с.
10. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. 2-е вид. стерот. Кам'янець-Подільський : Рута, 2013. 280 с.

### **Теорія і методика викладання гімнастики**

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни у контексті підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), полягає у формуванні у студентів системи знань з історії, теорії і методики викладання гімнастики, опанування технікою основних гімнастичних вправ, набуття студентами необхідних знань, умінь та навичок для підготовки їх до професійної діяльності вчителя фізичної культури закладів загальної середньої освіти.**

Навчальна дисципліна «Теорія і методика викладання гімнастики» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання», «Педагогіка», «Психологія», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Спортивно-педагогічне вдосконалення».

## **2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики».**

Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 05 березня 2018 року, протокол за № 2) у здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня формуються наступні *компетентності*:

*загальні:*

- здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово);
- здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння та навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

*фахові:*

- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;
- здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

**Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:** випускники після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою спроможні обіймати посади вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти, методист з фізичної культури, інструктор-методист з фізичної культури та спорту, інструктор з фізкультури, фітнес-тренер.

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

### **Змістовий модуль 1**

**Техніка виконання організуючих та загальнорозвиваючих вправ без предметів. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з гімнастичними предметами та вправ на приладах гімнастичного багатоборства.**

Тема 1. Попередження травматизму на заняттях з гімнастики. Види гімнастики.

Тема 2. Гімнастика в національній системі фізичного виховання.

Тема 3. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 4. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 5. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

Тема 6. Гімнастичні вправи як засіб фізичного виховання. Гімнастична термінологія.

Тема 7. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 8. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з предметами.

Тема 9. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

## **Змістовий модуль 2**

### **Техніка виконання та методика навчання вправ шкільної програми розділу**

#### **“Гімнастика” у закладах загальної середньої освіти 1-11 класи.**

Тема 1. Основи техніки гімнастичних вправ. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 2. Методика навчання вправ у висах і упорах.

Тема 3. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 4. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 6. Методика навчання вправ у висах і упорах з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 7. Засоби освітньо-розвиваючих видів гімнастики.

Тема 8. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 9. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

## **Змістовий модуль 3**

### **Методика проведення уроку гімнастики у 1-11 класах.**

Тема 1. Урок гімнастики в школі.

Тема 2. Методика планування навчального матеріалу з розділу «гімнастика».

Тема 3. Проведення уроку гімнастики 1-5 клас.

Тема 4. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 6. Теорія і методика розвитку рухових здібностей на уроці гімнастики.

Тема 7. Теоретичні основи навчання гімнастичним вправам.

Тема 8. Проведення уроку гімнастики 6-11 клас.

Тема 9. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 13;

- кількість годин – 390;
- кількість аудиторних годин – 156, 32 годин лекцій, 124 години практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 234.

#### **5. Форма семестрового контролю – 2 заліки, екзамен.**

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

Бабюк Сергій Миколайович, кандидат педагогічних наук, доцент, Марчук Володимир Миколайович, старший викладач.

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

1. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних організуючих вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.
2. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.
3. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастичні палиці. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.
4. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастична лава. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.
5. Ленська Т.Г., Головата Л.Р., Погребняк Т.М. Теорія і методика викладання гімнастики. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський: Видавець ПП Зволейко Д.Г., 2011. 230 с.
6. Саямін Ю.М., Терещенко І.А., Прокопюк С.П., Левчук Т.М. Гімнастична термінологія. Київ: Олімпійська література, 2011. 54 с.
7. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.1. 406 с.
8. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.2. 464 с.

## **Виробнича педагогічна практика в основній (базовій) середній школі**

**1. Ціль практики** полягає у формуванні професійних компетентностей майбутніх вчителів фізичної культури основної (базової) середньої школи

### **2. Мета і завдання практики**

**Метою практики** є підготовка висококваліфікованого фахівця, який в змозі вирішувати професійні теоретичні та практичні у сфері фізичної культури та спорту, здатність планувати, організовувати та проводити навчально - тренувальні заняття та інші види оздоровчо- рухової активності з різними верствами населення, рівня підготовленості та віку.

### **3. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни.**

*Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:*

- використання професійно-профільних знань і практичних знань з теорії і методики гімнастики, з теорії і методики плавання, теорії і методики рухливих ігор і забав, теорії і методики лижного і ковзанярського спорту, теорії і методики спортивних ігор, теорії і методики легкої атлетики, ритміки і хореографії та педагогічної практики для виробничої діяльності;
- Використання практичних навичок з педагогічної практики та спортивно – педагогічного вдосконалення для виконавської діяльності.

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

*фахові:*

- випускники вміють використовувати професійно-профільні знання і практичні навички з теорії і методики гімнастики, з теорії і методики плавання, теорії і методики рухливих ігор і забав, теорії і методики лижного і ковзанярського спорту, теорії і методики спортивних ігор, теорії і методики легкої атлетики, ритміки і хореографії та педагогічної практики для виробничої діяльності;
- фахівці зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) вміють використовувати практичні навички з педагогічної практики та спортивно – педагогічного вдосконалення для виконавської діяльності.

### **4. Зміст виробничої практики**

#### **Організаційна робота**

1. Бере участь у роботі Настановчої конференції практики в період сесії на факультеті фізичної культури.

2. Знайомиться з навчально-виховною роботою навчального закладу – бази практики.

3. Знайомиться із структурою навчального закладу, організацією навчально-виховного процесу в ньому, здійснення керівництва навчально-виховною роботою шляхом бесід з адміністрацією, вчителями, класними керівниками.

4. Практикант аналізує плани роботи школи, календарні плани вчителів фізичної культури, плани виховної роботи класних керівників, плани роботи спортивних секцій, розклад навчальних занять.

5. Вивчає матеріальну базу навчального закладу, знайомляться з особовими справами учнів, класними журналами.

6. Відвідує та аналізують уроки, позакласні та виховні заходи в прикріплених класах.

7. Формує пакет документів, готуючи бланки, зошити і схеми планів різного гатунку, оформляє Робочий зошит практиканта.

8. Обирає тему науково-методичного дослідження з фаху, обговоривши її з керівниками практики від кафедр факультету та університету і вчителем фізичної культури.

9. Результати ознайомлення фіксуються у Робочому зошиті практиканта.

### **Навчально-методична робота**

1. Готується і проводить уроки фізичної культури в прикріплених класах. Практикант допускається до проведення уроку тільки за наявності правильно створеного плану-конспекту уроку, підписаного вчителем фізичної культури або керівником практики від кафедр факультету фізичної культури.

2. Кількість уроків, які має провести студент-практикант із фізичної культури – всі за розкладом у прикріплених класах.

3. Відвідує та аналізує уроки вчителів-предметників і студентів-практикантів, результати аналізу нотує в Робочому зошиті практиканта.

4. Відвідує позакласні заходи з фізичної культури, які проводять вчителі-предметники та студенти-практиканти, аналізує їх, самостійно готує і проводить не менше одного контрольного позакласного заходу.

5. Проводить індивідуальну роботу з учнями (консультації, заняття з невстигаючими та обдарованими учнями).

6. Допомогає вчителю-предметнику поповнювати дидактичні матеріали з фізичної культури та самостійно виготовляє їх.

7. Проводить секційну роботу з видів спорту з учнями школи.

8. Бере участь у підготовці учнів школи до спортивних змагань різного рівня.

9. Бере участь у шкільних виробничих нарадах, засіданнях методичного об'єднання, семінарах класних керівників.

10. Систематично аналізує свою практичну діяльність і досвід навчально-виховної роботи в Робочому зошиті практиканта.

11. Узагальнює передовий досвід вчителів-предметників і класних керівників, відбиває результати спостережень в Робочому зошиті практиканта.

12. Збирає матеріал з теми науково-методичного дослідження та теми курсової або бакалаврської роботи.

### **Позакласна робота**

1. Вивчає план спортивно-масової роботи школи на навчальний рік.

2. Знайомиться з Положенням про внутрішню шкільну та районну (міську) спартакіаду школярів.

3. Проводить заняття в спортивній секції з виду спорту, допомагаючи вчителю фізичної культури.

4. Допомогає вчителю фізичної культури організувати і проводити позакласні та загальношкільні форми фізичної культури.

5. Самостійно проводить контрольний позакласний захід з фізичної культури.

### **Виховна робота**

1. Вивчає рівень вихованості учнів класу, стан дисципліни.

2. Виконує план-графік виховної роботи з учнями класу.

3. Проводить індивідуальну роботу з педагогічно занедбаними школярами, зустрічається з батьками учнів.

4. Знайомиться з веденням класного журналу, допомагає класному керівникові у перевірці учнівських щоденників.

### Науково-дослідна робота

1. Виконує психолого-педагогічні дослідження: вивчає психологічні аспекти навчально-виховної діяльності окремих учнів, мотивацію навчання, особливості педагогічного спілкування.
2. Вивчає наукову літературу з фаху.
3. Готує звітні матеріали.
4. Подає звіт про педагогічну практику на підпис і оцінювання вчителям-предметникам та класному керівникові; отримує і засвідчує відповідні характеристики.

### Висновки

1. Здає звітну документацію керівникам практики кафедр факультету та університету для перевірки й оцінювання.
2. Звітує на засіданні комісії з попереднього захисту практики у школі.
3. Звітує на засіданні комісії по захисту практики на факультеті фізичної культури.
4. Бере участь у роботі Звітної конференції з практики.

### 5. Обсяг вивчення навчальної дисципліни:

- кількість кредитів ЄКТС – 6;
- кількість годин – 180.

### 6. Форма семестрового контролю – диференційований залік.

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

Науково-педагогічні працівники кафедри теорії і методики фізичного виховання, спорту і спортивних ігор, легкої атлетики з методикою викладання.

### 7. Перелік основної літератури:

1. Солопчук М.С., Боднар А.О., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М. Теорія фізичного виховання : опорні таблиці : навчально-методичний посібник / [Солопчук М.С., Боднар А.О., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М.]. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. – 148 с.
2. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Заїкін А.В. Методики фізичного виховання різних груп населення: навчально-методичний 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.
3. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В. Виробнича (педагогічна) практика студентів факультету фізичної культури на базі загальноосвітніх навчальних закладів (в умовах кредитно-модульної системи навчання) / М.С.Солопчук, Г.В.Бесарабчук. – К.-П.: Аксіома, 2010. – 120 с. (гриф МОН України).
4. Навчально-педагогічна практика студентів: програма і методичні рекомендації / [Дуткевич Т.В., Конькова Т.І., Римар Л.М., Федорчук Е.І.]. – К.-П.: ПП Зволейко Д.Г., 2008.
5. Книга вчителя фізичної культури: Довідково-методичне видання / [Операйло С.І., Ільченко А.І., Єрмолова В.М., Іванова Л.І.]. – Х.: Торсінг-ПЛЮС, 2005.
6. Воробйов М.І. Практика в системі фізкультурної освіти: навч. посібник [для студ. вищ. навч. закл.] / М.І. Воробйов, Т.Ю. Круцевич. - Київ: Олімпійська література, 2006. – 192с.
7. Барчуков И.С. Физическая культура: методология, теория, практика: учебное пособие [для студ. виш. учеб. завед.] /И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. - М.: Академия, 2006. – 528 с.
8. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта [учебное пособие] / Владимир Губа. – М.: Советский спорт, 2008. – 304 с.



9. Закон України «Про загальну середню освіту»: станом на 13 травня 1999 р. / Бюлетень законодавства і юридичної практики України. — № 9 Законодавство України про загальну середню освіту. — К.: Юрінком Інтер, 1999.-С. 31-54. - (Бібліотека офіційних видань).
10. Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України / Збірник законодавчих та нормативних актів про освіту. – Вип. I. – К., 1994. - С. 139-153. - (Бібліотека офіційних видань).
11. Фіцула М.М. Педагогіка: [навч. посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти] / Фіцула М.М.. – К.: Видавничий центр «Академія», 2001. — 528с.
12. Евсеев Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. – Изд. 3-е. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 382 с.
13. Астафьев Н.В. Физическое состояние умственно отсталых школьников: Учебное пособие /Н.В. Астафьев, В.И. Михалев - Омск, 1996. - 160 с.
14. Потапова Н.А. Системная коррекция последствий сколиоза у детей и подростков средствами адаптивной физической культуры. / Потапова Н.А., Кротова Л.М., Гатиатулин Р.Р. – М.: НЦ ЭНАС, 2006. – 216 с.
15. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании /А.А. Дмитриев. - М., 2002. - 176 с.
16. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): [учебник для студентов вузов] / В.И. Дубровский. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998. - 608 с.
17. Залетаев И.П. Анализ проведения урока физкультуры. / И.П. Залетаев, В.А. Муравьев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 112 с.
18. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: [учебник для студентов физкульт. вузов] / Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.:Советский спорт, 2003. – 453 с.
19. Курдыбайло С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: уч.пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеїв, Г.В. Герасимова; Под общ. ред. С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2002,- 184 с.
20. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии / Н.Л. Литош. - М., 2002. – 140 с.
21. Луканский И.В. и др. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж: [учебн. пособие] / И.В. Луканский, Э.Э. Стэх, В.С. Улащик; Под ред. проф. В.С. Улащика. - 2-е изд. - Мн.: Выш.шк., 1999. - 335 с.
22. Медведева Л.Е. Организация и методика проведения занятий в специальных медицинских группах: [учебное пособие] / Л.Е. Медведева, И.П. Куценко, А.В. Полуструев, С.Н. Якименко - Омск: СибГАФК, 2001. – 320 с.
23. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры / Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Курина, Н.Д. Никандрова; Под ред. проф. Л.Б. Кофмана; Авт. - сост. – М., 1998. - 496 с.
24. Потапчук А.А. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. / А.А. Потапчук, М.Д. Дидур - СПб.: Речь, 2001. – 38 с.
25. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: [ученик для студентов физкульт. вузов] -М.: Советский спорт, 2002. - 448 с.
26. Попов С.Н. Физическая реабилитация: [учебник для академий и институтов физической культуры] - Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1999. - 608 с.
27. Шлемин А.М. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: [пособие для учителя] - М: Просвещение, 1988. – 245 с.
28. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе /Е.С. Черник. - М., 1997. - 320 с.

Курсова робота зі спортивно-педагогічного

### Аеробіка з методикою викладання

Метою вивчення навчальної дисципліни «Аеробіка з методикою викладання» є формування у здобувачів вищої освіти системи знань умінь і навичок щодо змісту, структури, засобів, методів та форм різних видів оздоровчого фітнесу. Навчальна дисципліна «Аеробіка з методикою викладання» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами як: «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика фізичного виховання», «Фітнес», «Основи теорії і методики спортивно-оздоровчого тренування», «Ритміка і хореографія». • Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни. Відповідно до освітньо-професійної програми «014 Середня освіта (Фізична культура)» (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 25 квітня 2019 року, протокол за № 4) у здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня формуються наступні 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 оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності; • здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей; • здатність використовувати нетрадиційні методи, засоби і технології в організації масової фізичної культури різних верств населення; • вміння формувати навички самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності; Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування. Після опанування навчальної дисципліни «Аеробіка з методикою викладання» майбутні фахівці в рамках навчально-виховної фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи здатні: оцінювати рівень фізичного стану та фізичної підготовленості; визначати дозування фізичних навантажень і складати відповідні програми; підбирати найбільш ефективні і адекватні фізичні вправи; самостійно складати і проводити індивідуальні і групові заняття різних видів аеробіки; самостійно складати і проводити індивідуальні і групові заняття з танцювальних видів; регулювати фізичне навантаження під час занять; проводити тестування для визначення рівня фізичної тренуваності; на основі результатів тестування складати програми занять різними видами аеробіки; рецензувати тренування з аеробіки; планувати та проводити тренування з аеробіки; складати комплекс вправ у партері; підбирати музичний супровід та одяг для тренування. 3. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами Змістовий модуль 1а Теоретичний блок Аеробіка з методикою викладання Тема 1 Історія розвитку оздоровчої аеробіки. Тема 2 Аеробіка з основами теорії. Тема 3 Особливості використання вправ з метою виховання відчуття ритму, музикальності пластичності. Тема 4 Медико-педагогічний контроль на заняттях аеробікою. Змістовий модуль 1б. Практичний блок Тема 1 Основні принципи класифікації вправ класичної аеробіки Тема 2 Основні вихідні положення елементів хореографії класичної аеробіки. Тема 3 Особливості використання вправ з метою виховання відчуття ритму, музикальності пластичності. Тема 4 Загальні особливості навчання вправ аеробіки. Тема 5 Урочна форма занять аеробікою. Тема 6 Складання комплексів. Підбір музики та вправ в аеробіці. Тема 7 Правила музичного супроводу на заняттях різними видами аеробіки. Тема 8 Характеристика спеціальних вправ фізичної підготовки в аеробіці. Тема 9 Виховання артистичності і вміння передавати настрій рухами. Тема 10 Самоконтроль студентів на заняттях аеробікою. Тема 11 Вплив навантаження на серцево-судинну систему. Обсяг вивчення навчальної дисципліни: - кількість кредитів ЄКТС – 4; - кількість годин – 120; - кількість аудиторних годин – 40, 10 годин лекцій, 30 годин практичних занять; - кількість годин самостійної роботи – 80. 5. Форма семестрового контролю – залік. 6. Інформація про науково-педагогічних працівників, які забезпечують викладання дисципліни: Боднар Аліна Олександрівна, кандидат педагогічних наук, старший викладач. Погребняк Тетяна Миколаївна, асистент. 7. Перелік основної літератури: • Ленська Т. Г. Оздоровчий фітнес: навчально-методичний посібник / Т. Г. Ленська, Т. М. Погребняк, Л. Р. Головата. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2011. – 228 с. • Аэробика: теория и методика проведения занятий: учеб. пособие для студентов физ. вузов / под ред. Е.Б. Мякинченко, М.П. Шестакова. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 304 с. • Давыдов В.Ю. Новые фитнес-программы / В.Ю. Давыдов, А.И. Шамардин, Г.О. Краснова. – Волгоград, 2001. – 139 с. • 3. Ленська Т.Г., Бесарабчук Г.В., Борисова В.В., Головата Л.Р. Методичні основи хореографії: Методичний посібник. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ КПДУ, 2007. – 80 с. • 4. Ленська Т.Г., Бесарабчук Г.В., Борисова В.В., Головата Л.Р. Ритмічна гімнастика (теорія і методика) : Методичні рекомендації. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2007. – 76 с. • 5. Ленська

Т.Г., Бесарабчук Г.В., Вакуляк І.Я. Аеробіка з основами теорії: Методичні рекомендації. – Кам'янець-Подільський: ПП Мошинський, 2006. – 52 с. • 6. Ленська Т.Г., Погребняк Т.М., Головата Л.Р. Оздоровчий фітнес : Навчально-методичний посібник. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О.А., 2011. – 228 с. • 7. Лисицкая, Т.С. Аэробика. Т. 1. Теория и методика / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. – М.: ФАР, 2002. – 230 с. • 8. Лоурэнс Д. Акваэробика: упражнения в воде / Дэбби Лоурэнс. – М.: ФАИР-Пресс, 2000. – 256 с. • 9. Освальд К. Стретчинг для всех / К. Освальд, С. Басков. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 192 с. • 10. Репникова Е.А. Методика повышения эффективности занятий шейпингом на основе применения статодинамического режима выполнения упражнений: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Репникова Е.А. – М., 2003. – 25 с. • 11. Хоули Э.Т. Оздоровительный фитнес / Э.Т. Хоули, Б.Д. Френкс. – Киев : Олимп. лит., 2000. – 367 с.

**Технології проведення рекреаційних та спортивних заходів**

**Педагогічна практика**

**Освітній ступінь магістр  
Галузь знань 01 Освіта  
спеціальність 014.11 Середня освіта (Фізична культура)  
I КУРС**

**Методика наукових досліджень**

**1. Мета навчальної дисципліни,** включеної в освітній процес майбутніх фахівців другого (магістерського) рівня галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура), – сформувати стійку здатність за допомогою проведення досліджень, застосування теорій та методів педагогіки, фізичної культури, психології, соціології, розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми під час викладання у закладі вищої, середньої освіти, а також організації спортивно-масової роботи та оздоровчої фізичної активності.

Навчальна дисципліна «Методика наукових досліджень» має міжпредметні зв'язки, передусім з «Основами наукових досліджень», «Спортивною метрологією», «Теорією і методикою фізичного виховання», «Педагогікою», «Соціологією», «Психологією» «Гігієною», «Загальною фізіологією».

**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 першого (бакалаврського) рівня формуються наступні компетентності:

*загальні:*

- здатність здійснювати науково-дослідну діяльність;
- спроможність проводити наукові дослідження на високому рівні;
- здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- здатність працювати в команді;

*фахові:*

- спроможність виявляти загальну орієнтацію у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчої фізичної активності;

- мати сформовану готовність із забезпечення високого науково-теоретичного і методичного рівнів викладання навчальних дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:

*загальних:*

*- здатності до здійснення науково-дослідної діяльності:*

молодий фахівець з фізичної культури спроможний підвищувати власний професійний рівень і кваліфікацію, забезпечувати високий науково-теоретичний, практичний і методичний рівні викладання визначеної навчальної дисципліни у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності;

*- спроможності проводити наукові дослідження на високому рівні:*

молодий фахівець з фізичної культури спроможний здійснювати пошук нової інформації, що міститься в різноманітних друкованих та електронних джерелах, користуючись відповідними пошуковими методами і системами; володіти сучасними методами наукового дослідження, які застосовуються у сфері фізичної культури і спорту, використовувати методи математичної статистики, робити висновки у відповідності до поставлених завдань; здійснювати проектування наукової роботи; організовувати та здійснювати наукове дослідження з проблем фізичної культури і спорту;

*- здатності генерувати нові ідеї (креативність):*

молодий фахівець з фізичної культури демонструючи знання наукової педагогічної термінології та практичні вміння, виявляє шляхи застосування педагогічних знань у практиці професійної діяльності, пояснює принципи та інтерпретує особливості їх реалізації в освітньому процесі, враховуючи особливості

організації, формування і реалізації змісту та особистості у різні вікові періоди тих, хто навчається;

*- здатності працювати в команді:*

молодий фахівець з фізичної культури демонструє ефективну співпрацю у команді співробітників окремих суб'єктів освіти, фізичної культури і спорту; володіє навичками оцінювання у професійній діяльності непередбачуваних ситуацій та обміркованого вибору шляхів їх вирішення; несе відповідальність за результати своєї професійної діяльності та дотримується етичних норм ділового спілкування й поведінки;

*фахові:*

*- спроможності виявляти загальну орієнтацію у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчої фізичної активності:*

молодий фахівець з фізичної культури орієнтується в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту. Уміння аналізувати спортивні події і явища;

*- наявності сформованої готовності із забезпечення високого науково-теоретичного і методичного рівнів викладання навчальних дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності:*

молодий фахівець з фізичної культури спроможний: пояснювати принципи, засоби та методи фізичного виховання; інтерпретувати теорію навчання рухових дій; описувати методика розвитку рухових якостей; визначати форми організації занять фізичними вправами; урахувати особливості фізичного виховання різних груп населення.

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

#### **Змістовий модуль 1 — «Основи методології наукових досліджень, методи отримання інформації та алгоритм оформлення результатів»**

Тема 1. Теоретичні аспекти і загальна методологія науково-дослідної діяльності у фізичному вихованні

Тема 2. Характеристика методів дослідження на теоретичному рівні та способів їх практичного застосування

Тема 3. Соціологічні та педагогічні методи дослідження

Тема 4. Медико-біологічні методи дослідження

Тема 5. Методи математичної статистики

Тема 6. Оформлення результатів дослідження

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

- кількість кредитів ЄКТС – 3;

- кількість годин – 90;

- кількість аудиторних годин – 30, 16 годин лекцій, 14 години практичних занять;

- кількість годин самостійної роботи – 60.

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

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

Єдинак Геннадій Анатолійович, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

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

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник. Львів : Кварт, 2011. 303 с.

2. Бар-Ор О. , Роуланд Т. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 528 с.

3. Винник Д. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт. Київ : Олімп. лит., 2010. 608 с.

4. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2019. 154 с.

5. Єдинак Г. А. Теорія і технологія використання фізичних вправ у реабілітації дітей з церебральним паралічем : навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ПП М. Мошак, 2007. 352 с.

6. Краснобокий Б. М., Левківський К. М. Словник-довідник науковця-початківця. 2-е вид., випр. і доп. Київ : НМЦВО, 2001. 72 с.

7. Нечитайло Ю. М. Антропометрія та антропометричні стандарти у дітей: метод. рекомендації. Чернівці : Вид-во БДМА, 1999. 144 с.

8. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. / Т. Бойчук, М. Голубєва, О. Левандовський, Л. Войчишин. Львів : ЗУКЦ, 2010. 240 с.

9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімп. л-ра, 2001. 439 с.

10. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. 2-е вид. стерот. Кам'янець-Подільський : Рута, 2013. 280 с.

### **Методика викладання фізичної культури в закладі загальної**

#### **середньої освіти III 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 III 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 III 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

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. : Олімпійська література, 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-zakladiv-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.

### **Методика викладання фізичної культури у закладі вищої освіти**

**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 викладачами фізичної культури, які реалізовуватимуть сучасний зміст фізичної культури студентів як самостійної сфери діяльності в соціокультурному просторі з подальшою інтеграцією в європейське та світове суспільство.**

Навчальна дисципліна «Методика викладання фізичної культури у закладі вищої освіти» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Теорія і методика фізичного виховання», «Методика викладання фізичної культури в закладі загальної середньої освіти III ступеня», «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;
- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- здатність працювати в команді;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

*фахові:*

- володіти особливостями методики проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти;
- вміння планувати індивідуальну і самостійну роботу зі студентами з метою стимулювання їх до збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичної культури;
- 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 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;
- здійснення підготовчої роботи і виконавської діяльності з усіх видів рухової активності за навчальною програмою. Застосування традиційних та авторських форм та методів організації і методики проведення спортивно-масових форм;
- 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 вищої освіти сучасне освітнє середовище, що передбачає здійснення ними інноваційних, дослідно-експериментальних видів професійної діяльності та науково-дослідною спрямованістю, здатних поєднати предметне викладання з науково-дослідною діяльністю;

*– проводити наукові дослідження на відповідному рівні;*

майбутні викладачі фізичної культури закладу вищої освіти здатні до проведення самостійного наукового дослідження та інших видів наукової роботи 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;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) здатні застосовувати професійно-профільні знання для оптимізації занять фізичними вправами у вищій школі для цілеспрямованого формування в студентській молоді позитивного ставлення до фізкультурної діяльності, підтримки їх працездатності і рівня здоров'я як важливої умови успішного навчання і подальшої професійної діяльності.

*– 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 викладачі фізичної культури закладу вищої освіти на основі засвоєних передових управлінських методів;

*– навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;*

майбутні викладачі фізичної культури закладу вищої освіти володіють сучасними технологіями використання комп'ютерної техніки для оцінювання, прогнозування стану розвитку власних фізичних якостей, отримання і передачі студентам нової інформації з фізичної культури.

– *здатність генерувати нові ідеї (креативність);*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) закладу вищої освіти володіють комплексом інтелектуальних і творчих особливостей як викладачі фізичної культури, що сприяють генеруванню нових ідей і пошуку самостійних шляхів вирішення професійних проблем;

– *здатність працювати в команді;*

майбутні викладачі фізичної культури закладу вищої освіти здатні працювати в команді на основі сформованих навичок командної роботи, виявлення лідерських здібностей, вмінню слухати та ставити себе на місце іншого, здатності шукати компроміси для вирішення професійних проблем;

– *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 студентів через формування у них мотивів та використання стимулів, що спонукає до дії, визначає їх організованість, активність і стійкість в процесі занять фізичними вправами.

*фахові:*

– *володіти особливостями методики проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти;*

майбутні викладачі фізичної культури закладу вищої освіти володіють глибоко професійними методичними знаннями, практичними навичками та комплексом сучасних професійних і особистісних якостей в галузі фізичної культури і спорту, які забезпечать ефективне управління процесом фізичного виховання студентів в ході реалізації змісту навчального предмету «Фізична культура» в закладі вищої освіти;

– *вміння планувати індивідуальну і самостійну роботу зі студентами з метою стимулювання їх до збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичної культури;*

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) закладу вищої освіти володіють практичними вміннями і навичками використання програмно-нормативних основ системи фізичного виховання у закладі вищої освіти при створенні робочої програми навчального предмету «Фізична культура» та

комплексу його навчально-методичного забезпечення;

*– 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 студентів в закладі вищої освіти;

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

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) закладу вищої освіти володіють здатністю використовувати професійні базові знання під час проходження виробничої педагогічної практики на кафедрах факультету фізичної культури/кафедрах фізичного виховання закладів вищої освіти;

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

майбутні викладачі фізичної культури закладу вищої освіти володіють методичними знаннями, практичними вміннями і навичками організації занять фізичними вправами студентів закладу вищої освіти з обмеженими можливостями, що сприяє їх самовдосконаленню, самовираженню та надає можливість розкрити себе у будь-якій професійній діяльності;

*– 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 студентства олімпійських ідеалів, поширення знань про олімпійський рух, його цінності, багату історію, кращих представників світової та української спортивної плеяди;

– здійснення підготовчої роботи і виконавської діяльності з усіх видів рухової активності за навчальною програмою. Застосування традиційних та авторських форм та методів організації і методики проведення спортивно-масових форм;

фахівці спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) закладу вищої освіти володіють сучасною методикою організації і проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових форм фізичного виховання студентів у закладі вищої освіти;

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

майбутні викладачі фізичної культури закладу вищої освіти володіють методичними знаннями, практичними вміннями і навичками, що забезпечить високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання навчальної дисципліни «Фізична культура» у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності;

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

#### **Змістовий модуль 1**

##### **Фізична культура в загальнокультурній і професійній підготовці студентів**

Тема 1. Вступ. Фізична культура в загальнокультурній і професійній підготовці студентів. Фізична культура як складова загальної культури студента: роль фізичної культури в життєдіяльності студента; структуру особистої фізичної культури студента. Фізична культура в системі професійної освіти: оперативний компонент, мотиваційно-ціннісний компонент, практично-діяльнісний компонент. Професійна спрямованість фізичного виховання студентів ЗВО.

Тема 2. Фізична культура та система фізичного виховання у ЗВО. Фізичну культуру і спорт як засіб збереження і зміцнення здоров'я студентів: мета і завдання фізичного виховання студентів. Методи і принципи фізичного виховання студентів. Фізичну культуру і спорт як засіб збереження і зміцнення здоров'я студентів: засоби і форми фізичного виховання студентів. Напрямки і функції фізичного виховання студентів ЗВО. Організаційно-правові основи фізичної культури і спорту у ЗВО.

Тема 3. Методичні основи фізичного виховання студентів ЗВО. Характеристика змісту державних стандартів вищої освіти України. Характеристика змісту

Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у ЗВО України. Зміст Положення про кафедру фізичного виховання (циклову комісію) у ЗВО. Методичні основи фізичного виховання студентів ЗВО. Програмно-нормативні основи системи фізичного виховання у ЗВО.

Тема 4. Методичні особливості організації навчальної діяльності з фізичного виховання студентів ЗВО. Зміст навчальної програми з фізичного виховання студентів ЗВО. Навчальний план спеціальностей освітнього ступеня «бакалавр». Індивідуальний план роботи викладача та її обліку. Методичні особливості створення НМК з навчального предмету «Фізичну культуру»: робоча навчальна програма. Методичні рекомендації до створення навчальної і робочої навчальної програми. Положення про НМК напряму підготовки. Зміст Положення про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти в університеті. Методичні особливості організації навчальної діяльності з фізичного виховання студентів ЗВО. Розподіл студентів на навчальні відділення. Методичні особливості занять фізичними вправами студентів різних навчальних відділень: основне навчальне відділення. Методичні особливості занять фізичними вправами студентів різних навчальних відділень: спортивне навчальне відділення. Орієнтовна схема тижневого планування занять фізичними вправами студентів. Умови корекції фізичного розвитку, рухової та функціональної підготовленості засобами фізичної культури. Формування фізичних навантажень студентів під час занять фізичними вправами в аудиторних заняттях. Контроль у фізичному вихованні студентів.

## **Змістовий модуль 2.**

### **Фізкультурно-оздоровча і спортивно-масова роботи у закладі вищої освіти**

Тема 5. Фізичне виховання студентів, що відносяться до спецмедгруп. Характеристика контингенту студентів, що відносяться до спецмедгруп. Фізичну культуру і резервні можливості організму студентської молоді. Фізична реабілітація студентів спеціального навчального відділення. Планування навчального оздоровчо-тренувального процесу з фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення. Форми, засоби і методи фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення. Використання засобів фізичної культури з рекреаційно-відновлювальною спрямованістю при різних захворюваннях студентів. Самоконтроль при самостійних оздоровчо-тренувальних заняттях студентів.

Тема 6. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. Загальні положення професійно-прикладної фізичної підготовки. Місце професійно-прикладної фізичної підготовки в системі фізичного виховання студентів. Мета і завдання професійно-прикладної фізичної підготовки студентів. Засоби і форми професійно-прикладної фізичної підготовки студентів. Основні та допоміжні фактори, що визначають зміст професійно-прикладної фізичної підготовки студентів. Контроль професійно-прикладної фізичної підготовки студентів.

Тема 7. Індивідуальний вибір видів спорту чи систем фізичного виховання студентами ЗВО. Характеристика різновидів спорту для студентів ЗВО. Організаційні особливості студентського спорту. Студентські змагання з видів спорту. Роль спортклубу університету в організації спортивно-масової роботи зі студентами. Нетрадиційні види спорту студентів ЗВО.

Тема 8. Основи методики самостійних занять фізичними вправами студентів ЗВО. Мотивація і цілеспрямованість самостійних занять фізичними вправами студентів. Організація самостійних занять фізичними вправами студентів. Форми і зміст самостійних занять фізичними вправами студентів. Вікові та професійні особливості самостійних занять фізичними вправами студентів. Планування самостійних занять фізичними вправами студентів. Самоконтроль за ефективністю самостійних занять студентів фізичними вправами. Особливості проведення самостійних занять фізичними вправами студенток-жінок.

Тема 9. Фізична культура в професійній діяльності бакалавра. Мета і завдання виробничої фізичної культури. Методичні основи виробничої фізичної культури. Вплив особливостей праці на вибір засобів і методів виробничої фізичної культури. Форми фізичної культури: ранкова гігієнічна гімнастика, ранкові та вечірні заняття фізичними вправами, супутнє тренування, фізкультурно-спортивні заняття для активного відпочинку у вільний час. Додаткові засоби підвищення працездатності студентів.

Тема 10. Особливості занять обраним видом спорту студентами ЗВО. Вплив виду спорту на функціональну підготовленість організму студентів. Планування тренувань студентів в обраному виді спорту. Види і методи контролю за ефективністю тренувальних занять студентів. Вимоги і нормативи у студентському спорті. Загальна і спеціальна фізична підготовка у фізичному вихованні студентів

ЗВО. Методичні принципи фізичного виховання. Засоби і методи ЗФП і СФП. Виховання фізичних якостей студентів. Зміст ЗФП і СФП.

Тема 11. Основи здорового способу життя студентів ЗВО. Функціональний прояв здоров'я в різних сферах життєдіяльності організму студентів. Спосіб життєдіяльності студентів та його вплив на їх здоров'я. Змістові характеристики, що складають здоровий спосіб життя студентів.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 6;
- кількість годин – 180;
- кількість аудиторних годин – 66, 24 годин лекцій, 42 години практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 118.

#### **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. Артемова Л.В. Педагогіка і методика вищої школи: Навчально-методичний посібник для викладачів, аспірантів, студентів магістратури. К.: Кондор, 2008. 272 с.

2. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента / Под. ред.. В.А.Бароненко: Учеб.пособие. М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2006. 352 с.

3. Волков В. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: Навчальний посібник / В.Волков. К: «Освіта України», 2008. 256 с.

4. Круцевич Т.Ю. Теорія и методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення. Т.2. / Під ред. Т.Ю.Круцевич. К.: Олимпийская литература, 2008. С. 155-174.

5. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. К.: Олімп. л-ра, 2010. 248 с.



6. Біологічні основи фізичного виховання студентів. Посібник для студентів вузів / Під ред. П.Д.Плахтія. Кам'янець-Подільський, 2009. 403 с.
7. Нетрадиційні види спорту: навчальний посібник / [Солопчук М.С., Шишкін О.П., Стасюк І.І., Солопчук Д.М.]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2006. 104 с.
8. Нормативні матеріали з навчально-методичної роботи Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: Навч.-метод. Посібник / Укл.: В.М.Федорчук, А.С.Попович, Л.І.Тимофійшина. К-П.: Аксіома, 2010. 220 с.
9. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. посібник / С.І.Присяжнюк, В.П.Краснов, М.О.Третьяков, Р.Т.Раєвський, В.Й.Кійко та ін.. К.: Центр учбової літератури, 2007. 192 с.
10. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. посібник / С.І.Присяжнюк. К.: Центр учбової літератури, 2008. 504 с.
11. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник для студентів ЗВО ФВіС. Х: «ОВС», 2007. 271 с.
12. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Чаплінський Р.Б. Фізичне виховання студентської молоді: Методичний посібник / М.С.Солопчук, Г.В.Бесарабчук, Р.Б.Чаплінський. К.-П.: КПДУ інформаційно-видавничий відділ, 2003. 74 с.
13. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: Навч. посібник / Б.М.Шиян, В.Г.Папуша. Харків: «ОВС», 2005. 208 с.19
14. 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.
15. 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.

### Виробнича педагогічна практика в закладі загальної середньої освіти III ступеня

**1. Ціль практики** підготовка фахівців, здатних виявляти та ефективно розв'язувати складні спеціалізовані завдання і практичні проблеми інноваційного та наукового характеру у сфері фізичної культури.

#### 2. Мета і завдання практики

**Метою практики** є здійснення якісної практичної підготовки студентів до самостійного і творчого виконання основних професійно-педагогічних функцій вчителів фізичної культури у реальному навчально-виховному процесі загальноосвітнього навчального закладу III ступеня.

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

*Загальні компетентності:*

- 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;
- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- здатність працювати в команді;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети;
- прихильність безпеці.

*Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:*

- володіти особливостями методики проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти;
- вміння планувати індивідуальну і самостійну роботу зі студентами з метою стимулювання їх до збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичної культури;
- 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 розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих видах спорту та організації спортивних секцій у відповідних навчальних закладах;

- 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;
- здійснення підготовчої роботи і виконавської діяльності з усіх видів рухової активності за навчальною програмою. Застосування традиційних та авторських форм та методів організації і методики проведення спортивно-масових форм;
- 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:**

*загальні:*

- *Застосування професійно-профільних знань в галузі педагогіки та психології вищої школи з урахуванням психолого-фізіологічних та соціальних особливостей учнівських та студентських колективів;*  
Фахівці зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) вміють застосовувати професійно-профільні знання в галузі педагогіки та психології вищої школи з урахуванням психолого-фізіологічних та соціальних особливостей учнівських та студентських колективів для професійної діяльності;
- *Володіти передовими методами керівництва учнями та студентами, навичками виховної роботи у відповідних навчальних закладах;*  
Магістри спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) володіють передовими методами керівництва учнями та студентами, навичками виховної роботи у відповідних навчальних закладах;
- *Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;*  
Володіють вмінням використовувати інформаційні та комунікаційні технології;
- *Здатність генерувати нові ідеї (креативність);*

Здатні створювати і знаходити нові оригінальні ідеї, що відхиляються від прийнятих схем мислення успішно вирішувати поставлені завдання нестандартним чином, а також здатні вирішувати проблеми, що виникають всередині статичних систем. Бачать проблеми під іншим кутом і їх рішення унікальним способом.

- *Здатність працювати в команді;*  
Демонструвати ефективну співпрацю в команді співробітників окремих

суб'єктів сфери освіти та фізичної культури і спорту; володіти навичками оцінювання непередбачуваних проблем у професійній діяльності і обдуманого вибору шляхів їх вирішення, нести відповідальність за результати своєї професійної діяльності; дотримуватися етичних норм ділового спілкування та поведінки.

- *Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети;*  
Бути лідером, мотивувати до досягнення цілей.
- *Прихильність безпеці.*
- Володіти набором характеристик, та знати особливості діяльності організації, який встановлює безпеку праці.

*фахові:*

- *володіти особливостями методики проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти;*
- *вміння планувати індивідуальну і самостійну роботу зі студентами з метою стимулювання їх до збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичної культури;*
- *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 розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих видах спорту та організації спортивних секцій у відповідних навчальних закладах;*
- *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;*
- *здійснення підготовчої роботи і виконавської діяльності з усіх видів рухової активності за навчальною програмою. Застосування традиційних та авторських форм та методів організації і методики проведення спортивно-масових форм;*
- *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.*

#### **4. Зміст виробничої практики**

<b>Навчальна робота</b>
-------------------------

9. Готується і проводить уроки фізичної культури в прикріплених класах. Практикант допускається до проведення уроку тільки за наявності правильно створеного плану-конспекту уроку, підписаного вчителем фізичної культури або керівником практики від кафедр факультету фізичної культури.

10. Кількість уроків, які має провести студент-практикант із фізичної культури – всі за розкладом у прикріплених класах.

11. Відвідує та аналізує уроки вчителів-предметників і студентів-практикантів, результати аналізу нотує в Робочому зошиті практиканта.

12. Відвідує позакласні заходи з фізичної культури, які проводять вчителі-предметники та студенти-практиканти, аналізує їх, самостійно готує і проводить не менше одного контрольного позакласного заходу.

13. Проводить індивідуальну роботу з учнями (консультації, заняття з невстигаючими та обдарованими учнями).

14. Допомогає вчителю-предметнику поповнювати дидактичні матеріали з фізичної культури та самостійно виготовляє їх.

15. Проводить секційну роботу з видів спорту з учнями школи.

Бере участь у підготовці учнів школи до спортивних змагань різного рівня

### **Організаційна робота**

6. Бере участь у роботі настановчої конференції практики на факультет фізичної культури.

7. Знайомиться з навчально-виховною роботою навчального закладу – бази практики.

8. Знайомиться із структурою навчального закладу, організацією навчально-виховного процесу в ньому, здійснення керівництва навчально-виховною роботою шляхом бесід з адміністрацією, вчителями, класними керівниками.

9. Практикант аналізує плани роботи школи, календарні плани вчителів фізичної культури, плани виховної роботи класних керівників, плани роботи спортивних секцій, розклад навчальних занять.

10. Вивчає матеріальну базу навчального закладу, знайомляться з особовими справами учнів, класними журналами.

6. Відвідує та аналізують уроки, позакласні та виховні заходи в прикріплених класах.

7. Формує пакет документів, готуючи бланки, зошити і схеми планів різного гатунку, оформляє робочий зошит практиканта.

8. Обирає тему науково-методичного дослідження з фаху, обговоривши її з керівниками практики від кафедр факультету та університету і вчителем фізичної культури.

9. Результати ознайомлення фіксуються у робочому зошиті практиканта.

### **Методична робота**

5. Бере участь у шкільних виробничих нарадах, засіданнях методичного об'єднання, семінарах класних керівників.

6. Систематично аналізує свою практичну діяльність і досвід навчально-виховної роботи в робочому зошиті практиканта.

7. Узагальнює передовий досвід вчителів-предметників і класних керівників, відбиває результати спостережень в робочому зошиті практиканта.

8. Збирає матеріал з теми науково-методичного дослідження та теми курсової або бакалаврської роботи.

### **Виховна робота**

2. Вивчає рівень вихованості учнів класу, стан дисципліни.

3. Виконує план-графік виховної роботи з учнями класу, проводить виховні заходи.

4. Проводить індивідуальну роботу з педагогічно за недбаними школярами, зустрічається з батьками учнів.

Знайомиться з веденням класного журналу, допомагає класному керівникові у перевірці учнівських щоденників

### **Науково-дослідна робота**

1. Збирає матеріал з теми науково-методичного дослідження та теми магістерської роботи.

2. Виконує психолого-педагогічні дослідження: вивчає психологічні аспекти навчально-виховної діяльності окремих учнів, мотивацію навчання, особливості педагогічного спілкування.

3. Вивчає наукову літературу з фаху.

4. Готує звітні матеріали.

5. Подає звіт про виробничу (педагогічну) практику на підпис і оцінювання вчителям-предметникам та класному керівникові; отримує і засвідчує відповідні характеристики.

### **Висновки**

5. Здає звітну документацію керівникам практики кафедр факультету та університету для перевірки й оцінювання.

6. Звітує на засіданні комісії з попереднього захисту практики у школі.

7. Звітує на засіданні комісії по захисту практики на факультеті фізичної культури.

8. Бере участь у роботі звітної конференції з практики.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 4,5;

- кількість годин – 135.

## **6. Форма семестрового контролю – диференційований залік.**

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

Науково-педагогічні працівники кафедри теорії і методики фізичного виховання, спорту і спортивних ігор, легкої атлетики з методикою викладання.

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

29. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В. Виробнича (педагогічна) практика студентів факультету фізичної культури на базі загальноосвітніх навчальних закладів (в умовах кредитно-модульної системи навчання) / М.С.Солопчук, Г.В.Бесарабчук. – К.-П.: Аксіома, 2010. – 120 с. (гриф МОН України).
30. Навчально-педагогічна практика студентів: програма і методичні рекомендації / [Дуткевич Т.В., Конькова Т.І., Римар Л.М., Федорчук Е.І.]. – К.-П.: ПП Зволейко Д.Г., 2008.
31. Книга вчителя фізичної культури: Довідково-методичне видання / [Операйло С.І., Ільченко А.І., Єрмолова В.М., Іванова Л.І.]. – Х.: Торсінг-ПЛЮС, 2005.
32. Воробйов М.І. Практика в системі фізкультурної освіти: навч. посібник [для студ. вищ. навч. закл.] / М.І. Воробйов, Т.Ю. Круцевич. - Київ: Олімпійська література, 2006. – 192 с.
33. Барчуков И.С. Физическая культура: методология, теория, практика: учебное пособие [для студ. виш. учеб. завед.] /И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. - М.: Академия, 2006. – 528 с.

34. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта [учебное пособие] / Владимир Губа. – М.: Советский спорт, 2008. – 304 с.
35. Закон України «Про загальну середню освіту»: станом на 13 травня 1999 р. / Бюлетень законодавства і юридичної практики України. — № 9 Законодавство України про загальну середню освіту. — К.: Юрінком Інтер, 1999.-С. 31-54. - (Бібліотека офіційних видань).
36. Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України / Збірник законодавчих та нормативних актів про освіту. - Вип. I. - К., 1994. - С. 139-153. - (Бібліотека офіційних видань).
37. Фіцула М.М. Педагогіка: [навч. посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти] / Фіцула М.М. — К.: Видавничий центр «Академія», 2001. — 528с.
38. Евсеев Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. – Изд. 3-е. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 382 с.
39. Астафьев Н.В. Физическое состояние умственно отсталых школьников: Учебное пособие /Н.В. Астафьев, В.И. Михалев - Омск, 1996. - 160 с.
40. Потапова Н.А. Системная коррекция последствий сколиоза у детей и подростков средствами адаптивной физической культуры. / Потапова Н.А., Кротова Л.М., Гатиатулин Р.Р. – М.: НЦ ЭНАС, 2006. – 216 с.
41. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании /А.А. Дмитриев. - М., 2002. - 176 с.
42. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): [учебник для студентов вузов] / В.И. Дубровский. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998. - 608 с.
43. Залетаев И.П. Анализ проведения урока физкультуры. / И.П. Залетаев, В.А. Муравьев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 112 с.
44. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: [учебник для студентов физкульт. вузов] / Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.:Советский спорт, 2003. – 453 с.
45. Курдыбайло С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: уч.пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеїв, Г.В. Герасимова; Под общ. ред. С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2002,- 184 с.
46. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии / Н.Л. Литош. - М., 2002. – 140 с.
47. Луканский И.В. и др. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж: [учебн. пособие] / И.В. Луканский, Э.Э. Стэх, В.С. Улащик; Под ред. проф. В.С. Улащика. - 2-е изд. - Мн.: Выш.шк., 1999. - 335 с.
48. Медведева Л.Е. Организация и методика проведения занятий в специальных медицинских группах: [учебное пособие] / Л.Е. Медведева, И.П. Куценко, А.В. Полуструев, С.Н. Якименко - Омск: СибГАФК, 2001. – 320 с.
49. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры / Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Курина, Н.Д. Никандрова; Под ред. проф. Л.Б. Кофмана; Авт. - сост.. - М., 1998. - 496 с.
50. Потапчук А.А. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. / А.А. Потапчук, М.Д. Дидур - СПб.: Речь, 2001. – 38 с.
51. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: [ученик для студентов физкульт. вузов] -М.: Советский спорт, 2002. - 448 с.
52. Попов С.Н. Физическая реабилитация: [учебник для академий и институтов физической культуры] - Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1999. - 608 с.
53. Шлемин А.М. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: [пособие для учителя] - М: Просвещение, 1988. – 245 с.
54. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе /Е.С. Черник. - М., 1997. - 320 с.

## II КУРС

### Зарубіжні системи фізичного виховання

**Виробнича педагогічна асистентська практика**

*Освітній ступінь бакалавр  
Галузь знань 01 Освіта  
спеціальність 017 Фізична культура і спорт (Тренер з видів спорту)  
І КУРС*

**Методика наукових досліджень**

**1. Мета навчальної дисципліни**, включеної в освітній процес майбутніх фахівців другого (магістерського) рівня галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт, – сформувати стійку здатність за допомогою проведення досліджень, застосування теорій та методів педагогіки, фізичної культури, психології, соціології, розв’язувати складні завдання і проблеми, що характеризується невизначеністю умов і вимог, під час професійної діяльності (викладання у закладі вищої, середньої освіти, або (та) у сфері фізичної культури і спорту).

Навчальна дисципліна «Методика наукових досліджень» має міжпредметні зв’язки, передусім з «Основами наукових досліджень», «Спортивною метрологією», «Теорією і методикою фізичного виховання», «Педагогікою», «Соціологією», «Психологією» «Гігієною», «Загальною фізіологією».

**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 першого (бакалаврського) рівня формуються наступні компетентності:

*загальні:*

- здійснювати пошук, оброблення та аналіз інформації з різних джерел;



- виявляти, конкретизувати і вирішувати проблеми;
- спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами із інших галузей знань/видів економічної діяльності);
- генерувати нові ідеї (креативність);

*фахові:*

- здатність аналізувати актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту;
- здатність до розуміння наукових теорій та концепцій, використання сучасних методів та технологій, необхідних для вирішення визначених завдань у сфері фізичної культури і спорту;
- здатність визначати суперечності та прогалини у наявній системі знань з функціонування та розвитку сфери фізичної культури і спорту;
- здатність до впровадження результатів наукових досліджень у практичну діяльність;
- здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:

*загальних:*

- *здатності до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел:*

молодий магістр із фізичної культури може дискутувати з проблематики сфери фізичної культури і спорту, аргументувати власну точку зору з використанням сучасних наукових досягнень;

- *здатності виявляти, конкретизувати і вирішувати проблеми:*

молодий магістр з фізичної культури може визначати особливості, протиріччя та перспективні напрями розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту;

- *спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами із інших галузей знань/видів економічної діяльності):*

молодий магістр з фізичної культури спроможний оцінювати ризики та враховувати різні види відповідальності при виборі альтернатив вирішення практичних завдань професійної діяльності;

- *здатності генерувати нові ідеї (креативність):*

молодий магістр з фізичної культури демонструючи знання наукової педагогічної термінології та практичні вміння, виявляє шляхи застосування

педагогічних знань у практиці професійної діяльності, пояснює принципи та інтерпретує особливості їх реалізації в освітньому процесі, враховуючи особливості організації, формування і реалізації змісту та особистості у різні вікові періоди тих, хто навчається;

*фахові:*

- *здатності аналізувати актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту:*

молодий магістр з фізичної культури спроможний уміє планувати і проводити наукове дослідження з актуальної проблеми фізичної культури і спорту, готувати результати наукової роботи до оприлюднення;

- *здатності до розуміння наукових теорій та концепцій, використання сучасних методів та технологій, необхідних для вирішення визначених завдань у сфері фізичної культури і спорту:*

молодий магістр з фізичної культури спроможний застосовувати для пояснення практичних ситуацій та вирішення конкретних практичних завдань у сфері фізичної культури і спорту сучасний понятійний апарат, наукові концепції, теорії та технології;

- *здатності визначати суперечності та прогалини у наявній системі знань з функціонування та розвитку сфери фізичної культури і спорту:*

молодий магістр з фізичної культури спроможний демонструвати вміння до генерування нових ідей та їх подальшого науково обґрунтованого впровадження;

- *здатності до впровадження результатів наукових досліджень у практичну діяльність:*

молодий магістр з фізичної культури спроможний втілювати результати наукового пошуку у практичну діяльність;

- *здатності до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту:*

молодий магістр з фізичної культури використовує сучасні методи самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії.

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

**Змістовий модуль 1 — «Основи методології наукових досліджень, методи отримання інформації та алгоритм оформлення результатів»**

Тема 1. Теоретичні аспекти і загальна методологія науково-дослідної діяльності у фізичному вихованні

Тема 2. Характеристика методів дослідження на теоретичному рівні та способів їх практичного застосування

Тема 3. Соціологічні та педагогічні методи дослідження

Тема 4. Медико-біологічні методи дослідження

Тема 5. Методи математичної статистики

Тема 6. Оформлення результатів дослідження

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

- кількість кредитів ЄКТС – 3;

- кількість годин – 90;

- кількість аудиторних годин – 30, 16 годин лекцій, 14 години практичних занять;

- кількість годин самостійної роботи – 60.

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

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

Єдинак Геннадій Анатолійович, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

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

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник. Львів : Кварт, 2011. 303 с.

2. Бар-Ор О. , Роуланд Т. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 528 с.

3. Винник Д. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт. Київ : Олімп. лит., 2010. 608 с.

4. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2019. 154 с.

5. Єдинак Г. А. Теорія і технологія використання фізичних вправ у реабілітації дітей з церебральним паралічем : навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ПП М. Мошак, 2007. 352 с.

6. Краснобокий Б. М., Левківський К. М. Словник-довідник науковця-початківця. 2-е вид., випр. і доп. Київ : НМЦВО, 2001. 72 с.

7. Нечитайло Ю. М. Антропометрія та антропометричні стандарти у дітей: метод. рекомендації. Чернівці : Вид-во БДМА, 1999. 144 с.

8. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. / Т. Бойчук, М. Голубєва, О. Левандовський, Л. Войчишин. Львів : ЗУКЦ, 2010. 240 с.

9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімп. л-ра, 2001. 439 с.

10. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. 2-е вид. стерот. Кам'янець-Подільський : Рута, 2013. 280 с.

**Актуальні проблеми фізичної культури і спорту**

**Управління проектами у спорті**

**Міжнародний олімпійський і спортивний рух**

**Виробнича практика в дитячій юнацькій спортивній школі в групах спеціалізованої базової підготовки**

*Освітній ступінь магістр*

*Галузь знань 01 Освіта*

*спеціальність 017 Фізична культура і спорт (Тренер з видів спорту)*

*I КУРС*

**Методика наукових досліджень**

**Актуальні проблеми фізичної культури і спорту**

**Управління проектами у спорті**

**Міжнародний олімпійський і спортивний рух**

**Виробнича практика в дитячій юнацькій спортивній школі в групах спеціалізованої базової підготовки**

*Освітній ступінь бакалавр*

*Галузь знань 22 Охорона здоров'я*

*спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія*

*I КУРС*

**Методика наукових досліджень**

1. **Мета навчальної дисципліни**, включеної в освітній процес майбутніх фахівців другого (магістерського) рівня галузі знань 22 Охорона здоров'я, спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія, – розвинути у молодого магістра<sup>68</sup>

фізичної терапії та ерготерапії здатність здійснювати наукову та навчальну діяльність із застосуванням положень, теорій і методів біологічних, медичних, педагогічних та соціальних наук, фізичної культури, а також проводити наукові дослідження на засадах глибокого переосмислення наявних і створення нових цілісних знань.

Навчальна дисципліна «Методика наукових досліджень» має міжпредметні зв'язки, передусім з «Основами наукових досліджень», «Спортивною метрологією», «Теорією і методикою фізичного виховання», «Педагогікою», «Соціологією», «Психологією» «Гігієною», «Загальною фізіологією», «Віковою фізіологією».

## **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 формуються наступні компетентності:

### *загальні:*

- здатність до здійснення наукових досліджень з проблематики фізичної терапії, ерготерапії та застосування результатів наукових досліджень у клінічній, науковій, освітній та адміністративній діяльності на високому професійному рівні;

### *фахові:*

- здатність і готовність до узагальнення, удосконалення і впровадження в практику передового досвіду з відновлення порушених чи тимчасово втрачених в результаті захворювання або травми функції органу зору;

- здатність виконувати обстеження пацієнтів / клієнтів різних нозологічних груп, при складній прогресуючій і мультисистемній патології та уміння розробляти технології втручання;

- здатність і готовність використовувати сучасні засоби і методи наукового і практичного вирішення актуальних і нестандартних проблем у сфері фізичної терапії в умовах комплексності та невизначеності у складі мультидисциплінарної команди;

- розуміння функціональних проб і методів контролю фізичного стану людини, методів функціональної діагностики.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:

*загальних:*

- здатності здійснювати наукові дослідження з проблематики фізичної терапії, ерготерапії та застосування результатів наукових досліджень у клінічній, науковій, освітній та адміністративній діяльності на високому професійному рівні:

молодий магістр із фізичної реабілітації відзначається сформованими вміннями визначити проблематику, здійснювати проектування та коректно використовувати методи наукового дослідження відповідно до його завдань у фізичній терапії, ерготерапії;

*фахових:*

- здатності й готовності до узагальнення, удосконалення і впровадження в практику передового досвіду з відновлення порушених чи тимчасово втрачених в результаті захворювання або травми функції органу зору:

молодий магістр із фізичної реабілітації спроможний та володіє навичками розроблення, а також упровадження інноваційних технологій збереження і відновлення репродуктивного здоров'я;

- здатності виконувати обстеження пацієнтів / клієнтів різних нозологічних груп, при складній прогресуючій і мультисистемній патології та вміння розробляти технології втручання:

молодий магістр із фізичної реабілітації спроможний та володіє навичками вибору методів, засобів та форм фізичної терапії, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність;

- здатності й готовності використовувати сучасні засоби і методи наукового і практичного вирішення актуальних і нестандартних проблем у сфері фізичної терапії в умовах комплексності та невизначеності у складі мультидисциплінарної команди:

молодий магістр із фізичної реабілітації спроможний та демонструє вміння встановлювати цілі та розробляти технологію втручання;

- розуміння функціональних проб і методів контролю фізичного стану людини, методів функціональної діагностики:

молодий магістр із фізичної реабілітації спроможний використовувати різноманітні навантажувальні тести, спеціальні функціональні тести, оцінювати

типи реакцій хворих на фізичне навантаження.

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

#### **Змістовий модуль 1**

#### **Основи методології наукових досліджень, методи отримання інформації та алгоритм оформлення результатів»**

Тема 1. Теоретичні аспекти і загальна методологія науково-дослідної діяльності у фізичній терапії та ерготерапії

Тема 2. Характеристика методів дослідження на теоретичному рівні та способів їх практичного застосування

Тема 3. Соціологічні та педагогічні методи дослідження

Тема 4. Медико-біологічні методи дослідження

Тема 5. Методи математичної статистики

Тема 6. Оформлення результатів дослідження

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

- кількість кредитів ЄКТС – 3;
- кількість годин – 90;
- кількість аудиторних годин – 32: 16 – лекцій, 16 – практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 60.

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

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

Єдинак Геннадій Анатолійович, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

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

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник. Львів : Кварт, 2011. 303 с.

2. Бар-Ор О. , Роуланд Т. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 528 с.

3. Винник Д. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт. Київ : Олімп. лит., 2010. 608 с.

4. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод.

посіб. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2019. 154 с.

5. Єдинак Г. А. Теорія і технологія використання фізичних вправ у реабілітації дітей з церебральним паралічем : навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ПП М. Мошак, 2007. 352 с.

6. Краснобокий Б. М., Левківський К. М. Словник-довідник науковця-початківця. 2-е вид., випр. і доп. Київ : НМЦВО, 2001. 72 с.

7. Нечитайло Ю. М. Антропометрія та антропометричні стандарти у дітей : метод. рекомендації. Чернівці : Вид-во БДМА, 1999. 144 с.

8. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. / Т. Бойчук, М. Голубєва, О. Левандовський, Л. Войчишин. Львів : ЗУКЦ, 2010. 240 с.

9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімп. л-ра, 2001. 439 с.

10. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. 2-е вид. стерот. Кам'янець-Подільський : Рута, 2013. 280 с.

**Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка**  
**Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)**  
**I КУРС (1 рік 10 місяців)**

**Методика наукових досліджень**

Теорія і методика викладання гімнастики

**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), полягає у формуванні у студентів системи знань з історії, теорії і методики викладання гімнастики, опанування технікою основних гімнастичних вправ, набуття студентами необхідних знань, умінь та навичок для підготовки їх до професійної діяльності вчителя фізичної культури закладів загальної середньої освіти.**

Навчальна дисципліна «Теорія і методика викладання гімнастики» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Сучасні освітні технології у фізичній культурі», «Методика викладання фізичної культури в закладі загальної середньої освіти III ступеня», «Теорія і методика спортивно-масової роботи».



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 формуються наступні *компетентності*:

*загальні:*

- здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- здатність до самовдосконалення та саморозвитку;
- здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово);
- здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння та навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

*фахові:*

- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;
- здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей;
- здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді.

**Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування:** випускники після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою спроможні обіймати посади вчитель закладу загальної середньої освіти, вчитель початкового навчально-виховного закладу, керівник секції спортивної спрямованості, фітнес-тренер.

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

#### **Змістовий модуль 1**

**Техніка виконання організуючих та загальнорозвиваючих вправ без предметів. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з гімнастичними предметами та вправ на приладах гімнастичного багатоборства.**

Тема 1. Попередження травматизму на заняттях з гімнастики. Види гімнастики.

Тема 2. Гімнастика в національній системі фізичного виховання.

Тема 3. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 4. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 5. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

Тема 6. Гімнастичні вправи як засіб фізичного виховання. Гімнастична термінологія.

Тема 7. Техніка виконання організуючих вправ.

Тема 8. Техніка виконання загальнорозвиваючих вправ з предметами.

Тема 9. Техніка виконання вправ на приладах гімнастичного багатоборства.

## **Змістовий модуль 2**

### **Техніка виконання та методика навчання вправ шкільної програми розділу “Гімнастика” у закладах загальної середньої освіти 1-11 класи.**

Тема 1. Основи техніки гімнастичних вправ. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ.

Тема 2. Методика навчання вправ у висах і упорах.

Тема 3. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 4. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 6. Методика навчання вправ у висах і упорах з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 1-5 клас.

Тема 7. Засоби освітньо-розвиваючих видів гімнастики.

Тема 8. Методика навчання прикладних вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 9. Методика навчання організуючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання загальнорозвиваючих вправ з розділу «гімнастика» у закладах загальної середньої освіти 6-11 клас.

## **Змістовий модуль 3**

## **Методика проведення уроку гімнастики у 1-11 класах.**

Тема 1. Урок гімнастики в школі.

Тема 2. Методика планування навчального матеріалу з розділу «гімнастика».

Тема 3. Проведення уроку гімнастики 1-5 клас.

Тема 4. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 5. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 1-5 клас.

Тема 6. Теорія і методика розвитку рухових здібностей на уроці гімнастики.

Тема 7. Теоретичні основи навчання гімнастичним вправам.

Тема 8. Проведення уроку гімнастики 6-11 клас.

Тема 9. Техніка виконання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

Тема 10. Методика навчання вправ розділів програми «гімнастика» 6-11 клас.

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

- кількість кредитів ЄКТС – 7;

- кількість годин – 210;

- кількість аудиторних годин – 90, 12 годин лекцій, 78 години практичних занять;

- кількість годин самостійної роботи – 120.

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

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

Бабюк Сергій Миколайович, кандидат педагогічних наук, доцент.

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

1. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних організуючих вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.

2. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ. Навч. метод. посібник. Кам'янець-  
75

Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 0,5 Мб.

3. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастичні палиці. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.

4. Бабюк С.М., Марчук Д.В., Юрчишин Ю.В. Теорія і методика гімнастичних загальнорозвивальних вправ: гімнастична лава. Навч. метод. відео-посібник. Електронне видання на CD-ROM. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см. Об'єм даних 640 Мб.

5. Ленська Т.Г., Головата Л.Р., Погребняк Т.М. Теорія і методика викладання гімнастики. Навч. метод. посібник. Кам'янець-Подільський: Видавець ПП Зволейко Д.Г., 2011. 230 с.

6. Салямін Ю.М., Терещенко І.А., Прокопюк С.П., Левчук Т.М. Гімнастична термінологія. Київ: Олімпійська література, 2011. 54 с.

7. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.1. 406 с.

8. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики : Навч.посібник. У 2-х т. Харків: ОСВ, 2008. Т.2. 464 с.

**Сучасні аспекти організації рухової активності населення**

**Теорія і методика фізичного виховання**