

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Кафедра спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної

роботи _____ Н. І. Василькова

05 вересня 2018 р.

Робоча програма навчальної дисципліни

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

СТУПІНЬ БАКАЛАВРА

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Код та найменування спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма Фізична культура і спорт: тренер з видів спорту

Факультет фізичної культури та спорту

2018 - 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів II курсу ступеня «бакалавр» спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітня програма: Фізична культура: тренер з видів спорту. Мова викладання – українська.

Розробник: **Литвиненко Ольга Михайлівна**, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор філософії в галузі освіти, доцент _____ (Литвиненко О.М.).

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спорту
Протокол від «27» серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри _____ (Тупеев Ю.В.)
«27» серпня 2018 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Таблиця 1. Структура навчальної дисципліни для студентів денної форми навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітньо-кваліфікаційний рівень (ступінь)	Характеристика навчальної дисципліни
		<i>денна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Нормативна
	Спеціальність 017 Фізична культура і спорт освітня програма: Фізична культура: тренер з видів спорту	
Індивідуальне науково-дослідне завдання – пульсометрія уроку фізичної культури		Рік підготовки: 2
Загальна кількість годин - 150		Семестр 4-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 5,5	Ступінь бакалавра	Лекції
		10 год.
		Практичні заняття
		20 год.
		Самостійна робота
		60 год.
Вид контролю:	залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 150 год.: 50 год. – аудиторні заняття, 100 год. – самостійна робота (33,6% / 67,4%).

2. Мета та завдання навчальної дисципліни.

Метою курсу є формування у студентів конкретних знань і умінь, необхідних для успішної практичної діяльності з фізичного виховання, набуття практичних навичок, проведення навчально-виховної роботи з школярами різного віку і підготовленості, впровадження здорового способу життя, раціональної організації позакласної роботи та вільного часу згідно навчальних програм.

Завдання курсу:

Освітні завдання:

- формування основ теоретичних знань для подальшого засвоєння методики фізичного виховання;
- розвиток у майбутніх вчителів педагогічного та аналітичного мислення, творчого підходу до вирішення педагогічних ситуацій, що складаються у процесі педагогічної діяльності;
- формування умінь приймати найоптимальніші рішення у відповідності до педагогічних закономірностей, принципів педагогічного процесу.

Виховні завдання:

- сприяння соціальному формуванню особистості;
- виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі;
- формування почуття патріотизму.

У результаті вивчення курсу студент оволодіває такими компетентностями:

1). Загальні компетенції (ЗК):

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

2) Фахові компетентності спеціальності (ФК)

ФК 2. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики фізичного виховання та спортивної підготовки.

ФК 6. Здатність використовувати різні методи та прийоми навчання, виховання та соціалізації особистості.

3) Програмні результати навчання (ПРН)

ПРН 4. Демонструє уміння знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел; здійснює комунікаційну взаємодію за допомогою соціальних мереж; систематизує прийоми створення, збереження, накопичення та інтерпретації даних з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.

4) У процесі вивчення курсу майбутні фахівці повинні

знати:

- вихідні поняття теорії фізичного виховання;
- основи української національної системи фізичного виховання;
- методику розвитку фізичних якостей з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних відмінностей фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості учнів;

- знати основи методики навчання техніки фізичних вправ,
- форми організації занять з фізичного виховання;
- методи управління і контролю у процесі фізичного виховання школярів;
- програмно-нормативні основи фізичного виховання в галузі освіти;
- основи планування і облік процесу фізичного виховання в школі;

вміти:

- аналізувати педагогічні явища, процеси, факти з точки зору сучасної теорії і практики фізичного виховання;
- творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань з врахуванням вікових і індивідуальних відмінностей учнів;
- використовувати педагогічні ідеї в організації процесу навчання й виховання; нормувати фізичні навантаження у фізичному вихованні з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних відмінностей, фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості учнів;
- здійснювати різні напрями фізичного виховання у роботі з школярами в умовах школи та позашкільних закладів освіти;
- вміло будувати взаємостосунки з учнями, батьками, колегами у процесі педагогічної та фізкультурно-спортивної діяльності;
- на практиці реалізовувати методи та форми фізкультурно-спортивної діяльності з метою формування всебічно розвинутої особистості школярів, дотримуватися техніки безпеки та виконання гігієнічних вимог до умов проведення занять з фізичної культури;
- планувати, організовувати і здійснювати роботу з фізичного виховання, вивчати, аналізувати і оцінювати рівень фізичного розвитку дітей шкільного віку;
- вирішувати теоретичні та практичні проблемні завдання з використанням сучасних методів наукового пізнання;
- формувати в учнів систему знань і свідому потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом, та в здоровому способі життя; аналізувати, узагальнювати і розповсюджувати передовий досвід, систематично підвищувати свою професійну кваліфікацію;
- здійснювати науково-дослідну та методичну роботу, орієнтуватися в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

володіти:

- знаннями в галузі загальної та вікової психології, вікових анатомічних, морфофункціональних та індивідуальних особливостей розвитку дітей;
- культурою мислення, здатністю до узагальнення, аналізу, сприйняття інформації, постановці мети та вибору шляхів її досягнення; спеціальною професійною термінологією;
- способами осмислення й критичного аналізу наукової інформації.

2. Програма навчальної дисципліни теорія і методика фізичної культури 3 кредити ЄКСТ / 90 годин

Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна

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

Тема 2. Основні поняття теорії та методики фізичного виховання.

Тема 3. Методи дослідження ТМФВ.

Кредит 2. Система фізичного виховання

Тема 4. Характеристика і структура системи фізичного виховання.

Тема 5. Загальні принципи системи фізичного виховання.

Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу

Тема 6. Засоби фізичного виховання, їх характеристика та класифікація.

Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання.

Тема 8. Методи фізичного виховання.

Тема 9. Загальна характеристика фізичних якостей.

Тема 10. Фізичні навантаження та відпочинок.

4. Структура навчальної дисципліни

Таблиця 2. Розподіл годин навчальної дисципліни для денної форми навчання

Кредит	Назви кредитів і тем	Кількість годин				
		Усього	у тому числі:			
			лекції	практ	інд	самот. робота
1	Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна					
	Тема 1. Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна.	10	2	2	-	6
	Тема 2. Основні поняття теорії та методики фізичного виховання.	10	-	2	-	8
	Тема 3. Методи дослідження ТМФВ.	10	2	2	-	6
		30	4	6	-	20
2	Кредит 2. Система фізичного виховання					
	Тема 4. Характеристика і структура системи фізичного виховання.	15	-	2	-	13
	Тема 5. Загальні принципи системи фізичного виховання.	15	-	2	-	13
		30	-	2	-	26
3	Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу					
	Тема 6. Засоби фізичного виховання, їх характеристика та класифікація.	6	2	2	-	2
	Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання	6	1	2	-	3
	Тема 8. Методи фізичного виховання	6	1	2	-	3
	Тема 9. Загальна характеристика фізичних якостей.	6	1	2	-	3
	Тема 10. Фізичні навантаження та відпочинок.	6	1	2	-	3

		30	6	10	-	14
		<i>Разом:</i>	90	10	20	- 60

5. Теми семінарських занять – не передбачено

6. Теми практичних занять

Таблиця 3. Розподіл годин практичних занять

№ з/п	Назва теми практичних занять	Кількість годин
		денна
Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна		
1	Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна.	2
2	Основні поняття теорії та методики фізичного виховання	2
3	Методи дослідження ТМФВ.	2
Кредит 2. Система фізичного виховання		
4	Характеристика і структура системи фізичного виховання.	2
5	Загальні принципи системи фізичного виховання.	2
Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу		
6	Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання	2
7	Принципи побудови процесу фізичного виховання	2
8	Методи фізичного виховання	2
9	Загальна характеристика фізичних якостей.	2
10	Фізичні навантаження та відпочинок.	2
		Разом: 20

7. Самостійна робота

Таблиця 4. Розподіл годин самостійних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		денна
Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна		
1	Тема 1. Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна.	6
2	Тема 2. Основні поняття теорії та методики фізичного виховання.	8
3	Тема 3. Методи дослідження ТМФВ.	6
Кредит 2. Система фізичного виховання		
4	Тема 4. Характеристика і структура системи фізичного виховання.	13
5	Тема 5. Загальні принципи системи фізичного виховання.	13
Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу		
6	Тема 6. Засоби фізичного виховання, їх характеристика та класифікація.	2
7	Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання	3
8	Тема 8. Методи фізичного виховання	3

9	Тема 9. Загальна характеристика фізичних якостей.	3
10	Тема 10. Фізичні навантаження та відпочинок.	3
Разом:		60

8. Індивідуальне навчально-дослідне завдання – непередбачено.

9. Методи навчання

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

1) за джерелом інформації:

- **словесні:** лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint - презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда;

- **наочні:** спостереження, ілюстрація, демонстрація.

2) за логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) за ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) за ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- навчальні дискусії;

- створення ситуації пізнавальної новизни;

- створення ситуацій зацікавленості.

10. Методи контролю

У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів застосовуються наступні методи:

- **методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда;

- **методи письмового контролю:** письмове тестування; підсумкове письмове тестування, реферативна робота;

- **методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз. Зараховуються бали за поточну роботу студента на семінарських, практичних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальну роботу.

Реферативні дослідження, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на практичних заняттях.

Контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу кредиту.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- своєчасність виконання навчальних завдань;

- повний обсяг їхнього виконання;

- якість виконання навчальних завдань;

- самостійність виконання;

- творчий підхід у виконанні завдань;

- ініціативність у навчальній діяльності.

Студентам, які через поважні причини не писали контрольної роботи, надається можливість написання її повторно.

11. Форми контролю: 4 семестр – залік.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Успішність навчання та якість вивчення студентами дисципліни визначається рейтинговою системою оцінювання (PCO) знань студентів.

Головна мета впровадження PCO – поліпшення якості навчання шляхом активізації навчальної та творчої діяльності, стимулювання самостійної роботи студентів, підвищення об'єктивності оцінки знань, створення здорової конкуренції і прояву індивідуальних здібностей студентів в умовах кредитно-трансферної системи організації навчального процесу.

Основу PCO становить рейтинг студента з дисципліни. Він є узагальненим показником якості знань, умінь і навичок, засвоєних з дисципліни відповідно до кваліфікаційної характеристики.

Накопичення балів студентами під час вивчення навчальної дисципліни відбувається наступним чином: 100% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного, кредитного контролю.

№ кредиту	Номер теми	№ практичн. заняття	Відповіді на практичних заняттях	Перевірка виконання самостійної роботи	Реферативна доповідь або презентація	Тестування	Контрольна робота			ВСЬОГО
<i>Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна</i>	1	1	10	10	10					
	2	2	10	10						
	3	3	10	10		30				
	Σ		30	30	10	30				100
<i>Кредит 2. Система фізичного виховання школярів</i>	4	4	10	10	10					
	5	5	10	10						
	Σ		20	20	10		50			100
<i>Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу</i>	6	6	10	6						
	7	7	10	6						
	8	8	10	6						
	9	9	10	6						
	10	10	10	6						
	Σ	60	50	30			20			100
	Аудиторна робота - 100 балів			Самостійна робота -200 балів						300
	300									

13. Засоби діагностики успішності навчання

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів (блоків):

- а) контроль засвоєння теоретичних знань (опитування на практичних заняттях);
- б) контроль самостійної роботи студентів (виконання письмових завдань у робочих зошитах, підготовка й захист реферативних робіт);
- в) виконання тестових завдань та контрольних робіт.

Критерії оцінювання знань та вмінь студентів

Отримані за результатами основних видів діяльності бали додаються і у рейтинговій шкалі кожному студентові виставляється кількість балів від 0 до 100, а також оцінка за чотирибальною національною шкалою і за шкалою ЄКТС.

Співвідношення оцінок знань і вмінь студентів у національній та рейтинговій системах оцінювання наступне:

Таблиця 4. Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену	для заліку
A	90 - 100	5 (відмінно)	5/відм./ зараховано
B	80 - 89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65 - 79		
D	55 - 64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50 - 54		
FX	35 - 49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Високий рівень. Студент вільно володіє навчальним матеріалом на підставі вивченої основної та додаткової літератури, аргументовано висловлює свої думки, проявляє творчий підхід до виконання індивідуальних та колективних завдань при самостійній роботі.

Достатній рівень. Студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, але не має достатніх знань та вмінь для формулювання висновків, допускає несуттєві неточності.

Задовільний рівень. Студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання у стандартних ситуаціях.

Низький рівень. Студент володіє навчальним матеріалом поверхово й фрагментарно.

Незадовільний рівень. Студент не володіє навчальним матеріалом.

14. Методичне забезпечення

Студентам пропонуються:

- Навчально-методичний комплекс;
- збірка тестових і контрольних завдань для тематичного оцінювання навчальних досягнень;
- Робочий зошит для самостійних робіт з теорії і методики фізичного виховання : навчально-методичний посібник / О.М.Литвиненко, О.С.Слав'як. – Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2017. – 64 с.
- засоби підсумкового контролю (комп'ютерна програма тестування, комплект друкованих завдань для підсумкового контролю).

15. Рекомендована література

Основна

1. Папуша В. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація / В.Папуша. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2008. – 192 с.
2. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олімп. літ-ра, 2003. – Т.1. Т.2 – 392 с.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: уч. пособ. / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М. : Академия, 2003. – 480 с.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : уч. пособ. / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М. : Академия, 2003. –144 с.
5. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник / О.М. Худолій. — Вид. 2. Харків: ОВС, 2008. — 408 с.
6. Худолій О.М. Теорія і методика наукових досліджень : програма / О.М. Худолій. – Харків: ОВС, 2009. — 26 с.
7. Цьось А.В. Основи знань з курсу «Теорія і методика фізичного виховання» : метод. реком. / А.В.Цьось, Т.В. Гнітецька. – Луцьк, 2005. – 65 с.
8. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів : навч. посібник / Б.М.Шиян. – Львів : Світ, 1993. – 184 с.
9. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. Частина 1, 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
10. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. : в 2 ч. - Ч. 2 / Б.М.Шиян, І.О.Омельяненко. — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2012. — 304 с. – Електронний ресурс. - Режим доступу: <https://bohdan-books.com/upload/iblock/f47/f4705405ffa1d686c48b8d254db7e8e1.pdf>

Додаткова література:

1. Гнітецька Т.В. Самостійна робота студентів з теорії і методики фізичного виховання у кредитно-модульній системі навчання: навчально-методичні матеріали / Т.В.Гнітецька, Т.Г.Овчаренко, В.В.Слюсарчук. – Луцьк, 2008. –Ч.І – 80 с.. Ч.ІІ – 72 с.
2. Овчаренко Т.Г. Система самостійної роботи студентів у курсі «ТМФВ»: навч. посіб. / Т.Г.Овчаренко. – Луцьк: Вежа, 2002. - 122 с.
3. Литвиненко О.М. Робочий зошит для самостійних робіт з теорії і методики фізичного виховання : навчально-методичний посібник / О.М.Литвиненко, О.С.Славітяк. – Миколаїв: МНУ імені В.О.Сухомлинського, 2017. – 64 с.

Інформаційні ресурси:

1. www.nbu.gov.ua/eb/khhpi.html
2. <http://lib.sportedu.ru/books/xxpi>