

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

Факультет фізичної культури та спорту
Кафедра теорії та методики фізичної культури



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи

О. А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

СТУПІНЬ БАКАЛАВРА

Ступінь бакалавра

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

освітня програма Фізична культура і спорт: тренер з видів спорту.

2019 - 2020 навчальний рік

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

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури.

Протокол від «27» серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри *Ольга* (Литвиненко О. М.)

© Литвиненко О.М., 2019

© МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2019

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		<i>денна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Нормативна
	017 Фізична культура і спорт	
Індивідуальне науково- дослідне завдання – проведення пульсометрії 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
		14 год.
		Практичні заняття
		36 год.
		Самостійна робота
		100 год.
Вид контролю:		
<i>залік</i>		

Мова навчання – українська.

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.

2. Мета, завдання навчальної дисципліни та результати навчання

Мета курсу: 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:

- формувати основи теоретичних знань для подальшого засвоєння методики фізичного виховання; формувати уміння приймати найоптимальніші рішення у відповідності до педагогічних закономірностей, принципів педагогічного процесу;
- сприяти розвитку педагогічного та аналітичного мислення, творчого підходу до вирішення педагогічних ситуацій, що складаються у процесі педагогічної діяльності;
- сприяти соціальному формуванню особистості; вихованню працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі.

Передумови для вивчення дисципліни. Попередніми вивченими дисциплінами, на яких ґрунтується дисципліна “Теорія та методика фізичного виховання” є педагогіка, психологія, легка атлетика та методика викладання, спортивні ігри та методика викладання, гімнастика та методика викладання, фізіологія людини, анатомія людини, методика проведення рухливих ігор.

Навчальна дисципліна складається із 5 кредитів ЕКТС.

Очікувані результати навчання:

ПРН 12. Пояснює принципи, засоби та методи фізичного виховання населення, інтерпретує теорію навчання рухових дій; описує методики розвитку рухових якостей; визначає форми організації занять у фізичному вихованні.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

1) Фахові

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.

2. Програма навчальної дисципліни

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.

Кредит 4. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Тема 9. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Тема 10. Навчальні програми з фізичної культури для початкової загальної освіти та особливості планування процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Кредит 5. Форми організації занять з фізичного виховання у початковій школі

Тема 11. Урок як основна форма фізичного виховання.

Тема 12. Особливості проведення уроку фізичного виховання у початковій школі.

Тема 13. Позаурочні форми занять фізичними вправами учнів молодшого шкільного віку.

4. Структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Кредит	Назви кредитів і тем	Кількість годин				
		Усього	у тому числі:			
			лекції	практ	інд	самот. робота
Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна		30	4	6	-	20
	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
Кредит 2. Система фізичного виховання		30	-	4	-	26
	Тема 4. Характеристика і структура системи фізичного виховання.	15	-	2	-	13
	Тема 5. Загальні принципи системи фізичного виховання.	15	-	2	-	13
Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу		30	4	6	-	20
	Тема 6. Засоби фізичного виховання, їх характеристика та класифікація.	10	2	2	-	6
	Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання	10	1	2	-	7
	Тема 8. Методи фізичного виховання	10	1	2	-	7
Кредит 4. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку		30	2	8	-	20
	Тема 9. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	14	-	2	-	12
	Тема 10. Навчальні програми з фізичної культури для початкової загальної освіти та особливості планування процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	16	2	6	-	8
Кредит 5. Форми організації занять з фізичного виховання у початковій школі		30	4	12	-	14
	Тема 11. Урок як основна форма фізичного виховання.	8	2	4	-	2
	Тема 12. Особливості проведення уроку фізичного виховання у початковій школі.	10	2	6	-	2
	Тема 13. Позаурочні форми занять фізичними вправами учнів молодшого шкільного віку.	12	-	2	-	10
	Разом:	150	14	36	-	100

5. Теми лекційних занять

Денна форма навчання

Назва теми		Кіл-сть годин
Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна		4
1	Тема 1. Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна.	2

2	Тема 3. Методи дослідження ТМФВ.	2
Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу		4
3	Тема 6. Засоби фізичного виховання, їх характеристика та класифікація.	2
4	Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання	1
	Тема 8. Методи фізичного виховання	1
Кредит 4. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку		2
5	Тема 10. Навчальні програми з фізичної культури для початкової загальної освіти та особливості планування процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	2
Кредит 5. Форми організації занять з фізичного виховання у початковій школі		4
6	Тема 11. Урок як основна форма фізичного виховання.	2
7	Тема 12. Особливості проведення уроку фізичного виховання у початковій школі.	2
Разом:		14

6. Теми практичних занять

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми практичних занять	Кіл-сть годин
Кредит 1. ТМФВ як навчальна та наукова дисципліна		
1	<u>Практичне № 1: Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна.</u>	2
2	<u>Практичне заняття № 2: Основні поняття теорії та методики фізичного виховання</u>	2
3	<u>Практичне заняття № 3: Методи дослідження ТМФВ.</u>	2
Кредит 2. Система фізичного виховання		
4	<u>Практичне заняття № 4: Характеристика і структура системи фізичного виховання.</u>	2
5	<u>Практичне заняття № 5: Загальні принципи системи фізичного виховання.</u>	2
Кредит 3. Основи фізичного виховання, як педагогічного процесу		
6	<u>Практичне заняття № 6: Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання</u>	2
7	<u>Практичне заняття № 7: Принципи побудови процесу фізичного виховання</u>	2
8	<u>Практичне заняття № 8: Методи фізичного виховання</u>	2
Кредит 4. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку		
9	<u>Практичне заняття № 9: Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку</u>	2
10-11	<u>Практичне заняття № 10-11: Навчальні програми з фізичного виховання для початкової загальної освіти</u>	4
12	<u>Практичне заняття № 12: Планування навчальної роботи з фізичної культури у початковій школі</u>	2
Кредит 5. Форми організації занять з фізичного виховання у початковій школі		

13	<i>Практичне заняття № 13: Урочні форми організації занять з фізичної культури</i>	2
14	<i>Практичне заняття № 14: Методика проведення уроку</i>	2
15	<i>Практичне заняття № 15: Методика проведення уроку у початкових класах</i>	2
16	<i>Практичне заняття № 16: Способи рухової діяльності на уроках фізичної культури у молодших класах (вправи для формування культури рухів з елементами гімнастики; вправи для оволодіння навичками пересувань; вправи для опанування навичками володіння м'ячем; стрибкові вправи)</i>	2
17	<i>Практичне заняття № 17: Способи рухової діяльності на уроках фізичної культури у молодших класах (ігри для активного відпочинку; вправи для розвитку фізичних якостей; вправи для формування постави і профілактики плоскостопості).</i>	2
18	<i>Практичне заняття № 18: Інші форми організації занять з фізичного виховання у початковій школі.</i>	2
Разом:		36

7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва	Кількість годин
Не передбачено		

8. Самостійна робота

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
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.	6
7	Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання	7
8	Тема 8. Методи фізичного виховання	7
Кредит 4. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку		
9	Тема 9. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	12
10	Тема 10. Навчальні програми з фізичної культури для початкової загальної освіти та особливості планування процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	8
Кредит 5. Форми організації занять з фізичного виховання у початковій школі		
11	Тема 11. Урок як основна форма фізичного виховання.	2

12	Тема 12. Особливості проведення уроку фізичного виховання у початковій школі.	2
13	Тема 13. Позаурочні форми занять фізичними вправами учнів молодшого шкільного віку.	10
Разом:		100

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Індивідуальне навчально-дослідне завдання – складання пульсометрії уроку фізичної культури.

Загальні вимоги до виконання індивідуального завдання

Індивідуальні завдання виконуються студентом на аркуші А4 у звичайній письмовій формі. Провести пульсометрію у початкових класах та зобразити її на пульсограмі. Зробити висновок. Оцінка за виконання ІНДЗ – 10 балів.

Основне завдання цього виду діяльності – навчити студентів самостійно здобувати та обробляти інформацію, формувати висновки.

10. Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою.

Шкала оцінювання: національна та ЕКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЕКТС	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

Критерії оцінювання знань та вмінь студентів на заняттях

Студенту виставляється «відмінно». 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.

Студенту виставляється «дуже добре». Студент володіє обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, має добрі знання та вміння для формулювання висновків, але допускає несуттєві неточності.

Студенту виставляється «добре». Студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, але не має достатніх знань та вмінь для формулювання висновків, допускає неточності.

Студенту виставляється «задовільно». Студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання у стандартних ситуаціях.

Студенту виставляється «мінімально задовільно». Студент володіє навчальним матеріалом поверхово й фрагментарно.

Оцінка за виконання індивідуального науково-дослідного завдання - правильність оформлення ІНДЗ, його науковий зміст, повнота розкриття питань, правильність оформлення списку літератури. Увага також приділяється якості, самостійності та своєчасності задачі виконаних завдань викладачу, згідно з графіком навчального процесу. Якщо якась із вимог не буде виконана, то бали будуть знижені.

Критеріями оцінювання самостійної роботи є: здатність проводити критичну та незалежну оцінку певних проблемних питань; вміння пояснювати альтернативні погляди та наявність власної точки зору, позиції на певне проблемне питання; застосування аналітичних підходів; якість і

чіткість викладення міркувань; логіка, структуризація та обґрунтованість висновків щодо конкретної проблеми; самостійність виконання роботи; грамотність подачі матеріалу; використання методів порівняння, узагальнення понять та явищ; оформлення роботи. *Реферативні дослідження*, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на практичних заняттях або під час контролю за самостійною роботою студента. За один кредит студент може виконати лише одне реферативне дослідження або підготувати одну презентацію.

Максимально можливий бал за конкретним завданням ставиться за умови відповідності виконаного завдання студента або його усної відповіді всім зазначеним критеріям. Відсутність тієї або іншої складової знижує кількість балів.

Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 250 до 500 балів (за 5 кредитів), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний **розподіл балів, які отримують студенти** за 5 крд.

Поточне оцінювання та самостійна робота													КР	Накопичувальні бали/сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	110	500/100
20	30	50	20	30	20	20	30	20	80	20	30	20		

11. Засоби діагностики успішності навчання

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної та індивідуальної роботи (зокрема есе, реферати), презентації результатів досліджень, тестові завдання, контрольні роботи.

12. 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 проєктів.

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

- навчальні дискусії;

- створення ситуації пізнавальної новизни;

- створення ситуацій зацікавленості.

13. Рекомендована література

Базова

1. Папуша В. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. Тернопіль : Підручники і посібники, 2018. 192 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т.Ю.Круцевич. Т. 1 Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. Київ : Олімп. література, 2017. 392 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т.Ю.Круцевич. Т. 2 Методика фізичного виховання різних груп населення. Київ : Олімп. література, 2017. 368 с.
4. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання : навчально-методичний посібник. Ужгород: ДВНЗ «Ужгородський національний університет», 2017. 179 с. URL : <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/19960/1/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1>

[%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%28%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%92%29.pdf](#)

5. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник. Вид. 3. Харків: ОВС, 2018. 408 с.
6. Худолій О.М. Теорія і методика наукових досліджень : програма. Харків: ОВС, 2016. 26 с.
7. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів : навч. посібник / Б.М.Шиян. Львів : Світ, 2015. 184 с.
8. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1, 2. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272 с.
9. Шиян Б.М., Омеляненко І.О. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. : в 2 ч. - Ч. 2 / Б.М.Шиян, Тернопіль : Навчальна книга - Богдан, 2012. 304 с. URL: <https://bohdan-books.com/upload/iblock/f47/f4705405ffa1d686c48b8d254db7e8e1.pdf>

Допоміжна

1. Гнітецька Т.В, Овчаренко Т.Г., Слюсарчук В.В. Самостійна робота студентів з теорії і методики фізичного виховання у кредитно-модульній системі навчання: навчально-методичні матеріали. Луцьк, 2018. Ч.І 80 с.
2. Гнітецька Т.В, Овчаренко Т.Г., Слюсарчук В.В. Самостійна робота студентів з теорії і методики фізичного виховання у кредитно-модульній системі навчання: навчально-методичні матеріали. Луцьк, 2018. Ч.ІІ. 72 с.
3. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів: монографія / Н.В.Москаленко. Дніпропетровськ: В-во "Інновація", 2017. 252 с.
4. Литвиненко О.М., Славітяк О.С. Робочий зошит для самостійних робіт з теорії і методики фізичного виховання : навчально-методичний посібник. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2017. 64 с.

Інформаційні ресурси:

http://sport.mdu.edu.ua/tmfks/?page_id=674

www.nbuv.gov.ua/eb/khhpi.html

<http://lib.sportedu.ru/books/xxpi>