

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ
КАФЕДРА ОЛІМПІЙСЬКОГО ТА ПРОФЕСІЙНОГО СПОРТУ

ЗАТВЕРДЖЕНО

На засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту
протокол від 7 вересня 2020 р. № 1
в.о. завідувача кафедри



доц. Харченко-Баранецька Л.Л.

СИЛАБУС ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ
ОК 20. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Освітня програма Перший (бакалаврський) рівень освіти

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Курс III (денна форма навчання)

1. Опис курсу

Назва освітньої компетентності	Теорія та методика фізичного виховання
Тип курсу	Обов'язкова компонента
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень освіти
Кількість кредитів/годин	4,5/135 годин
Семестр	V – VI семестр
Викладач	Людмила Леонідівна Харченкор-Баранецька (Lyudmila Kharchenko-Baranetska), кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри
Посилання на сайт	http://ksuonline.kspu.edu
Контактний телефон	0995037554
Email викладача	kharchenkobaranetskaya@gmail.com
Графік консультацій	За призначеною датою і часом
Методи викладання	Лекційні заняття, презентації, практичні заняття, тестові завдання, індивідуальні завдання
Форма контролю	Залік V семестр Іспит VI семестр

1. Анотація дисципліни: Вивчення дисципліни сприяє розширенню світогляду майбутніх спеціалістів сфери фізична культура і спорт, підвищує їх теоретичний рівень, формує практичні навички управління процесом фізичного виховання, стимулює самопізнання. Відтак дисципліна «теорія та методика фізичного виховання» посідає одне з провідних місць у підготовці фахівців фізичного виховання та спорту. Предметом вивчення теорії і методики фізичного виховання є загальні закономірності функціонування і розвитку фізичного виховання.

2. Мета та завдання дисципліни:

Мета дисципліни: на основі вивчення дисципліни сформувати глибоку теоретичну і практичну підготовку студентів, формуючи в них систему професійних знань і умінь; сприяти розвитку творчого педагогічного мислення, вміння знаходити нові шляхи і форми роботи з фізичного виховання, а також розширенню і поглибленню їхніх інтелектуальних, рухових умінь і навичок.

Завдання:

Основними завданнями вивчення дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» є:

- формування основ теоретичних знань для подальшого засвоєння методики фізичного виховання;
- розвиток у майбутніх фахівців 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

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

Після успішного завершення вивчення дисципліни здобувач формуватиме наступні програмні компетентності та результати навчання:

Загальні компетентності:

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 6. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Фахові (спеціальні) компетентності:

СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми

Програмні результати навчання:

ПРН 2. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

ПРН 7. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН 17. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

1. Структура курсу на поточний навчальний рік

Кількість кредитів/ годин	Лекції (год.)	Практичні заняття (год.)	Самостійна робота (год.)
4,5 /135	22	32	81

2. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

Передбачено на лекційних і практичних заняттях мультимедійна апаратура для презентаційних форм в форматі PowerPoint.

3. Політика курсу

Для успішного складання підсумкового контролю з дисципліни вимагається 100 % відвідування очне або дистанційне відвідування всіх лекційних та практичних занять. Пропуск понад 25 % занять без поважної причини буде оцінений як FX. Високо цінується академічна доброчесність. Так, якщо студент улучений в плагіаті, обмані під час тестування чи контрольної роботи, то підсумок контролю буде 0 для даного завдання з послідуочим зниженням загально підсумкового балу.

4. Схема курсу

Модуль 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Тема 1. Предмет і зміст «теорії та методики фізичного виховання». (л. – 2 год., пр. – 4 год.).

- 1.1. Об'єкт, предмет, мета, завдання навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання».
- 1.2. Джерела та етапи розвитку навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання».
- 1.3. Напрями реалізації ТМФВ.
- 1.4. Понятійний апарат навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання».

Тема 2. «Фізичне виховання в Україні: від європейських орієнтирів до європейської якості» (л. – 2 год., пр. – 4 год.).

- 1.1. Мета і завдання фізичного виховання.
- 1.2. Нормативно-правові аспекти фізичного виховання.
- 1.3. Форми організації навчального процесу з фізичного виховання.
- 1.4. Європейський орієнтир реалізації фізичного виховання.

Тема 3. Загально методичні та специфічні принципи фізичного виховання (л. – 2 год., пр. – 4 год.).

- 3.1. Ієрархія принципів в системі фізичного виховання.
- 3.2. Загально методичні принципи:
 - принцип свідомості і активності;
 - принцип доступності і індивідуалізації;
 - принцип наочності;
- 3.3. Специфічні принципи фізичного виховання:
 - принцип безперервності процесу фізичного виховання;
 - принцип системного чередування навантажень і відпочинку;
 - принцип поступового підвищення розвиваючо-тренувальних впливів;
 - принцип адаптивного збалансування динаміки навантажень;
 - принцип циклічності побудови занять;
 - принцип вікової адекватності напрямків фізичного виховання.

Тема 4. Засоби фізичного виховання (л. – 2 год., пр. – 4 год.)

- 4.1. Фізичні вправи: загальна характеристика.
- 4.2. Класифікація фізичних вправ.
- 4.3. Техніка та просторові характеристики фізичних вправ;
- 4.4. Критерії оцінки ефективності техніки фізичних вправ.
- 4.5. Оздоровчі сили природи, як засіб фізичного виховання;
- 4.6. Гігієнічні фактори, як засіб фізичного виховання.

Тема 5. Методи фізичного виховання (пр. – 2 год., пр. – 4 год.).

- 5.1. Загальне поняття про методи фізичного виховання.
- 5.2. Специфічні методи фізичного виховання:
 - метод суворо-регламентованої вправи;
 - ігровий метод;
 - змагальний метод;
- 5.3. Загально педагогічні методи фізичного виховання:
 - вербальні методи;
 - метод наочності;

Модуль 2. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Тема 1. Загальне поняття про фізичні якості (л. – 2 год., пр. – 2 год.)

- 1.1. Прояв фізичних якостей у руховій діяльності людини. Поняття «виховання» і «розвиток» фізичних якостей.
- 1.2. Фактори розвитку фізичних якостей людини.
- 1.3. Різновиди фізичних якостей. Понятійний апарат.

Тема 2. Сила і основи методики її виховання (л. – 2 год., пр. – 2 год.).

- 2.1. Загальне поняття про силу, силові здібності.
- 2.2. Фактори розвитку сили.
- 2.3. Сенситивні періоди розвитку сили.
- 2.4. Класифікація силових здібностей.
- 2.5. Методика розвитку силових здібностей, загальні тенденції.
- 2.6. Контрольні тестування силових здібностей.

Тема 3. Швидкісні здібності і основи методики її виховання (л. – 2 год., пр. – 2 год.).

- 3.1. Загальне поняття про швидкість, швидкісні здібності.
- 3.2. Фактори розвитку швидкості.
- 3.3. Сенситивні періоди розвитку швидкості.
- 3.4. Класифікація швидкісних здібностей.
- 3.5. Методика розвитку швидкісних здібностей, загальні тенденції.
- 3.6. Контрольні тестування швидкісних здібностей.

Тема 4. Витривалість і основи методики її виховання (л. – 2 год., пр. – 2 год.).

- 4.1. Загальне поняття про витривалість.
- 4.2. Фактори розвитку витривалості.
- 4.3. Сенситивні періоди розвитку витривалості.
- 4.4. Класифікація витривалості.
- 4.5. Методика розвитку витривалості, загальні тенденції.
- 4.6. Контрольні тестування витривалості.

Тема 5. Гнучкість і основи методики її виховання (л. – 2 год., пр. – 2 год.).

- 5.1. Загальне поняття про гнучкість.
- 5.2. Фактори розвитку гнучкості.
- 5.3. Сенситивні періоди розвитку гнучкості.
- 5.4. Класифікація гнучкості.
- 5.5. Методика розвитку гнучкості, загальні тенденції.
- 5.6. Контрольні тестування гнучкості.

Тема 6. Координаційні здібності і основи методики її виховання (л. – 2 год., пр. – 2 год.).

- 6.1. Загальне поняття про координаційні здібності.
- 6.2. Фактори розвитку координаційних здібностей.
- 6.3. Сенситивні періоди розвитку координаційних здібностей.
- 6.4. Класифікація координаційних здібностей.
- 6.5. Методика розвитку координаційних здібностей, загальні тенденції.
- 6.6. Контрольні тестування координаційних здібностей.

5. Система оцінювання та вимоги: форма (метод) контрольного заходу та вимоги до оцінювання програмних результатів навчання.

Навчальні досягнення студентів із дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.

Політика оцінювання

● **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Домашні чи самостійні роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (-20 балів). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

● **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час контрольних робіт та виконання тестових випробувань заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).

● **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Розподіл балів за результатами Модулю 1 (100 балів)*

Лекції (10 год)						Практичні заняття (20 год)									
Вид роботи	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Відвідування	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Конспект лекцій	1	1	1	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Виконання дом. завдання (відповідь, зошит)	-	-	-	-	-	-	5	-	5	-	5	-	5	-	5
Відповіді відносно тематичних питань	-	-	-	-	-	5	-	5	-	5	-	5	-	5	-
Контрольне тестування	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-	10
Контрольна робота	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	5	-

*- додатковим балом є 2 бали за проявлену активність (доповнення, аналіз, обговорення, дискусія, наведення прикладів, доведення фактами і аргументами) під час обговорення на практичному занятті тематичних питань.

Розподіл балів за результатами Модулю 2 (100 балів)

Лекції (12 год)							Практичні заняття (12 год)						
Вид роботи	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	
Відвідування	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Конспект лекцій	1	1	1	1	1	1	-	-	-	-	-	-	6
Виконання дом. завдання (відповідь, зошит)	-	-	-	-	-	-	2	2	2	2	2	2	12
Відповіді відносно тематичних питань	-	-	-	-	-	-	2	2	2	2	2	2	12
Контрольне тестування	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	5	-	10
Контрольна робота	-	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-	4	8
Іспит	40												60
Загалом	100												

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
80-89	B	добре	
70-79	C		
65-69	D	задовільно	
60-64	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

10. Література.

Основна література:

1. Вільчковський Е.С. Теорія і практика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Е.С.Вільчковський. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
2. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей / М.М.Линець. – Львів: «Штабар», 1997. – С.13-80.
3. Папуша В. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація / В.Папуша. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2008. – 192 с.
4. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олімп. літ-ра, 2003. – Т.1. Т.2 – 392 с.
5. Теория и методика физического воспитания / Под ред. А.Д.Новикова, Л.П.Матвеева. – М., 1988. – Т.1. – 342 с. – Т.2. – 255 с.
6. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: уч. пособ. / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М.: Академия, 2003. – 480 с.
7. 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.
8. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник / О.М. Худолій. - Вид. 2. — Харків: ОВС, 2008. — 408 с.
9. Худолій О.М. Теорія і методика наукових досліджень : програма / О.М. Худолій. –Харків: ОВС, 2009. — 26 с.
10. Цьось А.В. Основи знань з курсу «Теорія і методика фізичного виховання» : метод. реком. / А.В.Цьось, Т.В. Гнітецька. – Луцьк, 2005. – 65 с.
11. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів : навч. посібник / Б.М.Шиян. – Львів : Світ, 1993. – 184 с.
- 12.Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. Частина 1, 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
- 13.Шиян Б.М. Теорія фізичного виховання / Б.М.Шиян, В.Г.Папуша, Є.Н.Приступа. – Львів, 1996. – 218 с.

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. Самостоятельная работа студентов факультета физической культуры по дисциплинам предметной подготовки : учеб. пособ./ Под ред. И.М. Туревского. – М.: Академия, 2003. – 320 с.