

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально - науковий інститут охорони здоров'я

Затверджено
Валерій СОРОКА
2023-02-21 09:27:11.141

08-01-31S

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

**«Теорія і методика фізичного
виховання»**

Шифр за ОП

Фізична культура і спорт

Освітній рівень:

бакалаврський (перший)

Галузь знань:

Освіта/Педагогіка

Спеціальність:

Фізична культура і спорт

Освітня програма:

Фізична культура і спорт

ФП 9

01

017

SYLLABUS

**«Theory and methods of physical
education»**

Code in Degree Programme

Physical culture and sports

Level of education:

Bachelor`s (first)

Field of knowledge:

Education/Pedagogy

Field of study:

Physical culture and sports

Educational Program:

Physical culture and sports

Силабус навчальної дисципліни **Теорія і методика фізичного виховання** для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2022. 9 с.

ОПП на сайті університету: <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25436>

Розробники силабусу: Гірак Анатолій Митрофанович, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання, Козачок Наталія Миколаївна, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання
Протокол № 1 від “30” серпня 2022 року

В.о. завідувача кафедри Гамма Тетяна Вікторівна, к.б.н., доцент

*Гарант освітньої програми: кандидат біологічних наук, доцент,
в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання*

Т.В. Гамма

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від “06” вересня 2022 року

Голова науково-методичної
ради з якості ННІОЗ

Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор


© Гірак А. М.,

© Козачок Н. М. 2022

© НУВГП, 2022

Ступінь вищої освіти	бакалавр
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Спеціальність	Фізична культура і спорт
Рік навчання, семестр	2-й рік, 4-й семестр
Кількість кредитів	3,0 кредити ЄКТС
Лекції	24
Практичні	18
Самостійна робота	48
Курсова робота	-
Форма навчання	денна/заочна
Форма підсумкового контролю	екзамен
Мова викладання	українська

Інформація про викладача

Лектор	Гірак Анатолій Митрофанович Старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
	
Профайл лектора	http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Гірак_Анатолій_Митрофанович
Канали комунікації	a.m.girak@nuwm.edu.ua

Інформація про освітній компонент

Анотація навчальної дисципліни, у т.ч. мета та цілі	<p>Програма обов'язкової навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів спеціальності «Фізична культура і спорт».</p> <p>Предметом вивчення навчальної дисципліни є узагальнення специфічних теоретико-методичних закономірностей фізичного виховання, які розглядаються в структурі спортивно-педагогічних, психолого-педагогічних, соціальних та медико-біологічних дисциплін, а також спортивної підготовки.</p> <p>Мета викладання дисципліни – сформувати у студента загальні основи теорії і методики фізичного виховання, які розповсюджуються на широку галузь застосування (спорт, базова фізична культура, оздоровча фізична культура для осіб різних вікових груп); забезпечити 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. Це дозволяє вибрати основні напрями роботи, якісно скласти плани і програми підготовки. Теорія і методика фізичного виховання як соціальне явище вивчає основи терії адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні, навантаження та відпочинок, як компоненти процесу виконання фізичних вправ, навчання рухових дій, розвиток рухових якостей, методики фізичного виховання різних груп населення. Вивчення дисципліни сприяє розширенню світогляду спеціалістів, підвищує їх теоретичний рівень, формує практичні навички управління процесом фізичного виховання, стимулює самопізнання.</p>
---	---

	<p>Відтак дисципліна посідає одне з провідних місць у підготовці фахівців фізичного виховання і спорту.</p> <p>Завдання навчальної дисципліни: визначити предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання; виявити наукові напрями фізичного виховання, які обумовлюють використання загальних закономірностей розвитку організму в онтогенезі, адаптації організму людини до умов навколишнього середовища, що змінюються, розвиток оздоровчого ефекту під час виконання фізичних вправ, формування потреби людини у здоров'ї і можливість її задоволення у процесі фізичного виховання; вивчити різні форми, засоби і методи фізичного виховання для вирішення широкого кола завдань з різними віковими групами населення; встановити загальні закономірності навчання рухових дій, розвитку фізичних якостей людини і побудови та управління процесом фізичного виховання. У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основні поняття та положення тем курсу «Теорія і методика фізичного виховання»; - основні положення фізичного виховання різних верств населення; - методику побудови занять у процесі фізичного виховання; - основу методик розвитку фізичних якостей; - умови реалізації принципів і методів фізичного виховання; - правила підбору засобів при вирішенні завдань фізичного виховання; - особливості роботи вчителя фізичного виховання у загальноосвітній школі; <p>вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - користуватись спеціальною додатковою літературою; - побудувати фізіологічну криву уроку фізичного виховання; - скласти протокол хронометражу уроку фізичної культури; - законспектувати фізіологічну характеристику формування рухових навичок; - розробляти програму навчання руховій дії; - складати документи планування програмного матеріалу з фізичного виховання; - добирати фізичні вправи для розвитку фізичних якостей; - самостійно проводити дослідження для підготовки курсових і дипломних робіт.
Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle	https://exam.nuwm.edu.ua/enrol/index.php?id=2464
Компетентності	<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p>
Програмні результати навчання	ПРН 17 Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)	Взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, комунікаційні якості, вміння працювати в команді, готовність до нового досвіду, здатність логічно обґрунтовувати власну позицію, формування особистої думки та ухвалення рішення, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, ініціативність, творчі здібності (креативність).
Програмний результат навчання – ПРН 17	
Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.	
Види навчальної роботи	Навчитися дотримуватися принципів, застосовувати різні методи,

студента (що студенти повинні виконати)	організовувати і проводити різні форми навчання і виховання дітей.
Методи та технології навчання	Методи: словесні (розповідь, пояснення, бесіда, лекція), демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації. Технології: Імітаційні (рольові та ділові ігри). Неімітаційні (розгляд проблемних питань, демонстрація відео). Робота в малих групах (команді). Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, науково-методична фахова література.

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Лекцій – 24 год.	Практичних – 18 год.	Самостійна робота – 48 год.
------------------	----------------------	-----------------------------

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль 1. Базові основи теорії і методики фізичного виховання

Тема 1. ТМФВ як наукова і навчальна дисципліна.

Опис теми. Ступінь і значення виникнення фізичного виховання в суспільстві. Характеристика ТМФВ як наукової і навчальної дисципліни. Теорія фізичного виховання. Методика фізичного виховання. Предмет теорії фізичного виховання. Джерела і етапи розвитку ТМФВ. Структура навчального предмета. Природно-наукова основа теорії і методики фізичного виховання. Адаптивна фізична культура як навчальна і наукова дисципліна.

Тема 2. Система фізичного виховання.

Опис теми. Визначення поняття – „система фізичного виховання”. Основи української національної системи фізичного виховання. Основи системи фізичного виховання: науково-методичні, правові, соціально-економічні, програмно- нормативні, організаційні. Умови функціонування системи фізичного виховання.

Тема 3. Методи дослідження ТМФВ.

Опис теми. Організація дослідження. Проблема або завдання. Предмет дослідження. Об'єкт і предмет дослідження. Робоча гіпотеза. Методи дослідження: теоретичний аналіз, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, тестування (контрольні тести), анкетування, інтерв'ю, бесіда, методи математичної статистики.

Тема 4. Характеристика і структура системи фізичного виховання.

Опис теми. Поняття про систему фізичного виховання, її структура. Мета і завдання фізичного виховання. Завдання оптимізації фізичного розвитку: зміцнення здоров'я і загартування організму, гармонійний розвиток форм і фізіологічних функцій організму, всебічний розвиток фізичних якостей, багаторічне збереження високого рівня загальної працездатності; спеціальні освітні завдання: формування життєво важливих рухових умінь і навичок, набуття спеціальних фізкультурних знань; завдання з цілеспрямованого формування особистості людини: виховання моральних якостей і свідомості людини.

Тема 5. Принципи системи фізичного виховання.

Опис теми. Загальні соціально-педагогічні принципи системи фізичного виховання. Принципи всебічного розвитку особистості: взаємозв'язок всіх аспектів виховання; забезпечення всебічного фізичного виховання; єдність загальної і спеціальної фізичної підготовки. Принцип зв'язку фізичного виховання з трудовою і військовою практикою: забезпечення максимального прикладного ефекту фізичного виховання; створення широких передумов засвоєння різноманітних форм життєдіяльності; використання можливостей фізичного виховання для трудового і морального виховання. Принцип оздоровчої спрямованості фізичного виховання: забезпечення регулярності і єдності лікувального і педагогічного контролю; планування і регулювання навантаження відповідно до закономірностей зміцнення здоров'я; вибір засобів фізичного виховання у зв'язку з оздоровчою цінністю; вимоги оптимізації принципів фізичного виховання.

Тема 6. Форми організації занять.

Опис теми. Організація занять у педагогічному процесі фізичного виховання займає важливе місце в теорії і методиці фізичного виховання. Заняття фізичними вправами проводяться з різноманітним

контингентом за різних умов і з різноманітною спрямованістю. Вони відрізняються великим різноманіттям. Знання основ організації занять необхідно вчителям фізичної культури, тренерам за видами спорту, інструкторам, які проводять заняття у фізкультурно-оздоровчих групах. Кожне заняття має свій зміст і форму. Зміст визначається завданнями, які відображають предмет і спрямованість занять, а також характер діяльності викладача і того хто займається. Форма занять, це порівняно стійке об'єднання елементів його змісту.

Змістовий модуль 2. Загальна характеристика засобів фізичного виховання

Тема 7. Характеристика засобів фізичного виховання.

Опис теми. Загальна характеристика засобів фізичного виховання: фізичні вправи, гігієнічні фактори і оздоровчі сили природи. Особливості вибірного, комплексного і ситуаційного використання засобів.

Тема 8. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.

Опис теми. Характеристика фізичних вправ як основного засобу фізичного виховання. Фактори, що визначають вплив фізичних вправ на організм. Зміст і форма фізичних вправ.

Тема 9. Характеристика техніки фізичних вправ.

Опис теми. Загальні поняття про техніку фізичних вправ. Компоненти техніки: основа техніки, основна ланка техніки, деталі техніки. Фази виконання фізичних вправ: підготовча, основна, заключна. Критерії оцінки ефективності техніки.

Тема 10. Основні характеристики техніки фізичних рухів.

Опис теми. Кінематичні характеристики рухової дії: у просторі, у часі, у просторі і часі. Динамічні характеристики рухової дії: внутрішні, зовнішні сили. Ритм як комплексна характеристика техніки.

Тема 11. Планування, контроль і облік у процесі занять фізичними вправами.

Опис теми. Планування у фізичному вихованні полягає в обґрунтуванні, розробці й документальному оформленні змісту і послідовності дій вчителя, викладача і тренера для вирішення завдань навчання і виховання тих, хто займається фізичними вправами. Для досягнення бажаної результативності такий зміст повинен бути певним чином систематизований, та має бути підпорядкований чіткій логіці функціонування. У будь-якій цілеспрямованій і раціонально організованій діяльності мають бути наступні взаємопов'язані між собою компоненти: планування, реалізація запланованого, контроль і облік результатів.

Тема 12. Управління процесом фізичного виховання.

Опис теми. Ефективність управління процесом фізичного виховання залежить від рівня пізнання законів, які покладено в їх основу. У фізичному вихованні під управлінням розуміють цілеспрямований процес, який контролює і регулює зміни фізичних і духовних можливостей людини у відповідності з поставленою метою. Критерієм ефективності цього процесу є рівень здоров'я населення, рівень фізичної працездатності й соціальної дієздатності.

ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Тема 1. ТМФВ як наукова і навчальна дисципліна. (2 год)

Тема 2. Основні поняття теорії і методики фізичного виховання. (2 год)

Тема 3. Загальні принципи системи фізичного виховання. (2 год)

Тема 4. Методи фізичного виховання. (2 год)

Тема 5. Характеристика і структура системи фізичного виховання. (2 год)

Тема 6. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання. (2 год)

Тема 7. Основи методики виховання фізичних якостей. (2 год)

Тема 8. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. (2 год)

Тема 9. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. (2 год)

Розподіл балів, які отримують студенти.

2-й рік 4 семестр

За поточну (практичну) складову оцінювання 60 балів	За модульний контроль знань Модуль 1 – 20 балів Модуль 2 – 20 балів
--	---

Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів	60
Усього за модульний (теоретичний) контроль знань: модуль 1, модуль 2, балів	40
Усього за дисципліну	100

Порядок та критерії оцінювання	<p>Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на практичних заняттях та колоквиумі по всьому матеріалу.</p> <p>За аудиторні заняття студенти отримують від 0 до 60 балів.</p> <p>Модульний поточний контроль проходитиме у формі тестування:</p> <p>20 балів – модуль 1; 20 балів – модуль 2;</p> <p>Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість їм подання апеляції: https://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan</p>
Поєднання навчання та досліджень	<p>Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.</p>
Інформаційні ресурси	<p style="text-align: center;">Базова література</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Арефьев В.Г. Дифференциация развивательно-оздоровчих занятий з фізичної культури учнів основної школи: теорія і практика: монографія. Київ: центр учбової літератури, 2015. 197 с. 2. Арефьев В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання: підручник. Кам'янець-Подільський: ПП. Буйницький О.А., 2020. 368 с. 3. Арефьев В.Г. Практикум учителя фізичної культури: методичний посібник . К. : Видавництво НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. 400 с. 4. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів «Варіативні модулі». 5–9 класи. за ред. Круцевич Т.Ю., Дятленко С. М. та інш. Київ: Літера, 2008. 96 с. 5. Олімпійська література, 2012. – 392 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://www.studfiles.ru/preview/5259612/ 6. Про фізичну культуру і спорт: Закон України: від 24.12.1993 №3808-ХІІ (Редакція станом на 25.07.2021. – К., 2010. 22 с. 7. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте, К.: Олимпийская литература, 1997. 584 с. 8. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю.Круцевич. К.: Олимпийская литература. - Т.1. 2003. 423 с. 9. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т за ред. Т.Ю. Круцевич. Т.1, Київ: «Олімп. Л-ра», 2017, 384 с. 10. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. за ред. Т.Ю. Круцевич, Т.2, Київ: «Олімп. Л-ра», 2017. 448 с. 11. Фізична культура. 1 – 4 класи загальноосвітніх навчальних закладів. Навчальна програма / за ред. Круцевич Т.Ю., Єрмолова В.М. та інш. К: Літера, 2012. 71 с. 12. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посіб. Харків: ОВС, 2008. 406 с. 13. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів, Навчальна книга. Тернопіль. Богдан. Ч.1,2. 2001, - 202 с. 14. Шиян Б. М. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: навч. посіб. за ред. Б.М.Шиян, В.Г.Папуша. Х.: ОВС, 2005. 208 с.
Дедлайни та перескладання	<p>Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання</p>

	<p>додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі інституту.</p> <p>Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», https://ep3.nuwm.edu.ua/25072/. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі.</p> <p>Перездача модульних контролів здійснюється згідно графіку.</p> <p>Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/</p>
Правила академічної доброчесності	<p>Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці.</p> <p>Здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту роботи та ін.</p> <p>В цілому студенти та викладачі мають дотримуватися «Порядку перевірки навчальних, випускних кваліфікаційних, навчально-методичних та наукових робіт на наявність ознак академічного плагіату в НУВГП» (https://ep3.nuwm.edu.ua/24856/)</p>
Вимоги до відвідування	<p>Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях.</p> <p>Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн або онлайн режимі, згідно розкладу.</p> <p>Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету.</p> <p>Заняття онлайн можуть проводитися за допомогою Google Meet за кодом.</p> <p>Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно відповідного положення http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/</p> <p>Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.</p>
Неформальна та інформальна освіта	<p>Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного Положення про неформальну освіту. http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/.</p> <p>Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опановувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даного освітнього компоненту, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.</p>
Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання	<p>До викладання курсу залучений старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання, діючий тренер Школи карате Годзю-рю, голова «Рівненської обласної федерації Джундокан України», суддя Міжнародної категорії, який має стаж тренерської діяльності більше двадцяти років.</p>
Оновлення	<p>За ініціативою викладача зміст даного курсу може оновлюватися щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення у фізичній культурі і спорті.</p> <p>Здобувачі вищої освіти також можуть долучатись до оновлення</p>

	дисципліни шляхом подання пропозицій викладачу стосовно актуальних проблем фізичної культури і спорту. За таку ініціативу здобувачі вищої освіти можуть отримати додаткові бали.
Академічна мобільність. Інтернаціоналізація.	<p>У НУВГП розроблені процедури для реалізації права здобувачам на академічну мобільність:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Положення про академічну мобільність учасників освітнього процесу Національного університету водного господарства та природокористування http://ep3.nuwm.edu.ua/4398/ - Порядок перезарахування результатів навчання за програмами академічної мобільності в Національному університеті водного господарства та природокористування http://ep3.nuwm.edu.ua/19458/. - Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 серпня 2015 року № 579 https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/579-2015-%D0%BF#n8. <p>Здобувачі можуть отримати доступ до таких міжнародних інформаційних ресурсів:</p> <ul style="list-style-type: none"> - електронні бібліотеки: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki - Як знайти статтю у Scopus: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohuavtoram - База періодичних видань: https://www.scimagoir.com/ - Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvostidostupu-do-resursiv-i-servisiv

Лектор

Гірак Анатолій Митрофанович, старший викладач

Автор
Старший викладач

Анатолій ГІРАК

документ підписаний КЕП



Номер документа СИЛ №143 від 2023-02-21 09:27:11.141
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП): СОРОКА ВАЛЕРІЙ СТЕПАНОВИЧ
Сертифікат 2B6C7DF9A3891DA104000003947CE001A498F03
Дійсний з 05.08.2022 15:21 до 05.08.2023 23:59