

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**Кафедра спортивних та рекреаційних ігор**

**РОБОЧА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ**

**Фізичне виховання (спортивні ігри)**

галузь знань      **01 „Освіта/ педагогіка”**  
спеціальність    **241 „Готельно-ресторанна справа”**

**факультет туризму**

**рівень освіти – бакалавр**

Робоча навчальна програма з дисципліни «Фізичне виховання» (спортивні ігри)  
для студентів за спеціальністю 241 Готельно-ресторанна справа  
V семестр денна форма

Розробники:

Пасічник Вікторія Михайлівна, канд. наук з фіз. виховання та спорту, доцент  
кафедри спортивних та рекреаційних ігор

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спортивних та рекреаційних  
ігор

Протокол від “\_\_\_” серпня 201\_\_\_ року № \_\_\_

Завідувач кафедри спортивних та рекреаційних ігор

(підпис)

(Ковцун В.І.)  
(прізвище та ініціали)

© \_\_\_\_\_, 20\_\_ рік  
© \_\_\_\_\_, 20\_\_ рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, ступень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів – 3	Галузь знань	Нормативна (за вибором)	
	Спеціальність <b>24 Сфера обслуговування</b>		
Модулів – 1	Спеціалізація <b>241 Готельно-ресторанна справа</b>	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 4		3-й	
		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин – 90		5-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 2	Ступень: Бакалавр	-	
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		60 год.	
		<b>Лабораторні</b>	
		-	
		<b>Самостійна робота</b>	
		30 год.	
<b>Індивідуальні завдання:</b>			
-			
Вид контролю: залік			

### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: 60:30

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

2.1. Метою викладання навчальної дисципліни “Фізичне виховання (спортивні ігри)” є формування у студентів знань про історію виникнення і розвиток спортивних ігор, історію і сучасний стан розвитку дартсу, фрізбі, корфболу та стрітболу; теорію і методику викладання дартсу, фрізбі, корфболу та стрітболу; оволодіння технічними прийомами і тактичними діями дартсу, фрізбі, корфболу та стрітболу; набуття необхідних знань, вмінь і навичок для самостійної педагогічної і організаційної роботи в різних ланках фізкультурно-оздоровчої діяльності.

2.2. Основними завданнями вивчення дисципліни “Фізичне виховання (спортивні ігри)” є сформування знань про історію виникнення і етапи розвитку спортивних ігор, про історію розвитку дартсу, фрізбі, корфболу, стрітболу; сформувати необхідні знання та практичні вміння у виконанні технічних прийомів і тактичних дій у дартсі, фрізбі, корфболі, стрітболі; сформувати вміння методично грамотно навчати технічним прийомам і тактичним діям у дартсі, фрізбі, корфболі, стрітболі; сформувати знання про правила гри дартсу, фрізбі, корфболу, стрітболу та вміння судити гру; сформувати знання та практичні вміння, необхідні для організації та проведення змагань із дартсу, фрізбі, корфболу, стрітболу.

2.3. Згідно вимогам освітньо-професійної програми студенти повинні:

**знати:** історію виникнення і етапи розвитку спортивних ігор, історію розвитку дартсу, фрізбі, корфболу та стрітболу у світі і в Україні; основні прийоми техніки і тактики гри і методику їх навчання; основні правила гри методику суддівства.

**вміти:** правильно показати виконання основних технічних прийомів і тактичних дій в спортивних іграх; методично грамотно навчати основним прийомам техніки і тактики гри; судити гру, показуючи суддівські жести.

## **3. Програма навчальної дисципліни**

Змістовий модуль 1. Теорія і методика дартсу

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в дартс. Правила гри і методика суддівства.

Тема 2. Основи техніки і тактики гри в дартс. Методика їх навчання.

Змістовий модуль 2. Теорія і методика фрізбі

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в фрізбі. Правила гри і методика суддівства.

Тема 2. Основи техніки і тактики гри в фрізбі. Методика їх навчання.

Змістовий модуль 3. Теорія і методика корфболу

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в корфбол. Правила гри і методика суддівства.

Тема 2. Основи техніки і тактики гри в корфбол. Методика їх навчання.

Змістовий модуль 4. Теорія і методика стрітболу

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в стрітбол. Правила гри і методика суддівства.

Тема 2. Основи техніки і тактики гри в стрітбол. Методика їх навчання.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		лекції	пр	мет	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
<b>Модуль 1. Теорія і методика рекреаційних ігор</b>						
<b>Змістовий модуль 1. Теорія і методика дартсу</b>						
Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в дартс. Правила гри і методика суддівства.	1	-	5	-	-	4
Тема 2. Основи техніки і тактики гри в дартс. Методика їх навчання.		-	10	-	-	3
Разом за змістовим модулем 1			15	-	-	7
<b>Усього годин</b>		-	15	-	-	7
<b>Змістовий модуль 2. Теорія і методика фрізбі</b>						
Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в фрізбі. Правила гри і методика суддівства.	1	-	5	-	-	4
Тема 2. Основи техніки і тактики гри в фрізбі. Методика їх навчання.		-	10		-	3
Разом за змістовим модулем 2		-	15	-	-	7
<b>Усього годин</b>		-	15	-	-	7
<b>Змістовий модуль 3. Теорія і методика корфболу</b>						

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в корфбол. Правила гри і методика суддівства.	1	-	5	-	-	4
Тема 2. Основи техніки і тактики гри в корфбол. Методика їх навчання.		-	10	-	-	4
Разом за змістовим модулем		-	15	-	-	8
<b>Усього годин</b>		-	15	-	-	8
<b>Змістовий модуль 4. Теорія і методика стрітболу.</b>						
Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в корфбол. Правила гри і методика суддівства.	1	-	5	-	-	4
Тема 2. Основи техніки і тактики гри в корфбол. Методика їх навчання.		-	10	-	-	4
Разом за змістовим модулем		-	15	-	-	8
<b>Усього годин</b>		-	15	-	-	8

### 5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Методика навчання прийомам техніки гри в дартс. Ознайомлення з правилами гри у дартс та його різновиди. Навчальна гра у дартс.	4
2	Методика навчання тактики гри у дартс. Навчальна гра у різновиди дартсу. Навчальна практика.	4
3	Методика суддівства у дартсі. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу.	4
4	Методика навчання прийомам техніки гри у фрізбі (алтімат) в нападі. Ознайомлення з правилами гри. Навчальна гра у фрізбі (алтімат).	4
5	Методика навчання прийомам техніки гри у фрізбі (алтімат) в захисті. Навчальна практика, навчальна гра.	4
6	Методика навчання тактики гри у фрізбі в нападі і захисті. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача	4

	практичного нормативу.	
7	Методика навчання прийомам техніки гри в нападі у корфболі. Ознайомлення з правилами гри у корфбол. Естафети з елементами корфболу.	4
8	Методика навчання прийомам техніки гри у захисті в корфболі. Навчальна практика. Навчальна гра.	4
9	Методика навчання тактики гри у нападі і захисті в корфболі. Навчальна практика. Навчальна гра.	4
10.	Методика суддівства у корфболі. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу.	4
11.	Методика навчання прийомам техніки гри в нападі у стрітболі. Ознайомлення з правилами гри у стрітбол. Естафети з елементами стрітболу.	4
12.	Методика навчання прийомам техніки гри у захисті в стрітболі. Навчальна практика. Навчальна гра.	4
13.	Методика навчання тактики гри у нападі і захисті в стрітболі. Навчальна практика. Навчальна гра.	4
14.	Методика суддівства у стрітболі. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу.	4
15.	Методика проведення змагань в дартсі, фрісбі, корфболі, стрітболі.	4

## 6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Описати сучасний стан розвитку дартсу, фрізбі, корфболу, стрітболу в Україні і в світі за матеріалами періодичних видань (за завданням викладача).	4
2	Скласти алгоритм вправ для навчання кидка дротика у мішень (дартс)	4
3	Скласти алгоритм вправ для оволодіння технікою передачі м'яча на місці та в русі у корфболі.	4
4	Скласти алгоритм вправ для навчання передачі диску партнеру з різної відстані (фрізбі алтімат).	4
5	Скласти алгоритм вправ для навчання кидка м'яча в кошик у стрітболі	4
6	Спортивні ігри, правила гри, організація змагань	5

7	Описати методику суддівства у дартсі, фрізбі, стрітболі та корфболі	5
	Разом	30

## 7. Методи контролю

**Поточний контроль** здійснюється під час проведення практичних занять.

- Оцінювання проведення навчальної практики
- Оцінювання здачі практичних нормативів
- Перевірка завдань для самостійної роботи

Підсумковий контроль – залік (V семестр)

## 8. Залікові вимоги

### Практичні нормативи

**1. Практичні нормативи з дартсу.** З десяти спроб (одна спроба три серії кидків) необхідно набрати наступну суму очок:

Кількість: 600 - 570 очок – 10 балів, 570 - 540 очок – 9 балів, 540 – 510 очок – 8 балів, 510 - 480 очок – 7 балів, 480 – 450 очок – 6 балів, 450 – 420 очок – 5 балів, , 420 - 390 очок – 4 бали, 390 - 360 очок – 3 бали, 360 - 330 очок – 2 бали, 330 – 300 очок – 1 бал.

**2. Практичні нормативи з фрізбі.** Передача диску в парах з відстані 14 м.

Кількість: 10 влучань – 10 балів, 9 влучань – 9 балів, 8 влучань – 8 балів, 7 влучань – 7 балів, 6 влучань – 6 балів, 5 влучань – 5 балів, 4 влучання – 4 бали, 3 влучання – 3 бали, 2 влучання – 2 бали, 1 влучання – 1 бал.

**3. Практичні нормативи з корфболу.** Снайперські кидки з 5 позицій по 2 спроби (всього 10 спроб).

Кількість: 10 влучань – 10 балів, 9 влучань – 9 балів, 8 влучань – 8 балів, 7 влучань – 7 балів, 6 влучань – 6 балів, 5 влучань – 5 балів, 4 влучання – 4 бали, 3 влучання – 3 бали, 2 влучання – 2 бали, 1 влучання – 1 бал.

**4. Практичні нормативи зі стрітболу.** Снайперські кидки з 5 позицій по 2 спроби (всього 10 спроб).

Кількість: 10 влучань – 10 балів, 9 влучань – 9 балів, 8 влучань – 8 балів, 7 влучань – 7 балів, 6 влучань – 6 балів, 5 влучань – 5 балів, 4 влучання – 4 бали, 3 влучання – 3 бали, 2 влучання – 2 бали, 1 влучання – 1 бал.



## Контрольні питання

1. Історія виникнення дартсу в світі.
2. Розвиток дартсу в Україні.
3. Історія виникнення корфболу в світі.
4. Розвиток корфболу в Україні.
5. Історія виникнення фрізбі «Алтімат» у світі.
6. Історія виникнення різновидів фрізбі у світі.
7. Розвиток фрізбі в Україні.
8. Характеристика різновидів дартсу.
9. Характеристика різновидів фрізбі.
10. Техніка гри у дартс.
11. Тактика гри у дартс.
12. Техніка гри у корфбол.
13. Тактика гри у корфбол.
14. Техніка гри у фрізбі .
15. Тактика гри у фрізбі.
16. Правила гри у дартс.
17. Правила гри у корфбол.
18. Правила гри у фрізбі «Алтімат».
19. Правила гри у різновиди фрізбі.
20. Сучасний розвиток баскетболу в Європі, світі.
21. Розвиток стрітболу на Україні (історія, проблеми, перспективи),
22. Стрітбол на Львівщині.
23. Техніка гри в захисті в стрітболі.
24. Техніка гри в нападі в стрітболі.
25. Індивідуальні тактичні дії в захисті та нападі в стрітболі.
26. Правила гри у стрітбол.

### 9. Розподіл балів, які отримують студенти

#### Модуль 1

Вид роботи	Бали	Сума
Проведення методики навчання (СТГ)	0-19	10
Написання самостійних робіт	0-20	5
Тестування (практичних нормативів)	0-21	10
Всього		25

### Модуль 2

Вид роботи	Бали	Сума
Написання самостійних робіт	0-20	5
Тестування (практичних нормативів)	0-30	10
Проведення методики навчання (СТГ)	0-20	10
Всього		25

### Модуль 3

Вид роботи	Бали	Сума
Написання самостійних робіт	0-35	5
Проведення методики навчання	0-25	10
Тестування (практичних нормативів)	0-20	10
Всього		25

### Модуль 4

Вид роботи	Бали	Сума
Написання самостійних робіт	0-35	5
Проведення методики навчання	0-25	10
Тестування (практичних нормативів)	0-20	10
Всього		25

### 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	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>	задовільно	
60-63	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 10. Методичне забезпечення

1. Наочний матеріал з рисунками майданчика, зон.
2. Таблиці із класифікацією елементів техніки та тактики гри нападу та захисту.
3. Навчальні відеофільми.

## 11. Рекомендована література

### Основна:

1. Галицкий А. Путешествие в страну игр / Галицкий А., Переплетчиков Л. – Москва : Физкультура и спорт, 1971. – 145 с.
2. Казаков С. В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник / С. В. Казаков. – Ростов на Дону : Феникс, 2004. – 448 с.
3. Никитин А. А. Дартс. Руководство для начинающих / А. А. Никитин. – Москва : Эксмо, 2004. – 64 с.
4. Олимова В. Люди и игры : у истоков современного спорта / В. Олимова. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 240 с.
5. Пасічник В. Рекреаційні ігри : навч. посіб. / Вікторія Пасічник, Валерій Мельник. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 106 с.
6. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. / Вікторія Пасічник. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 78 с.
7. Петрова І. В. Дозвілля в зарубіжних країнах : підручник / І. В. Петрова. – Київ : Кондор, 2005. – 408 с.
8. Приступа Є. Рекреаційні ігри / Є. Приступа, О. Жданова, П. Мартин // Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець М. М. [та ін.] ; за наук. ред. Євгена Приступи. – Дрогобич : Коло, 2010. – Ч. 2, розд. 4. – С. 276 – 305.
9. Приступа Є. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика / Приступа Є., Слімаковський О., Лук'янченко М. – Дрогобич : Вимір, 1999. – 449 с.
10. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / авт. кол. : Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець М. М. [та ін.] ; за наук. ред. Євгена Приступи. – Львів : ЛДУФК, 2010. – 447 с.
11. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Музика Ф. В., Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

### Допоміжна:

1. Дидактичні ігри з м'ячами : навч. посіб. / авт. кол. : Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 206 с.
2. Келлер В. С. Факторы результативности соревновательной деятельности при розыгрыше стандартных положений / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа // Проблемы повышения мастерства спортсменов : тез. докл. науч.-практ. конф. – Чебоксары, 1989. – С. 71.

3. Музика Ф. Вплив специфіки тренувального процесу на морфо-функціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Федір Музика // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2001. – С. 53–56.

4. Музика Ф. В. Морфо-функціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Музика Ф. В. // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. пр. – Львів, 2000. – С. 25–26.

5. Пасічник В.М. Сучасні ігрові технології з елементами видів спорту у фізичному вихованні дітей дошкільного віку / Пасічник В.М., Пітин М. П., Згоба В. Л. // Науковий часопис нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. – Київ, 2016. – Вип. 10(80)16. – С. 88–93.

6. Пасічник В. Інтегровано-розвивальні м'ячі як чинник гармонійного розвитку фізичних і розумових здібностей дітей віком 5 років / Вікторія Пасічник // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2011. – Вип. 15, т. 2. – С. 191–194.

7. Пасічник В. Проблема класифікації ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку / В. Пасічник, М. Пітин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. ВПУ імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2016. – Вип. 2. – С. 319–326.

8. Пасічник В. Можливості використання елементів спортивних ігор з м'ячем для розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку / Вікторія Пасічник, Валерія Пасічник // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 101–105.

9. Пасічник В. М. Удосконалення фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів : автореф. дис. ... канд. наук. з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Пасічник Вікторія Михайлівна ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2014. – 20 с.

10. Приступа Є. Н. До питання про генезу українських народних ігор : метод. матеріали на допомогу вчителю фіз. культури / Є. Н. Приступа ; за заг. ред. Л. О. Мазура. – Львів : ЛОНМІО, 1995. – 9 с.

11. Приступа Є. Н. Традиції української національної фізичної культури / Є. Н. Приступа, В. С. Пилат. – Львів : Троян, 1991. – 102 с. – ISBN 5-7707-1365-8.

12. Приступа Є. Н. Становлення і розвиток педагогічних основ української народної фізичної культури : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : [спец.] 13.00.01 "Теорія та історія педагогіки" / Приступа Євген Никодимович ; Ін-т педагогіки АПН України. – Київ, 1996. – 48 с.

13. Спортивные игры и методика преподавания : учебник / под ред. Портных Ю. И. – Москва : Физкультура и спорт, 1985.

14. Турчин И. Е. Стратегия игры / И. Е. Турчин. – Киев : Молодь, 1988.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

3. Пасічник В. Напрями удосконалення змісту фізичного виховання дітей дошкільного віку за допомогою ігрових засобів [Електронний ресурс] / Вікторія Пасічник // Спортивна наука України. – 2016. – № 4(74). – С. 17–25. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9855>

4. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. автореф. дис. галузі фіз. культури та спорту [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. - (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>

5. Сайт міжнародної федерації корфболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ikf.org>

6. Сайт української федерації фрісбі [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ufdf.org>

7. Сайт всеукраїнської федерації дартсу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [udf.in.ua](http://udf.in.ua)