

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

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

“Затверджено”  
Декан факультету післядипломної  
та заочної освіти  
\_\_\_\_\_ Сидорко О.Ю.  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

**ПРОГРАМОВІ ВИМОГИ ДО ДЕРЖАВНОГО ІСПИТУ**

**для студентів 5 курсу**

**напряму підготовки «Фізичне виховання»**

**(освітній ступінь «бакалавр»)**

**з дисципліни**

***“ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ”***

Програма розглянута і затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури, протокол № 6 від 11 лютого 2019 р.

Зав. кафедри, професор

Боднар І.Р.

1. ТiМФВ як наукова і навчальна дисципліна та її зв'язок з іншими дисциплінами.
2. Методи наукових досліджень у фізичному вихованні.
3. Зміст поняття „фізична культура”, її ціннісний, діяльнісний та результативний аспекти.
4. Поняття „фізичний розвиток людини”. Показники, що характеризують фізичний розвиток.
5. Характеристика поняття „фізичне виховання”. Взаємозв'язок фізичного виховання з іншими сторонами процесу виховання особистості.
6. Основи системи фізичного виховання в Україні (ідейні, організаційні, програмно-нормативні, науково-методичні).
7. Фізична вправа як основний засіб фізичного виховання. Класифікація фізичних вправ.
8. Природні сили та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
9. Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика.
10. Характеристика загальних принципів фізичного виховання.
11. Характеристика методичних (дидактичних) принципів фізичного виховання.
12. Характеристика принципів побудови занять в процесі фізичного виховання.
13. Поняття „методи” і „методичний прийом” у фізичному вихованні. Класифікація методів фізичного виховання.
14. Методи навчання та вдосконалення рухових дій.
15. Методи розвитку фізичних якостей.
16. Загальні основи розвитку фізичних якостей.
17. Загальна характеристика сили як фізичної якості людини.
18. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини.
19. Загальна характеристика витривалості як фізичної якості людини.
20. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості людини.
21. Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини.
22. Поняття „рухове уміння” та „рухова навичка”.
23. Структура процесу навчання руховим діям.
24. Загальна характеристика форм занять у системі фізичного виховання загальноосвітніх шкіл.
25. Урок – основна форма занять у фізичному вихованні.
26. Структура уроку фізичної культури (її науково-методичне обґрунтування, типові завдання частин уроку).
27. Типи уроків фізичної культури, їх характеристика.
28. Реалізація освітніх завдань під час уроку фізичної культури.
29. Реалізація оздоровчих завдань під час уроку фізичної культури.
30. Реалізація виховних завдань під час уроку фізичної культури.
31. Дозування фізичного навантаження на уроках фізичної культури.
32. Характеристика неурочних форм занять у фізичному вихованні.
33. Планування процесом фізичного виховання.
34. Контроль за навчальним процесом з фізичного виховання.
35. Самоконтроль у фізичному вихованні.
36. Роль гри у процесі розвитку та виховання дітей. Різновиди рухливих ігор, класифікація українських народних ігор.
37. Характеристика законодавчих документів, що регламентують процес фізичного виховання школярів.
38. Характеристика програми для загальноосвітніх навчальних закладів „Фізична культура 5-9 класи” (архітектоніка і зміст).
39. Характеристика програми для загальноосвітніх навчальних закладів „Фізична культура 10-11 класи” (архітектоніка і зміст).
40. Завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку.
41. Особливості методики навчання руховим діям дітей дошкільного віку.
42. Особливості методики розвитку фізичних якостей дітей дошкільного віку.
43. Методика формування фізкультурних знань у фізичному вихованні школярів.
44. Методика виховання інтересу до занять фізичними вправами серед школярів.
45. Форми організації фізичного виховання дітей в дитячих дошкільних закладах.

46. Методика формування постави у фізичному вихованні дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.
47. Методика розвитку сили у дітей старшого шкільного віку.
48. Методика розвитку швидкості у дітей середнього шкільного віку.
49. Методика розвитку витривалості у дітей старшого шкільного віку.
50. Методика розвитку спритності у дітей середнього шкільного віку.
51. Методика розвитку гнучкості у дітей молодшого шкільного віку.
52. Основи диференційованого фізичного виховання школярів.
53. Особливості організації фізичного виховання школярів з послабленим здоров'ям.
54. Розподіл школярів на медичні групи для занять фізичною культурою.
55. Методи організації і управління діяльністю учнів на уроці фізичної культури.
56. Підготовка вчителя до уроку фізичної культури.
57. Дотримання правил безпеки в процесі фізичного виховання школярів.
58. Організація фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня загальноосвітньої школи.
59. Організація та зміст годин здоров'я в загальноосвітній школі.
60. Організація та зміст спортивної години в групах продовженого дня.
61. Організація та зміст „Дня здоров'я” у загальноосвітній школі.
62. Особливості підготовки учнів до самостійних занять фізичними вправами.
63. Підготовка фізкультурного активу в загальноосвітній школі.
64. Зміст та особливості проведення гурткових та секційних занять в позаурочний час з учнями середнього і старшого шкільного віку.
65. Вимоги до матеріально-технічного забезпечення фізичного виховання школярів.
66. Учитель фізичної культури як організатор здорового способу життя.
67. Роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів.
68. Роль сім'ї в організації фізичного виховання дітей.
69. Організація фізичного виховання дітей у літніх таборах відпочинку.
70. Етапи фізичного розвитку людини.
71. Мета, задачі та засоби фізичного виховання у різні періоди життя людини.
72. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення та їх характеристика.
73. Організаційно-методичні особливості проведення занять фізичними вправами у фізкультурно-оздоровчих групах дорослого населення.
74. Кондиційне тренування, його зміст та значення. Структура кондиційного тренування.
75. Структура і зміст фітнес-програм. Характеристика основних видів фітнес-програм.
76. Соціальні та біологічні передумови процесу фізичного виховання дорослих.
77. Цілі та стратегія управління процесом фізичного виховання дорослих..
78. Психофізіологічна характеристика дорослих.
79. Фізичне виховання осіб похилого та старшого віку.
80. Контрольні якісні показники фізичної культури дорослих.
81. Особливості формування потреби у заняттях фізичними вправами.
82. Соціально педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.
83. Методика оцінювання рівня фізичної підготовленості школярів. Значення контролю за динамікою фізичної підготовленості дітей шкільного віку.
84. Зміст та особливості викладання предмету «фізична культура» в школі.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Ареф'єв В.Г., Столітенко В.В. Фізичне виховання в школі: Навч. посіб. - К.: ІЗМН, 1997. - 152 с.
2. Бальсевич В.Н. Физическая культура для всех и для каждого. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 189 с.
3. Бальсевич В.Н., Запорожанов В.А. Физическая активность человека.-К.:Здоров'я, 1987. - 96 с.
4. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 1985.-192с.
5. Бузюк О.І., Завацький В.І., Завацька Л.А. Практикум з фізичної культури в умовах загальноосвітніх закладів. - Луцьк: Надстир'я, 1994. - 216 с.

6. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку.- Л.: ЛОНМІО, 1998.- 336 с.
7. Волков Л.В. Методика виховання фізичних здібностей учнів. – К.: Радянська школа, 1980. – 104 с.
8. Волков Л.В. Физическое испытание учащихся: Учеб.-метод. пособие. -К.:Радянська школа, 1988. - 184 с.
9. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі „Фізичне виховання і спорт”: Навч. посіб. – Л.: Українські технології, 2002. – 232 с.
10. Державна національна програма "Освіта". Україна ХХІ століття. - К.: Райдуга, 1994.- 61 с.
11. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. – К., 1996. – 31 с.
12. Дубогай С.Д., Завацький В.І., Короп Ю.О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: Навч. посіб. – Луцьк: Надстир'я, 1995. - 220 с.
13. Про фізичну культуру і спорт: Закон України. – К., 1993. - 22 с.
14. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов: научно - методические и организационные основы. – М.: Высшая школа, 1978. - 144 с.
15. Кенеман А.В., Хухлаєва Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Учебник для ин-тов физ. культуры.-М.: Просвещение, 1985.-134 с.
16. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания: Учеб. пособие для студ. ВУЗов физ. воспитания и спорта: - К.: Олімпійська література, 1999. - 232 с.
17. Линець М.М. Основи методики розвитку фізичних якостей.- Л.: Штабар, 1998.- 117 с.
18. Матвеев А.П. Теория и методика физической культуры.-М.:Физкультура и спорт, 1991.- 543 с.
19. Матвеев А.П., Мельников С.Д. Методика физического воспитания с основами теории: Учеб. пособие для студ. ин-тов и учащихся пед. училищ. - М.: Просвещение,1991.- 191 с.
20. Новосельский В.Ф. Физическое воспитание учащихся 9-10 классов / Под ред. Н.А.Козленко. - К.: Радянська школа, 1980. – 128 с.
21. Основи здоров'я і фізична культура: Програма для загальноосвітніх навч. закл. (1-11 класи). - К.: Початкова школа, 2001. – 112 с.
22. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. – Л.: ЧСА, 1995. – 224 с.
23. Теория и методика физического воспитания: Учебник для ин-тов физической культуры / Под общ. ред.Л.П.Матвеева и А.Д.Новикова.- 2-е изд., испр. И доп. - М.: Физкультура и спорт, 1976. –Т.1.- 304 с.; Т.2. – 256 с.
24. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения /Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.
25. Фізична культура. Програма для студ. вищих навч. закл. України I - II рівнів акредитації. – К., 1996. - 32 с.
26. Фізичне виховання: Базова навч. програма для вищих закл. освіти України III - IV рівнів акредитації.- К., 1998.-26 с.
27. Фурманов А.Я., Юсин М.В. Физическая культура трудящихся. - Минск: Полымя, 1988. – 223 с.
28. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высших учеб. заведений. – 2 –е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001. – 480 с.
29. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». – К., 1998. – 48 с.
30. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. - Л.: Світ, 1993.- 160с.
31. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Т.: Навчальна книга – Богдан, 2001.- Ч.1. – 272 с.
32. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. -Т.: Навчальна книга – Богдан, 2002. – Ч.2.– 248 с.
33. Шиян Б.М., Папуша В.Г., Приступа Є.Н. Теорія фізичного виховання. – Л.: ЛОНМІО, 1996. - 220 с.

34. Язловецкий В.С. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. – К.: Здоров'я, 1991. – 232 с.