

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

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

**з навчальної дисципліни**

**„ДИФЕРЕНЦІЙОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ”**

**для студентів VI курсу**

**факультету педагогічної освіти**

**денної форми навчання**

галузь знань 01 Освіта

напрямок підготовки 014 Середня освіта „Фізична культура”

факультет педагогічної освіти

освітньо-кваліфікаційний рівень – Магістр

**Підгот. © проф. Боднар І. Р., доц. Сороколів Н. С.**

## Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Підходи до диференційованого фізичного виховання	4
2.	Особливості фізичного виховання дітей різної статі і віку.	2
3.	Особливості фізичного виховання школярів різного фізичного розвитку і фізичної підготовленості	4
4.	Диференційоване фізичне виховання з урахуванням гендерних детермінант і психологічних особливостей	4
5.	Мета, завдання, принципи інтегративного фізичного виховання школярів I-III груп здоров'я	4
6.	Порівняльна характеристика показників фізичного і психофізичного розвитку, рухової активності, ставлення до фізичного виховання представників різних медичних груп	4
7.	Фізичне виховання школярів різних медичних груп під час уроків фізичної культури	4
8.	Особливості фізичного виховання при різних захворюваннях.	4
	<b>Разом</b>	<b>30</b>

## ТЕМИ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

(модуль 1)

1. Підходи до диференційованого фізичного виховання (2,5 балів);

Оформлення роботи у вигляді реферату або презентації, що містить план розкриття теми, вступ, основну частину, висновки та перелік інформаційних джерел.

2. Особливості фізичного виховання дітей різної статі та віку (2,5 бали);

Оформлення роботи у вигляді реферату або презентації, що розкриває основні особливості фізичного виховання школярів в залежності від статі та віку. Характеристику фізичного навантаження під час різних форм фізичного виховання для дівчат та хлопців та для дітей молодшого, середнього та старшого шкільного віку.

3. Особливості фізичного виховання школярів різного фізичного розвитку та фізичної підготовленості (2,5 балів).

Оформлення роботи у вигляді реферату або презентації, що розкриває етапи фізичного розвитку дитини та методичні рекомендації з фізичного виховання для учнів із випереджаючим рівнем фізичного розвитку чи відстаючим рівнем фізичного розвитку, а також фізичної підготовленості.

4. Диференційоване фізичне виховання з урахуванням гендерних детермінант і психологічних особливостей (5 балів).

На розгляд студента: укласти конспект уроку з урахуванням інтересів школярів двох статей; реферативна робота з висвітленням основних відмінностей у фізичному вихованні дівчат та юнаків.

(модуль 2)

5. Підготувати теоретичну бесіду на тему згідно навчальної програми для обраного класу (2,5 балів): «Мета, завдання, принципи інтегративного фізичного виховання школярів I-III груп здоров'я»

Оформлення роботи у вигляді короткого повідомлення або презентації тривалістю до 10 хв.

6. Порівняльна характеристика показників фізичного і психофізичного розвитку, рухової активності, ставлення до фізичного виховання представників різних медичних груп (5 балів)

Здійснити порівняльний аналіз інтересів до занять фізичною культурою, участі школярів в спортивно-масовій та фізкультурно-оздоровчій роботі, ставленні до різних форм фізичного виховання учнів основної, підготовчої та спеціальної медичних груп (усна відповідь, доповідь чи презентація на вибір студента).

7. Фізичне виховання школярів різних медичних груп під час уроків фізичної культури (5 балів)

Скласти орієнтовний конспект уроку для учнів середнього шкільного віку. Оцінюється правильність постановки завдань заняття, добір та послідовність засобів, організаційно методичні вказівки, термінологія.

4. Особливості фізичного виховання при різних захворюваннях (5 балів). Оформлення роботи у вигляді реферату або презентації, що містить план розкриття теми, вступ, основну частину, методичні рекомендації з фізичного навантаження з урахуванням захворювань, висновки та перелік інформаційних джерел.

### **Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Боднар І. Диференційоване фізичне виховання : навч. посіб. / Іванна Боднар. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 200 с.
2. Борисенко А. Ф. Руховий режим учнів початкових класів: навч.-метод. посіб. / А. Ф. Борисенко, С. Ф. Цвек. – 2-ге вид. – Київ : Радянська школа, 1989. – 190 с.

1. Вайнер Э. Н. Валеология : учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. – Москва : Наука, 2001. – 416 с.
2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. – Киев : Олимпийская литература, 2002. – 294 с.
3. Воробей Г. В. Фізичне виховання молодших школярів / Г. В. Воробей.– Івано-Франківськ, 1993. – С. 144.
4. Євстігнеєва І. В. Гендерне виховання учнів основної школи на уроках фізичної культури : дис. канд. пед. наук : 13.00.7 / І. В. Євстігнеєва. – Луганськ, 2012. – 228 с.
5. Заїкін А. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до виховання здорового способу життя молодших школярів на засадах гендерного підходу : дис. ... канд. пед. наук : 13.00. 07 / А. В. Заїкін. – Харків, 2011. – 251 с.

#### **Допоміжна:**

1. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II-IV рівнів акредитації. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2001 – 384 с.
2. Ареф'єв В. Г., Столітенко В. В. Фізичне виховання в школі : навч. посіб. – Київ : ІЗМН, 1997. – 52 с.
3. Бабешко О. Гендерні засади побудови змісту фізичного виховання школярів / О. Бабешко // Фізичне виховання в школі. – 2006. – № 4. – С. 50-53.
4. Бальсевич В. К., Запорожанов В. А. Физическая активность человека. – К.: Здоров'я, 1987. – 224 с.
5. Безруких М. М. и др. Возрастные особенности организации двигательной активности у детей 6-16 лет // Физиология человека. – 2000. – Т. 26, № 3. – С.100 – 107.
6. Біліченко Е. А. Гендерні аспекти особистісно-мотиваційної сфери студентів до занять фізичним вихованням і спортом // Фізичне виховання студентів, 2013, № 6. – С.8-15.
7. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія ( з основами вікової морфології ) : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л. С., Музика Ф. В. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 304 с.
8. Іваночко В. Використання оздоровчих фітнес-програм у фізичному вихованні студенток із кардіореспіраторними захворюваннями / Вікторія Іваночко, Ірина Грибовська, Федір Музика // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. – Івано-Франківськ, 2014. – Вип. 19. – С. 149–154.
9. Іваночко В. Оздоровчий фітнес у фізичному вихованні студентів навчальної секції фізичної реабілітації : навч. посіб. / Вікторія Іваночко, Ірина Грибовська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 128 с.

10. Кіндзера А. Характеристика рівня добової рухової активності школярів 5–9 класів / Анна Кіндзера, Іванна Боднар, Наталія Сороколит // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. – Вінниця, 2017. - № 4. – С. 176-180.
11. Козин Е.А. Дифференцированная методика физического воспитания старших дошкольников различных соматотипов на основе применения средств спортивной акробатики : дисс. канд. пед. наук спец.: 13.00.04 : Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры / Козин Евгений Александрович. – Хабаровск, 2008. – 175 с.
12. Козленко М. П. Фізичне виховання учнів молодших класів / М. П. Козленко. – Київ, 1977.
13. Козленко М. П., Вільчковський Є. С., Цвек С. Ф. ТіМФВ (початкові класи). – Київ, 1984.
14. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів: ЛДУФК, 2019. – 86 с.
15. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей. – Львів : Штабар, 1997. – 208 с.
16. Лукашук В. І. Особливості гендерної соціалізації у спорті / В.І. Лукашук // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна – № 993 – 2012. – С. 27–29.
17. Марушенко О. Гендерні шкільні історії / О. Марущенко. О. Плахотнік. – Харків: Монограф., 2012. – 88 с.
18. Москальова А.С. Гендерний підхід у вихованні підлітків //Вісник післядипломної освіти: Збірник наукових праць. Випуск 1 / Ред. кол.: В.В. Олійник (гол. ред.) та ін. – Київ : Міленіум, 2005. – 264 с.
19. 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.
20. Музика Ф. Анатомія людини : навч. посіб. / Федір Музика, Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
21. Музика Ф. В. Вплив короткотривалого фізичного навантаження на енергетичний обмін у мітохондріях м'язів / Ф. В. Музика, Є. О. Яремко // Фізична культура та спорт – важливий фактор виховання особистості та зміцнення здоров'я населення : тези звітної наук.-практ. конф. викладачів ін-ту за 1994 рік. – Л., 1995. – С. 31–32.
22. Основи теорії гендеру : навч. посіб. – Київ : „К.І.С.”, 2004. – 536 с.
23. Пирогов А.А. Нейродинамика смены энграмм. – СПб.: Наука, 1991. – 148 с.

24. Платонов В. Н., Сахновский К. П. Подготовка юного спортсмена. – К.: Радянська школа, 1988. – 288 с.
25. Приступа Е. Н. Организационно-педагогические аспекты инклюзивного физического воспитания учащихся 1–3 групп здоровья / Е. Н. Приступа, И. Р. Боднар, Ю. В. Петришин // Наука и спорт: современные тенденции. – 2014. – № 1, т. 2. – С. 118–123.
26. Приступа Є. Стан здоров'я школярів та можливості його корекції засобами фізичного виховання / Євген Приступа, Андрій Вовканич, Юрій Петришин // Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф. – Т., 2012. – С. 122 – 126.
27. Распуткина Т. С. Принцип индивидуализации в физическом воспитании школьников // Молодой ученый. – 2014. – №8. – С. 395 – 397.
28. Романенко В.А. Двигательные способности человека. – Донецк : УКЦентр, 1999. – 336 с.
29. Сергієнко Л. Генетичний відбір дітей для занять спортом // Матеріали міжнар. наук.-практ. конф. “Спорт для всіх” – Тернопіль, 2004. – С.125 – 129.
30. Сінькевич Н.К. Формування морально-ціннісних орієнтацій у дівчат-підлітків в умовах взаємодії школи та позашкільних закладів. – К., 2000. – 168 с.
31. Слепова Л. Н. Гендерный подход к физическому воспитанию студентов / Л. Н. Слепова, Т. Н. Хаирова, Л. Б. Дижонова // Современные наукоемкие технологии. – 2010. – № 5. – С.129–130.
32. Сороколіт Н. Впровадження варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури для учнів 8-х класів / Наталія Сороколіт // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017. – № 3. – С. 184–188.
33. Сороколіт Н. [Ставлення учнів середнього шкільного віку до свого здоров'я та до уроків фізичної культури](#) / Наталія Сороколіт // Спортивна медицина. – 2014. - № 1. – С. 47–51.
34. Сороколит Н. Особенности физического воспитания в общеобразовательных школах Украины и Польши / Сороколит Н. // *Kultura fizică: probleme științifice ale învățământului și sportului : materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor.* – Chișinău, 2012. – S. 285–290.
35. Сороколіт Н. Фізичне виховання школярів в умовах модульного навчання / Наталія Сороколіт // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 208–211.

36. Фащук О. Гендерні особливості фізичного виховання підлітків: автореферат дис. канд. наук з фіз. вих та спорту / О.Фащук. – Івано-Франківськ, 2011. – 24 с.
37. Фащук О. Гендерні особливості ставлення підлітків до занять фізичною культурою в школі та за її межами / Молода спортивна наука України, 2007. – Т. 4. – С. 269 – 273.
38. Цвек С.Ф. Фізичне виховання молодших школярів. – Київ, 1986.
39. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч.1. – Тернопіль: Богдан, 2001. – 272 с.
40. Шиян О. І. Проблеми гендерних стереотипів та дисбалансу у сфері фізичної культури і спорту / О. І. Шиян, О. В. Фащук // Спортивна наука України. – 2012. – № 3. – С. 40–44.
41. Dickenson B., Sparkes A. Pupil definition of physical education. British journal of physical education reasearch supplement, 1988, 2.
42. Hendry I. Changing School In Changing Society. The Role Of Pe. w: Evans J., Physical Education. Sport And Schoolind. Lewes, Falmerpress 1986.
43. Murdoch E. Sport in schools, department of education and science. Sports Council, London, 1995.
44. Swaab D. Sexual differentiation of the brain and behavior // Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism. Vol. 21. Issue 3. September 2007. P. 431–444.
45. Thirlaway K., Benton D. Physical activity in primary and secondary school children in West Glam organ, Health Education Journal, 1993. – P. 52.
46. Peculiarities of the somatotype of athletes with different directions of the training process / Tetiana Kutseryb, Lyubomyr Vovkanych, Myroslava Hrynkiv, Sofia Majevska, Fedir Muzyka // Journal of physical education and sport. – 2017. – Vol. 17, is. 1. – P. 431–435.
47. Sorokolit N. Influence of current physical education variable modules curriculum on speed indicators development among 5th-9th grades schoolchildren / Natalia Sorokolit // Nauka i Studia. – 2014. – Nr 15(125). – S. 61–67.

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

48. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
49. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
50. Ресурси інтернет.